

ФОРМУВАННЯ ПРОСОЦІАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

FORMATION OF PROSOCIAL BEHAVIOR OF ADOLESCENTS

Розглянуто зміст, умови розвитку, мотиви просоціальної поведінки та шляхи її формування у підлітків. Просоціальна поведінка розглядається сучасними дослідниками як сукупність соціально бажаних якостей особистості у поєднанні із ситуативними чинниками, що впливають на їх вияви. В основі такої поведінки лежать характеристики: емпатійність, спрямованість на співробітництво, інтернальний локус контролю, включеність у соціальні ситуації, сформованість морально-етичних цінностей. До ситуативних чинників, що впливають на вияви такої поведінки, належать емоційний стан людини, присутність інших у ситуації допомоги, оцінка потреби іншої людини у наданні допомоги. Теоретичний аналіз підходів до розуміння природи просоціальної поведінки дав змогу визначити її вияви як механізм взаємодопомоги, що дає можливість ефективніше адаптуватись у соціумі, задовольнити особистісні потреби у самоповазі, позитивному ставленні до себе, схваленні з боку інших.

Визначено, що несприятливими умовами, які гальмують вияви просоціальної поведінки у підлітків, є відсутність позитивно орієнтованих життєвих планів, утрата глибини і різноманітності інтересів, зниження здатності до самоаналізу, співчуття, несформованість морально-етичних цінностей, переживання інтенсивних негативних емоцій.

Психологічними умовами формування просоціальної поведінки є інтеріоризація учнями соціально значущих норм і цінностей, розвиток відповідних рис особистості, формування прагнення й уміння конструктивно вирішувати міжособистісні та групові суперечності; стимулювання участі дітей у соціально значущій діяльності. Ефективними методами розвитку просоціальних якостей підлітків є шкільні служби порозуміння, соціальна практика, театральні вистави, залучення учнів до соціальних проєктів у громадських організаціях. Водночас важливо навчати педагогів технологіям розвитку комунікативних якостей у школярів, формування життєвих цінностей, усвідомленості наслідків своїх учинків, прагнення до успішної реалізації значущих життєвих цілей, умінню протистояти негативному зовнішньому впливу.

Ключові слова: просоціальна поведінка, альтруїзм, емпатійність, морально-етичні норми, соціально-психологічна адаптація, підлітковий вік.

The content, conditions of formation, motives of prosocial behavior and ways of its formation in teenagers are considered. Prosocial behavior is considered by modern researchers as a set of socially desirable qualities in combination with situational factors affecting their manifestations. Such behavior is based on personal characteristics such as empathy, focus on cooperation, internal locus of control, inclusion in social situations, and the formation of moral and ethical values. The situational factors that influence the manifestations of such behavior include the emotional state of a person, the presence of others in a situation of help, the assessment of the need of another person for assistance, to satisfy personal needs for self-respect, positive attitude towards oneself, approval from others.

It was determined that the unfavorable conditions that inhibit the manifestation of prosocial behavior in adolescents are the lack of positively oriented life plans, loss of depth and diversity of interests, reduced ability to self-analysis, compassion, lack of formation of moral and ethical values, experiencing intense negative emotions.

The psychological conditions for the formation of prosocial behavior are the internalization by students of socially significant norms and values, the development of relevant personality traits, the formation of aspirations and the ability to constructively resolve interpersonal and group conflicts; stimulating children's participation in socially significant activities. Effective methods of developing prosocial qualities of teenagers are school understanding services, social practice, theatrical performances, involvement of students in social projects in public organizations. At the same time, it is important to teach teachers the techniques of developing communication skills in schoolchildren, the formation of life values, awareness of the consequences of one's actions, striving for the successful realization of significant life goals, and the ability to resist negative external influences.

Key words: about social behavior, altruism, empathy, moral and ethical norms, social and psychological adaptation, adolescence.

УДК 373.5.035:316.623
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.16>

Хомчук О.П.

к.психол.н.,
старший викладач кафедри психології
Білоцерківський національний аграрний
університет

Значна частина українських підлітків пережила потрясіння у зв'язку з необхідністю пристосовуватися до нових життєвих обставин або ж тривалий час зазнає впливу негативних новин, що створює умови постійного стресу та невизначеності, породжує психологічну напругу, тривожність, ризик психологічної дезадаптації та порушення поведінки. У несприятливих умовах підлітки схильні виявляти агресивність, відстороненість, занурення у соціальні мережі, комп'ютерні ігри, асоціальну поведінку. Науковці лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя Інституту проблем виховання НАПН

України визначили «уразливу категорію підлітків» – учнів 11–15 років, що характеризуються конфліктністю, агресивністю, підвищеною тривожністю, навіюваністю, нестабільною самооцінкою та несформованістю ціннісних орієнтацій [5]. Дослідники зазначають, що формування просоціальних якостей у школярів попереджає негативні поведінкові вияви особистості цього віку.

Зміст поняття «просоціальна поведінка» пов'язаний із такими явищами, як альтруїзм, дружба, допомога оточуючим людям, співробітництво, афіліація [7]. Дослідники розділяють поняття альтруїстичної та просоціальної

поведінки. Просоціальна поведінка може мати вигоду, зокрема «поведінка-кооперація», тоді як альтруїзмом вважаються лише ті дії, які спрямовані на інтереси іншого без очікування власної вигоди [18].

В основі такої поведінки лежить взаємодія особистісних характеристик індивіда і ситуаційних чинників. Особистісними чинниками є емпатія, ціннісна орієнтація на кооперацію, соціальна відповідальність, внутрішній локус контролю і низький рівень егоцентризму. Ступінь готовності людини прийти на допомогу також залежить від її позитивного чи негативного емоційного стану. До ситуаційних чинників належать: наявність інших людей, фактор «дифузії відповідальності» в людних місцях, фізичні умови оточуючого середовища, наявність вільного часу та особливості спільноти, у якій людина проживає, моделі поведінки батьків, засвоєні у дитинстві, ступінь соціальної включеності у ситуацію [10]. Люди, що живуть у невеликих містах, більш схильні надавати допомогу іншим, аніж люди у великих населених пунктах. Іншим чинником, який стимулює надати допомогу, може бути подібність людини чи ситуації до тих, які переживав сама особа, що допомагає. Отже, чим більше соціальних ролей реалізує людина у своєму житті, тим більше спонукає вона має до надання різних видів допомоги.

Виокремлюють соціобіологічний, індивідуалістський та міжособистісний підходи до розуміння природи просоціальної поведінки. Представники соціобіологічного підходу поєднують поняття допомагаючої і просоціальної поведінки єдиним терміном – альтруїзм. Альтруїстична поведінка пояснюється ними у поняттях уроджених чи генетичних тенденцій. Альтруїзм – наслідок природного відбору, оскільки підвищує можливість індивіда чи його родичів до відтворення потомства. Альтруїстична поведінка зберігається лише внаслідок її користі для виживання біологічного виду. В іншому разі вона була б атавістичною і її не було б у видовому поведінковому наборі реакцій [16].

Індивідуалістський, чи особистісний, підхід розглядає просоціальну поведінку з погляду схильності індивіда до надання допомоги. При цьому прагнення людини надавати допомогу іншим може бути або генетично зумовленою функцією, або наслідком соціального навчання. У рамках цього напрямку виділяють дві групи особистісних теорій альтруїзму: одні пояснюють альтруїстичну поведінку в термінах настроїв чи емоційних станів (добрий настрій сприяє, а поганий – перешкоджає), а інші стверджують, що альтруїзм визначається стійкими характеристиками особистості. Настрій не запускає безпосередньо просоціальну поведінку, а виконує проміжну функцію, змінюючи оцінку (небезпечне – без-

печне) сприйняття світу людиною. У ситуації небезпеки людина в першу чергу думає про себе, безпечно сприйняття світу – крок до просоціальних учинків. Окрім того, у ситуаціях, що оцінюються людиною як небезпечні, зростає особиста центрованість учинків та дій, яка в окремих випадках може провокувати асоціальну поведінку. Прагнення допомагати при негативному емоційному стані у дітей зменшується та збільшується у дорослих.

Прихильники міжособистісного підходу особливу увагу надають взаємозалежності людей, припускаючи, що просоціальні вияви є механізмом взаємокорисних стосунків. Особистісними детермінантами просоціальної поведінки прихильники міжособистісного підходу називають соціальну відповідальність (внутрішній локус контролю) та емпатію. Соціальна відповідальність та внутрішній локус контролю сприяють виникненню почуття необхідності надати допомогу, висока емпатія допомагає краще зрозуміти потреби інших людей. Ще однією властивістю, притаманною просоціальної особистості, є віра у справедливість світоустрою, що відповідає уявленням про те, що загалом люди отримують те, на що вони заслужують [16].

Психологічні мотиви просоціальної поведінки можуть бути пов'язані з почуттям відповідальності, моральними обов'язками, повагою до соціальних цінностей, бажанням отримати подяку, завоювати довіру, повагу серед оточуючих. Також слідування суспільним цінностям, самопожертва можуть опосередковуватися залежністю від оцінок іншими, почуттям провини, прагненням зберегти моральний баланс. Певну роль у просоціальних поведінкових виявах мають настанови на дотримання справедливості у чоловіків і настанова на турботу у жінок [14].

Х. Бірхоф, Д. Фетченауер пояснюють природу просоціальної поведінки в межах теорії реципрокного альтруїзму. Реципрокність створює нормативну основу для соціальної кон'юнкції, структурує соціальні стосунки, несе в собі функцію стабілізації [8]. Просоціально орієнтовані люди схильні до співробітництва та досягають більш високих результатів. Ідея реципрокного альтруїзму полягає у припущенні, що індивід схильний допомагати іншим, сподівається на відповідну винагороду або ж допомогу від них у майбутньому.

Відомі три групи механізмів активації просоціальної поведінки: навчання (набуття навичок допомоги та формування установок про надання допомоги); соціальні та персональні стандарти (різного роду норми, у тому числі норми реципрокності та соціальної відповідальності; окрім того, підтримання позитивної ідентичності, реалізація потреб), а також збудження (тривога, емпатія, що виникає

як результат роботи дзеркальних нейронів). Наприклад, маніпуляція з ідентичністю, зокрема індукування «загальної групи повної ідентичності», дає змогу збільшити ймовірність просоціальних учинків [11]; той самий ефект досягається за посилення емпатії [9] або інших емоцій, у тому числі й неприємних: гніву, страху, провини [19, с. 53–97]. Просоціальна поведінка включає емоційний, інструментальний та матеріальний типи допомоги, пов'язані з різними диспозиціями особистості. Л. Пеннер виокремлює три рівні аналізу просоціальної поведінки: мікрорівень, мезорівень і макрорівень. На мікрорівні нейропсихологи та еволюціоністи аналізують походження просоціальної поведінки та її варіацій. Фокус уваги на мезорівні спрямований на діаду «об'єкт – суб'єкт допомоги» і конкретну ситуацію їх взаємодії, вивчаються умови та мотиви надання особистої допомоги, у тому числі й неусвідомлювані. І макрорівень, на якому просоціальна поведінка розглядається в контексті груп, а основним предметом стає внутрішньо- і міжгрупова кооперація, доброзичливість і подібні феномени. Макрорівень аналізу просоціальної поведінки, що включає ситуації, у яких особистий інтерес та групова вигода взаємопов'язані (наприклад, добровольність або волонтерство, а також кооперація), вимагає більш докладного опису [17].

Найбільш істотною відмінністю, наприклад, волонтерства від міжособистісної допомоги є те, що просоціальні вчинки на цьому рівні з меншою ймовірністю будуть результатом особистого зобов'язання, взаємності, як, наприклад, у випадку з друзями та родичами. Рішення бути волонтером визначається впливом соціальних інститутів (сім'я, релігійні організації), широтою соціальних зв'язків, рівнем освіти і матеріального забезпечення [17; 15].

Формування просоціальної поведінки в процесі розвитку дитини досліджували Н. Айзенберг і Р. Фебс [13]. Вияви емпатії та інтересу стосовно почуттів інших людей виявлені у дітей першого року життя, а спроби дітей надати допомогу і заспокоїти проявляються на другому році, коли розвивається здатність розуміти почуття інших людей. У період раннього дитинства розширюються просоціальні форми поведінки. Надалі продовжують розвиватися емпатія і прагнення допомогти іншим. Важливу роль у цьому відіграє розвиток у дітей уміння розуміти емоційні вияви оточуючих та складні соціальні ситуації. Зміни мотивації до просоціальної поведінки характеризуються на початку прагненням заохочення та уникнення покарання, потім через засвоєння соціальних вимог формування альтруїзму.

Айзенберг запропонувала періодизацію розвитку просоціального мислення (prosocial reasoning), що включає п'ять стадій:

I стадія. Гедоністична орієнтація. Суб'єкт орієнтується свої інтереси, а не на моральні норми. Умовами прийняття рішення про допомогу є: прямий вииграш для себе, очікування реципрокності в майбутньому, емоційне ставлення до того, хто потребує допомоги.

II стадія. Орієнтація на потреби інших людей. Суб'єкт ураховує фізичні, матеріальні та психологічні потреби інших, навіть якщо вони вступають у конфлікт із його власними. Урахування потреб іншої людини відбувається без рефлексивної постановки себе у позицію нужденного, вербальних виразів симпатії, переживання почуття провини. Перші дві стадії характерні для дошкільнят та молодших школярів.

III стадія. Орієнтація на схвалення та думка інших. Вибір просоціальної або еґо-орієнтованої поведінки залежить від стереотипів «хороша/погана людина», «правильна/неправильна» поведінка. Характерна для деяких молодших школярів, підлітків та юнаків.

IV стадія. а) Рефлексивна емпатична орієнтація. Моральне рішення ґрунтується на емпатичній рефлексивній постановці себе на позицію нужденного, на почутті провини або позитивному емоційному ставленні до своєї просоціальної поведінки. Характерна для більшості юнаків та підлітків, іноді зустрічається у молодших школярів.

б) Перехідна стадія. Урахування інтеріоризованих цінностей. Прийняття рішення засноване на обліку інтеріоризованих цінностей, норм, уявлень про обов'язки та відповідальність, відчутті необхідності захисту прав та гідності інших членів суспільства. Інтеріоризовані структури можуть не усвідомлюватися. Стадія характерна для меншої частини підлітків, юнаків та дорослих.

V стадія. Стадія свідомого врахування інтеріоризованих цінностей [12].

Вибір альтруїстичної поведінки пов'язаний зі сприйняттям суб'єктом просоціальної поведінки інших людей як «хорошої», а самого себе як «доброго»; усвідомленням альтруїстичних мотивів та сутності своєї поведінки як турботи заради користі та блага інших; адекватною оцінкою потреби іншої людини у наданні допомоги та її об'єктивної необхідності. Існують також гендерні відмінності виявів просоціальної поведінки. Жінки відрізняються більшим співпереживанням, емпатією і прагненням допомогти, потурбуватися про інших. Кроскультуральні дослідження показують, що дівчата частіше, ніж хлопці, надають допомогу і підтримку, співчують, виявляють доброту та бажання поділитися, вони мають менший рівень агресії та ворожості [13].

Просоціальна поведінка є виявом успішної соціально-психологічної адаптації особистості, тоді як у стані дезадаптації підлітки можуть виявляти асоціальні форми поведінки. Це може

бути зумовлено відсутністю позитивно орієнтованих життєвих планів, утратою різноманітних інтересів, зниженням здатності до самоаналізу, співчуття, байдужим ставленням до інших, несформованістю морально-етичних цінностей, переживанням інтенсивних негативних емоцій (страх, приниження, злість), зниженням самооцінки, здатності до саморегуляції, наслідуванням поведінки референтних осіб. Агресивні вияви в таких підлітків можуть виступати як спосіб психічної розрядки, заміщення фрустрованих потреб, самоствердження. Значну роль також відіграють соціально-психологічне відчуження, невключеність в емоційні контакти та високий рівень особистісної тривожності, відчуття безпорадності, невпевненість у собі, втрата переживання безпеки [2].

Сучасні українські дослідники розглядають формування просоціальної поведінки як «... цілісний процес, спрямований на забезпечення необхідних організаційно-педагогічних умов для свідомої інтеріоризації учнями соціально значущих норм і цінностей, розвиток відповідних рис, якими має володіти просоціальна особистість, формування прагнення й уміння конструктивно вирішувати міжособистісні і групові суперечності; стимулювання участі дітей у соціально значущій діяльності та спонукання до внутрішнього діалогу для прийняття особистісно значимого для учнів вибору моделей поведінки» [4, с. 91].

В. Кириченко та В. Нечерда серед умов формування просоціальної поведінки школярів указують на високу ефективність таких форм, методів і технологій, як шкільні служби порозуміння, соціальна практика, театральні вистави, фото- та відеотехнології. Шкільні служби порозуміння покликані створити у закладах освіти безпечне і доброзичливе освітнє середовище, основою якого є панування гуманістичних цінностей. Серед основних завдань таких служб – конструктивне вирішення конфліктів, залучення школярів до взаємодопомоги та взаємопідтримки, поширення знань про медіацію та налагодження позитивної комунікації між учасниками освітнього процесу. Соціальна практика включає такі види діяльності, як волонтерство, залучення учнів до соціальних проектів у громадських організаціях; сприяє формуванню у підлітків позитивного досвіду допомоги іншим, співпереживанню, засвоєнню просоціальних форм поведінки. Театральні вистави, фото- і відеотехнології забезпечують усвідомлення значущості турботи про інших, взаємодопомоги, актуалізують необхідність розвивати в собі моральні якості, слідувати суспільно прийнятним нормам поведінки, виявляти співчуття та бажання допомогти іншим [1; 5].

Серед якостей просоціальної особистості Т. Федорченко визначає такі, як емпатійність, доброзичливість, турботливість, рефлексив-

ність, чуйність, довірливість, толерантність, альтруїстичність. Дослідниця вказує на ефективність використання тренінгових технологій для формування цих якостей, які передбачають їх актуалізацію у підлітків, а також розвиток комунікативних якостей, формування життєвих цінностей, усвідомленості наслідків своїх учинків, прагнення до успішної реалізації значущих життєвих цілей, уміння протистояти негативному зовнішньому впливу. Водночас, на думку Т. Федорченко, необхідно навчати педагогів ефективних методів формування просоціальної поведінки у підлітків, що передбачає оволодіння спеціальними знаннями і навичками та психологічними рисами: емпатійністю, високим соціальним інтересом, рольовою гнучкістю, врівноваженістю, фрустраційною толерантністю, упевненістю у собі, позитивним самостваренням [6].

Висновки. Просоціальна поведінка визначається як особливостями психологічних якостей людини, так і ситуативними чинниками. Психолого-педагогічними умовами її формування у підлітків є розвиток просоціальних якостей (емпатійність, відповідальність, альтруїзм, інтернальний локус контролю), а також навчання педагогів ефективним технологіям формування просоціальної поведінки у школярів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бовдуй С., Семененко Л., Лихо В. Від «кімнати примирення» до культури міжособистісного спілкування. *Методист*. 2018. № 12(84). С. 61–67.
2. Гошовський Я. Ресоціалізація депривованої особистості : монографія. Дрогобич : Коло, 2008. 480 с.
3. Денисов І.Г. Схильність до асоціальної поведінки в структурі самосвідомості підлітка. *Наука і освіта. Спецвипуск 8. Проект «Психологія особистості: теорія, досвід, практика»*. Одеса, 2009. С. 189–193.
4. Формування просоціальної поведінки учнів в умовах превентивного виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу : монографія / В.І. Кириченко та ін. Тернопіль : Терно-Граф, 2016. 244 с.
5. Кириченко В., Нечерда В. Практики формування просоціальної поведінки підлітків уразливих категорій. *Рідна школа*. 2019. № 1. С. 38–44.
6. Федорченко Т. Формування просоціальної поведінки підлітків уразливих категорій у процесі впровадження тренінгової технології. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2019. № 23. Кн. 2. С. 166–178.
7. Baron R.A., Byrne D., Branscombe N.R. *Social Psychology*. Boston, MA : Pearson Education, 2006.
8. Bierhoff H.-W., Fetchenhauer D. How to Explain Prosocial and Solidary Behavior: A Comparison of Framing Theory with Related Meta-Theoretical Paradigms, in: *Solidarity and Prosocial Behavior. An Integration of Sociological and Psychological Perspectives* / ed. by

D. Fetschenhauer, A. Flache, B. Buunk, S. Lindenberg. New York : Springer, 2006. P. 225–242.

9. Davis M.H., Mitchell K.V., Hall J.A., Lothert J., Snapp T., Meyer M. Empathy, expectations, and situational preferences: personality influences on the decision to volunteer helping behaviors. *Journal of Personality*. 1999. Vol. 67. Issue 3. P. 469–50.

10. Deaux K., Dane F.C., Wrighsman L.W. Social Psychology in the 90s. Pacific Grove, CA : Brooks/Cole Publishing Company, 1993. 499 p.

11. Dovidio J.F., Piliavin J.A., Schroeder D.A., Penner L.A. The social psychology of prosocial behavior. Psychology Press, 2017. Sep. 25. 408 p.

12. Eisenberg N. Emotion, regulation and moral development. *Annual Reviews Psychological*. 2000. № 51. P. 665–697.

13. Eisenberg, N., & Fabes, R.A. (1998). Prosocial development. In W. Damon & N. Eisenberg (Ed.), *Handbook of child psychology: Social, emotional, and personality development* (pp. 701–778). John Wiley & Sons.

14. Gilligan C. In a Different Voice: Psychological Theory and Women Development [text]. Cambridge : Harvard University Press, 1982. 324 p.

15. Hart D., Atkins R., Donnelly T. Psychological and social-structural influences on involvement in volunteering. *Journal of Research in Personality*. 2007. № 41(4). P. 889–907.

16. Montada, L. Justice and prosocial commitments / L. Montada and H.W. Bierhoff (eds), *Altruism in social systems*. Lewiston, N. Y. : Hogrfe, 1991.

17. Penner L.A., Dovidio J.F., Piliavin J.A., Schroeder D.A. Prosocial behavior: Multilevel perspectives. *Annu. Rev. Psychol.* 2005. Feb 4. P. 365–392.

18. Underwood B., Moore B.S. The Generality of Altruism in Children. *The development of Prosocial behavior*. N.Y. etc., 1982.

19. Vollhardt J.R. Altruism born of suffering and prosocial behavior following adverse life events: A review and conceptualization. *Social Justice Research*. 2009. № 22(1). P. 53–97.