

житті студентів ВНЗ, тому варто сконцентруватись на потенціалі фізичної діяльності, як елементові, що пропагує цілісне здоров'я.

Впродовж останніх років здоров'я студентської молоді є важливою темою для обговорення на державному рівні, при цьому відзначається, що фізична діяльність є компонентом у збереженні та зміцненні здоров'я студентів під час навчання у вищому навчальному закладі. Фізична діяльність студентів у формі навчальних й самостійних занять є тією діяльністю, яка приносить радість руху, що у свою чергу, здатне позитивно відобразитись на медичних показниках.

Література

1. Педагогічні аспекти фізичного виховання та спорту у формуванні ставлення до здорового способу життя дітей та підлітків / В. Г. Білик, С. А. Ігнатенко, К. В. Палієнко та ін. // Вісн. ЧДПУ ім. Т. Г. Шевченка: Вип. 35. Серія: педагогічні науки. – 2006. – № 35. – С. 431-434.
2. Щербань П. Життєдіяльність нації перед усім залежить від здорового способу життя людини // Сільська школа. – 2002. – № 38-39. – С. 5.
3. Болтівець С. Психогігієнічна позиція педагога у пропагуванні здорового способу життя / С. Болтівець // Практична психологія та соціальна робота. – К. – 2007. – № 9. – С. 69-72.

Анастасія Григорівна Коротун – студентка II курсу

Сумського державного університету

Науковий керівник: Наталія Миколаївна Теслик – старший викладач

кафедри гуманітарних дисциплін Сумської філії

Харківського національного університету внутрішніх справ,

кандидат психологічних наук

«ЗАКОН 5 %»: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ КОНФОРМІЗМУ ОСОБИСТОСТІ

Людина за своєю природою схильна до групової взаємодії. Один із відомих механізмів виживання в групі – це поводитися так само, як більшість членів групи. «Якщо вдуматися, то вся історія людства – це заміна одних оман і химер іншими. Натовпом заволодіває надокучлива ідея, а незабаром з'являється особистість, яка виражає цю ідею найбільш яскраво та привабливо», – зауважує доктор психологічних наук А. М. Зімічев [3].

Натовп у психологічній науці – це скупчення великої кількості людей, яких об'єднує спільна мета. Саме у натовпі типово простежуються

прояви стадного інстинкту. У соціальній психології існує термін конформізм, що означає зміна поведінки або переконання в результаті реального чи уявного тиску групи. Розглядаючи дану тему, ми опираємося на лаконічне визначення суті конформізму Чарльза Діккенса: «За будь-яких обставин краще триматися разом з натовпом». – «А якщо їх два?» – «Кричить разом з тим, що побільше». Дослідники виявляють, що рівень конформності особистості у значній мірі залежить від статі та віку особистості. Так, жінки, в цілому, більш схильні до конформної поведінки, ніж чоловіки, а діти більше, ніж дорослі [3].

Нами проведено дослідження конформності 16 студентів другого курсу факультету іноземної філології та соціальних комунікацій Сумського державного університету. У зв'язку з організаційними умовами участь в експерименті приймали 11 членів групи. Використана методика Соломона Аша, американського соціального психолога, професора Корнельського університету. У 1951 та 1956 роках С. Аш провів ряд експериментів (Asch Conformity Experiments), спрямованих на дослідження впливу групи на поведінку особи. Експерименти Аша часто описують як прогрес у дослідженні конформізму. Соломон Аш використовував результати експериментів Музафера Шерифа, які були проведені раніше [1].

Суттю експерименту є демонстрація двох графічних зображень. На першому малюнку представлена одна лінія, на другому – три (А, В і С), з яких лінія А рівна за довжиною зображенню першого малюнку. До початку експерименту у групі було домовлено з 5 учасниками, які перші у групі дадуть очевидно неправильну відповідь. За домовленістю ці учасники заявили, що лінія під літерою «С» є тотожною першій за довжиною (правильною відповіддю є «А»). В результаті дослідження з 11 учасників три студента погодилися з неправильною відповіддю, а четверо виражали невпевненість. Серед опитаних було два хлопці, кожен із них дав вірну відповідь, але за недостатністю кількісно учасників експерименту гендерного аналізу отриманих даних ми не проводимо.

Експеримент С. Аша демонструє, що люди сильно залежать від думки групи, в якій знаходяться. Соціальна гармонія часто має більше значення у порівнянні з висловленням правильного судження [1]. Навіть якщо чуже переконання суперечить власній позиції індивіда, його логічним припущенням, конформна людина у соціумі схильна поводитися за отриманим зовні зразком. Джерелом конформізму є підсвідомий страх засудження групою неправильної поведінки.

Рушійною силою всього психологічного механізму конформної поведінки є копіювання поведінки 5% групи. Існує таке поняття у психології як автосинхронізація. Суть його в тому, що якщо у будь-якій

спільноті 5% одночасно здійснюють певну дію, решта починає її повторювати на підсвідомому рівні. Наприклад, якщо в табуні коней, які спокійно пасуться, злякати 5% тварин, змусити їх бігти, то весь табун зірветься з місця. Людина, не зважаючи на свою невід'ємність від соціуму, проявляє стадність на рівні деяких тварин. Наприклад, 5% тих, хто злякався, почувши про наближення війни/стихійного лиха/дефіциту товарів і побіг все скуповувати, вистачить аби мимоволі вплинути на інших і через деякий час полиці магазинів спорожніють [3]. Можна дійти висновку, що поняття «конформізм» та «стадний інстинкт» відрізняються рівнем усвідомлення.

Запуск такого процесу, як автосинхронізація, тобто наслідування дій 5% групи рештою її членів, уможлиблюється лише у разі неусвідомлення людьми своїх дій, цілей і причин дій, тобто коли рівень самодисципліни, самосвідомості та контролю дуже низький. Схильність до конформізму використовують у маніпулятивному впливі на людину.

Отже, першою вимогою психологічного самозахисту від таких маніпуляцій є аналіз власних автоматичних дій і здатність довільного раціонального осмислення. Особливо, коли мова йде про великі витрати або про серйозні наслідки для Вашого здоров'я, життя, свободи, ризиковано копіювати дії інших, піддаючись стадному інстинкту.

Підсумовуючи вище викладене, можемо сказати, що люди розвиваються безпосередньо у соціумі і протягом свого життя перебувають в певних соціальних групах (клас, група студентів, сім'я, колектив на роботі), тому нам властивий конформізм. Серед раціональних засобів протистояння пасивному, конформному мисленню можна назвати два: мислити раціонально і чітко визначати свої власні цілі, потреби, плани, а також навчитися підтримувати баланс між незалежністю і прихильністю до інших людей, між особистим життям і життям громадським, між індивідуальністю і соціальною ідентичністю.

Література

1. Єгупов М. В. Феномен ідентичності: проблема тексту та контекстів / Єгупов М. В. // Гілея. Історичні науки. Філософські науки. Політичні науки : Наук. вісник: зб. наук. праць. Вип. 91 (№ 12) / Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова, Українська АН ; [шеф-ред. В. П. Андрущенко ; гол. ред. В. М. Вашкевич]. – К. : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2014. – С. 227- 231.
2. Зимичев А. М. Психология политической борьбы / А. М. Зимичев. – СПб. : Санта, 1993. – 160 с.
3. Майерс Д. Социальная психология : учебник / Д. Майерс. – 5-е изд. – СПб. : Питер, 2000. – 688 с.