

УДК 159.922.73

*Христина Стельмащук***ПСИХОЛОГІЧНИЙ МЕХАНІЗМ
СТРЕСОСТІЙКОСТІ ПІДЛІТКІВ-СИРІТ**

Проблема стресостійкості пов'язана з життєдіяльністю, з людськими взаєминами. Сучасний мінливий світ висуває все жорсткіші вимоги до стресостійкості особистості. В особливому становищі перебувають діти, які виховуються в закладах інтернатного типу. Вони не володіють необхідним життєвим досвідом і психологічними ресурсами для самостійного подолання складних життєвих ситуацій, унаслідок чого підвищується небезпека їх невротизації та соціальної дезадаптації, виникнення різноманітних форм неконструктивної захисної поведінки. Відхилення в поведінці часто є реакцією на стресову ситуацію і неможливість упоратися з нею. Невдачі, зумовлені браком досвіду поведінки в стресових ситуаціях, можуть призводити до розчарувань, формування невпевненості в собі, озлобленості, агресивності, негативізму. Тому актуальним є вивчення особливостей і механізмів стресостійкості дітей, які виховуються в закладах інтернатного типу.

Мета статті – розглянути основні теоретико-методологічні підходи до вивчення стресостійкості та сформулювати психологічний механізм стресостійкості у підлітків-сиріт.

Психологічні особливості дітей, які виховуються в закладах інтернатного типу, багатоаспектно досліджені у працях вітчизняних і зарубіжних учених. Так, ще К. Ушинський [15] досліджував соціокультурне середовище дітей, що перебувають у закладах інтернатного типу, й особливості їх виховання; І. Арамов, К. Флейк-Хобсон, Б. Робінсон [16], А. Прихожан, Н. Толстих [13], Й. Лангмейер, З. Матейчик [11] досліджували особливості психічного й особистісного розвитку дітей і підлітків, які виховуються в закладах інтернатного типу; А. Шахманова [17] – інтелектуальний розвиток сиріт, їх пізнавальні процеси; Дж. Боулбі [4] – вплив розлуки з матір'ю на розвиток дитини, та подальшу її адаптацію у інтернаті; М. Лісіна – формування особистості дитини-сироти в спілкуванні; І. Єжов вивчав емоційно-вольову сферу таких дітей [8].

Які діти потрапляють в інтернат? Це діти різного соціального статусу, з різним досвідом сімейних відносин, сімейної опіки, рівня сформованості самостійності, почуття обов'язку, відповідальності. Спільним, що об'єднує даних дітей, є це минулі травми, негативний власний до-

свід. І все це вони несуть у нові умови проживання та життєдіяльності, які за своєю суттю є стресогенними, а далі включаються: життя за ustalеним суворим режимом; ізоляція дітей від соціуму; відсутність свободи вибору й особистої відповідальності; знущання, приниження, відсутність права на слово чи думку; залежність від дорослого.

І. Лангмейер та З. Матейчик зазначали, що ізоляція дітей від стимулюючого соціального середовища і сепарація, припинення вже складених соціальних зв'язків ведуть до того, що їх найважливіші потреби залишаються незадоволеними. Саме розміщення в інтернаті чи дитячому будинку найчастіше сприймається як соціальна і просторова ізоляція, а момент прибуття туди для дитини є стресогенним фактором [11].

Підлітковий вік відноситься до перехідних і критичних періодів онтогенезу. Цей особливий статус віку пов'язаний зі зміною соціальної ситуації розвитку підлітків, орієнтацією поведінки на норми і цінності світу. Тому діти, які виховуються в умовах дитячого будинку, складніше переживають підлітковий період. Перехід від дитини до підлітка передбачає трансформацію взаємин із дорослими й однолітками, освоєння нових способів соціальної взаємодії, змісту морально-етичних норм, розвиток самосвідомості. Вихованці закладів інтернатного типу не мають зразків для наслідування стосунків дорослих, їх контакти з дорослими обмежуються лише спостереженням за професійною діяльністю вихователів. Інших зразків у них, на жаль, немає. Крім того, у цих дітей обмежений доступ до різноманітної інформації, що унеможлиблює самовираження, яке є дуже важливим у підлітковому віці.

Центральним новоутворенням підліткового віку є самосвідомість. Підліток вимагає визнання своєї самостійності, рівності з дорослими, що через перелічені вище фактори практично унеможлиблюється. Усі ці фактори є стресогенними для підлітка-сироти.

Отже, питання стресостійкості підлітків-сиріт є особливо актуальним. Що ми розуміємо під поняттям “стресостійкість”? Аналіз стану досліджень стресостійкості особистості свідчить про те, що проблема на сьогодні недостатньо розроблена і в теоретико-методологічному, і в практичному аспектах.

Як зазначає В. Бодров, нині бракує ясності та чіткості в розумінні сутності стресостійкості, а більшість авторів як синонім вживають термін “емоційна стійкість”, механізми і сутність якої вивчено краще [3].

Серед факторів, які визначають стресостійкість дослідники називають: значущість події для особистості (Л. Єрмолаєва, Н. Левітов, Ю. Сосновікова), суб'єктивна оцінка особистістю ситуації (Н. Наєнко, Ю. Некрасова, Т. Немчін, М. Тишкова), цінності людини (К. Абульханова-

Славська, Л. Анциферова), особистісний сенс (Ю. Денисов, А. Прохоров), емоційну стійкість людини (Л. Аболін, Л. Китаєв-Смик), індивідуальну витривалість і діапазон функціональних можливостей окремих систем організму (В. Небиліцин), бар'єр психічної адаптації (Л. Гримак), силу/слабкість нервової системи (В. Небиліцин), толерантність особистості (Н. Левітов; Б. Теплов), наявний досвід особистості в переживанні “напружених” ситуацій (М. Дяченко, Л. Кандибович, В. Пономаренко; Г. Ушаков) [1; 2; 3; 10].

Така множинність точок зору на детермінанти стресостійкості спонукає провести детальний аналіз психологічної суті феномена стресостійкості. Труднощі у визначенні стресостійкості людини виникають при оцінці її реакцій на психічні фактори. Якщо можна відносно підібрати критерії стійкості людини стосовно стресорів фізичної або хімічної природи (висока або низька температура, фізичне навантаження, токсичні речовини тощо), то зробити це щодо психологічних стресорів набагато складніше. Це пов'язано з надзвичайно великим діапазоном цінностей, установок, потреб, умовних рефлексів і життєвого досвіду людини.

Г. Нікіфоров розглядає стресостійкість особистості на соціально-психологічному рівні як: збереження здатності до соціальної адаптації; збереження значущих міжособистісних зв'язків; забезпечення успішної самореалізації, досягнення життєвих цілей; збереження працездатності; збереження здоров'я [14].

Стресостійкість особистості, на думку В. Абабкова, М. Перре, залежить від багатьох факторів, зокрема від якості стресорів, особистісних властивостей, компетентності в подоланні навантажень і соціальних факторів [1].

Б. Варданян визначає стресостійкість як особливу взаємодію всіх компонентів психічної діяльності, у тому числі емоційних. Він наголошує, що стресостійкість “...можна більш конкретно визначити як властивість особистості, що забезпечує гармонійне відношення між усіма компонентами психічної діяльності в емоціогенній ситуації і, тим самим, яка сприятиме успішному виконанню діяльності” [5].

Близьке по суті визначення стресостійкості пропонує С. Субботін: “Стресостійкість – це індивідуальна психологічна особливість, яка полягає у специфічному взаємозв'язку різнорівневих властивостей інтегральної індивідуальності, що забезпечує біологічний, фізіологічний і психологічний гомеостаз системи і веде до оптимальної взаємодії суб'єкта з навколишнім середовищем у різних умовах життєдіяльності та діяльності” [10].

Н. Водоп'янова пропонує своє визначення: “Стресостійкість – системна динамічна характеристика, що визначає здатність людини протистояти стресорному впливу або справлятися з багатьма стресогенним ситу-

аціями, активно перетворюючи їх або пристосовуючись до них, без шкоди для свого здоров'я та якості виконуваної діяльності” [6].

На одну з істотних сторін стресостійкості звертає свою увагу П. Зільберман, говорячи про те, що стійкість може бути недоцільним явищем, яке характеризує відсутність адекватного відображення ситуації, котра змінилася, що свідчить про недостатню гнучкість, пристосованість. Він же пропонує своє, на наш погляд, одне з найбільш вдалих трактувань стресостійкості, на яке ми будемо опиратися: “... інтегративна властивість особистості, що характеризується такою взаємодією емоційних, вольових, інтелектуальних і мотиваційних компонентів психічної діяльності індивідуума, яка забезпечує оптимальне успішне досягнення мети діяльності у складній емотивній обстановці” [9].

Проаналізувавши всі визначення, тлумачення, спробуємо дати своє розуміння стресостійкості як феномена. Під ***стресостійкістю*** ми розуміємо інтегральну психологічну властивість людини як індивіда, особистості та суб'єкта діяльності, що забезпечує внутрішній психофізіологічний гомеостаз і оптимізовану взаємодію із зовнішніми емоціогенними умовами життєдіяльності.

Окрім того, ми спробували визначити структуру стресостійкості, включивши такі компоненти: психофізіологічний (тип, властивості нервової системи); мотиваційний (сила мотивів визначає значною мірою емоційну стійкість; одна і та ж людина може виявити її різний ступінь залежно від того, які мотиви спонукають особу проявляти активність; змінюючи мотивацію, можна збільшити (або зменшити) емоційну стійкість); емоційний (емоційний досвід особистості накопичений у процесі негативних впливів стресогенних ситуацій); вольовий (виражається у свідомій саморегуляції дій, приведення їх у відповідність з вимогами ситуації); інформаційний (інформованість, готовність людини до виконання тих чи інших завдань, професійна підготовленість); інтелектуальний (оцінка обставин ситуації, прогноз її можливої зміни, прийняття рішення щодо способів вирішення).

Вивчаючи стресостійкість як феномен, слід зазначити, що частина дослідників вирішального значення надає психологічним механізмам регуляції.

Проблема вивчення механізмів будь-якого психологічного явища надзвичайно важлива для розуміння його суті, але вкрай утруднена через методичні та теоретичні суперечності в розумінні цього явища. Повною мірою це стосується і механізмів стресостійкості особистості.

В умовах стресу в людини активізуються три основні типи адаптаційних механізмів, які забезпечують нормальне функціонування організму: фізіологічні, біохімічні та психологічні. Надзвичайно велику увагу дослідники приділяють сьогодні аналізу механізмів дії стресу на біологі-

чному рівні. Здатність людини формувати стійку стресову напругу і за її допомогою здійснювати боротьбу, досягаючи позитивного результату, пов'язана зі здатністю вищих відділів мозку підтримувати активність симпато-адреналової системи, вираженістю її стимулювальних впливів на систему “гіпофіз – кора наднирок”, функціональними можливостями останньої та іншими факторами. Низькі функціональні можливості структур мозку, що запускають симпато-адреналову і гіпофізарно-надниркову системи, а також слабкість самих цих систем обмежують стресову реакцію, призводять до швидкого виснаження організму в пошуках шляхів уникнення небезпеки і, відповідно, до розвитку важких розладів і захворювань (Ю. Александровський, К. Судаков, В. Суворова).

Б. Варданян умовно виділяє “два способи відновлення порушених відносин між окремими компонентами діяльності: внутрішній і зовнішній” [5]. Так, до “внутрішніх” способів він відносить прийоми подолання емоціогенної ситуації, які адресовані внутрішнім суб'єктивним чинникам виникнення цієї ситуації. Способи ж “зовнішнього” подолання спрямовані на усунення зовнішніх умов виникнення емоціогенної ситуації.

Аналіз літературних джерел показав, що найчастіше виділяють два їх типи: механізми психологічного захисту, компенсації (захисні механізми) і копінг-механізми або психологічні механізми додання стресу. Утім, низка дослідників визнає лише механізми психологічного захисту: Р. Kohn, К. Lafreniere, М. Gurevich виділяють активний і пасивний їх варіанти; S. Folkman, R. Lazarus припускають паралельне існування механізмів психологічного захисту і копінг-механізмів; Н. Krohne трактує захисні механізми як пасивний вид копінг-поведінки.

Більшість дослідників усе ж таки розглядають механізми психологічного захисту і механізми копінг-поведінки як способи адаптації до стресової ситуації, визначаючи копінг-поведінку як стратегію дій особистості, спрямовану на усунення ситуації психологічної загрози. До психологічних механізмів копінг-поведінки ряд авторів зараховує когнітивну сферу психіки, її свідомий і несвідомий компоненти (І. Лебедєв, Т. Данилова, О. Дашкевич, С. Holohan, R. Moos).

Так, психологічні механізми стресостійкості у контексті її емоційного компонента можуть бути представлені у рамках чотирьох підходів [7]:

1. Прояви волі, результати застосування прийомів і аутогенних тренувань, здатність долати стан емоційного збудження в ході виконання складної діяльності (В. Марищук та ін.).

2. Інтеграція різних процесів і явищ емоційного, вольового, мотиваційного, інтелектуального компонентів (Б. Варданян, П. Зільберман, А. Столяренко, О. Чебикін та ін.).

3. Третій підхід (Ю. Блудов, В. Небиліцин, К. Гуревич, В. Русалов та ін.) базується на теорії самоорганізації кібернетичних систем, єдності енергетичних та інформаційних характеристик психічних властивостей. Емоційна стійкість у рамках цього підходу пов'язується з резервами нервово-психічної енергії (особливостями темпераменту, силою нервової системи відносно збудження і гальмування, рухливістю, лабільністю нервових процесів. У рамках цього підходу можна стверджувати, що людина є стресостійкою, якщо її емоційне збудження, незважаючи на сильні подразники, не перевищує граничної величини (Я. Рейковський). Таким чином, основними напрямками досліджень стресостійкості, за Я. Рейковським, є вивчення залежності емоційної стійкості від властивостей нервової системи, вивчення регуляторних структур особистості і пошук особливого механізму у вигляді самоконтролю.

4. У рамках четвертого підходу (О. Алексєєв, О. Чернікова та ін.) вважається, що ні вольовий, ні пізнавальний процеси, ні тим більше властивості особистості (спрямованість, темперамент, характер, здібності), не зважаючи на взаємозв'язок, не входять до складу емоційного процесу. Діагностика ґрунтується на виявленні власне емоційних характеристик емоційної стійкості, якостей і властивостей самого емоційного процесу. В цьому плані емоційними детермінантами є: емоційна оцінка ситуації, емоційне передбачення ходу і результатів діяльності; емоційний досвід особистості (емоційні установки, образи, минулі переживання в подібних ситуаціях), інтенсивність емоцій.

Що ж стосується механізму стресостійкості підлітків-сиріт, що виховуються в закладах інтернатного типу, то він чітко не визначений і практично відсутній. Дослідивши і проаналізувавши проблему, ми спробували розробити його алгоритм (Рис. 1).

Таким чином, важливість і гострота теми стресостійкості, її недостатнє теоретичне обґрунтування та практичне спрямування спонукало нас проаналізувати феномен дітей, що виховуються в закладах інтернатного типу чи дитячих будинках. Проблема стресу та стресостійкості цих дітей становить не лише науковий інтерес, а надзвичайно важлива в соціально-психологічному аспекті. Розуміння механізму стресостійкості дітей, які виховуються в закладах інтернатного типу чи дитячих будинках, допоможе зрозуміти причини стресу, визначити заходи щодо формування стресостійкості та забезпечити навчально-методичним інструментарієм персонал, який працює з цими дітьми.

Посилання:

1. *Абабков В. А., Перре М.* Адаптация к стрессу. Основные теории, диагностики, терапии. — С.-Пб. : Речь, 2004. — 166 с.
2. *Апчел В. Я., Цыган В. Н.* Стресс и стрессустойчивость человека. — С.-Пб. : 1999. — 86 с.
3. *Бодров В. А.* Информационный стресс : Учебное пособие для вузов. — М. : ПЕР СЭ, 2000. — 352 с. — (Современное образование).
4. *Боулби Дж.* Создание и разрушение эмоциональных связей. — М. : Академический проект, 2004. — 232 с.
5. *Варданын Б. Х.* Механизмы регуляции эмоциональной устойчивости // Категории, принципы и методы психологии. Психические процессы. — М., 1983. — С. 542—543.
6. *Водопьянова Н. Е.* Психодиагностика стресса. — С.-Пб. : Питер, 2009. — 336 с.
7. *Дьяченко М. И.* О подходах к изучению эмоциональной устойчивости [Электронный ресурс] / *Дьяченко М. И., Пономаренко В. А.* // Вопросы психологии. — 1990. — № 1. — С. 106-112. — CD-изд-во “Вопросы психологии”, 2004. — 1 электрон. опт. диск (CD-ROM) ; 12 см. — Системн. требования: CPU Pentium II 233; 64 Mb RAM; Windows 95/98/2000/XP. — Название из контейнера.
8. *Ежов И. В.* Программа психологического обеспечения духовного развития Яснополянского детского дома / *И. В. Ежов.* — Ясная Поляна, 1997. — С. 56—62.
9. *Зильберман П. Б.* Эмоциональная устойчивость оператора / *П. Б. Зильберман* // Очерки психологии труда оператора. — М. : Наука, 1974. — С. 138—172.
10. *Китаев-Смык Л. А.* Психология стресса. Психологическая антропология стресса. — М. : Академический Проект, 2009. — 943 с. — (Технологии психологии).
11. *Лангмейер Й.* Психическая депривация в детском возрасте / *Лангмейер Й., Матейчек З.* — Прага : Авиценум, 1984. — 336 с.
12. *Минкова Э. А.* Особенности личности ребенка, воспитывающегося вне семьи / *Э. А. Минкова* // Очерки развития детей, оставшихся без родительского попечения. — М., 1995. — Вып. 4. — С. 9-10.
13. *Прихожан А. М.* Психология сиротства / *Прихожан А. М., Толстых Н. Н.* — 2-е изд. — С.-Пб. : Питер, 2005. — 400 с. : ил. (Серия “Детскому психологу”)
14. Психология здоровья / Под ред. *Г. С. Никифорова.* — С.-Пб. : Питер, 2006. — 607 с.
15. *Ушинський К. Д.* Людина як предмет виховання. Спроба антропологічної антропології / *К. Д. Ушинський* // *Ушинський К. Д.* Вибрані педагогічні твори. — К. : Радянська школа, 1983. — С. 192—471.
16. *Флэйк-Хобсон К.* Развитие ребенка и его отношений с окружающими / *К. Флэйк-Хобсон, Б. Е. Робинсон, П. Скин* ; [пер. с англ. ; общ. ред. и предисл. *М. С. Мацковского*]. — М. : Центр общечеловеческих ценностей, 2003. — 511 с.
17. *Шахманова А. Ш.* Воспитание детей-сирот дошкольного возраста / *А. Ш. Шахманова* / под ред. *С. А. Козловой.* — М. : Изд. центр “Академия”, 2005. — 192 с.

References (transliterated and translated):

1. *Ababkov V. A., Perre M.* Adaptaciya k stressy. Osnovy teorii, diagnostyky, terapii (Adaptation to stress. Basis of the theory, diagnosis and therapy). St.-Petersburg, 2004. 166 p.
2. *Apchel V. Ya., Cygan V. N.* Stress i stressoustoychivost' cheloveka (Stress and stress-resistance of human). St.-Petersburg, 1999. 86 p.
3. *Bodrov V. A.* Informacionnyj stress: uchebnoe posobie dlya vuzov (Information stress : Tutorial for higher schools). Moscow, 2000. 352 p.
4. *Boulby J.* Sozdanie i razrushenie emocionalnyh svyazey (Creating and resolution of emotional relations). Moscow, 2004. 232 p.

5. *Vardanyan B. H.* Mehanizmy regulacii emocional'noy ustoychivosti (Regulation mechanism of emotional resistance) // Categories, principles and methods of psychology. Mental processes. Moscow, 1983. P. 542—543.
6. *Vodopiyanova N. E.* Psyhodiagnostika stressa (Psycho-diagnostics of stress). – St.-Petersburg, 2009. 336 p.
7. *D'jachenko M. I., Ponomarenko V. A.* O podhodah k izucheniju jemocional'noj ustojchivosti [Jelektronnyj resurs] (Approach to the study of emotional resistance) [Electronic resource]. // Issues of Psychology, 1990. № 1. P. 106—112.
8. *Yezhov I. V.* Programma psihologicheskogo obespechenija duhovnogo razvitiya Yasnopolskogo detskogo doma (Program of psychological support in spiritual development of Yasnaya Poliana orphan house). Yasnaya Poliana, 1997. P. 56—62
9. *Zilberman P. B.* Emozional'naya ustoychivost' operatora (Emotional resistance of the operator). // Essays on the psychology of work of operator. Moscow, 1974. P. 138—172.
10. *Kitaev-Smyk L. A.* Psihologiya stressa. Psihologicheskaya antropologiya stressa (Psychology of stress. Psychological Anthropology of stress). Moscow, 2009. 943 p.
11. *Langmeier Y., Matejcek Z.* Psyhicheskaya deprivaciya v detskom vozraste (Mental deprivation in childhood). Prague, 1984. 336 p.
12. *Minkova E. A.* Osobennosti lichnosti rebenka, vospityvayushegosya vne semji (Personality characteristics of the child who is brought up outside the family) // Essays on the development of children left without parental care. Moscow, 1995. Vol. 4. P. 9—10.
13. *Prihozhan A. M., Tolstyh N. N.* Psihologija sirotstva (Psychology of orphan hood). St.-Petersburg, 2005. 400 p.
14. Psihologija zdorov'ya (Health psychology) / Ed. by *H. S. Nikiforova*. St.-Petersburg, 2006. 607 p.
15. *Ushinskiy K. D.* Liudyna yak predmet vukhovannya. Sproba antropologichnoi antropologii (Person as a subject of education. Attempt of anthropological anthropology) // Selected pedagogical works. Kyiv, 1983. P. 192—471.
16. *Flake-Hobson K., Robinson B. E., Skin P.* Razvitie rebenka i ego otnosheniya s okruzhayushimi (The development of a child and his relationships with the others). Moscow, 2003. 511 p.
17. *Shahmanova A. Sh.* Vospitanie detey – sirot doshkol'nogo vozrasta (Education of orphan children in preschool age). / Ed. by *S. A. Kozlova*. Moscow, 2005. 192 p.

Стаття надійшла до редакції 19.08.2014

Х. Стельмащук

Психологический механизм стрессоустойчивости подростков-сирот

В статье проанализированы основные подходы и теории изучения феноменологии проявления стресса и стрессоустойчивости личности. Рассмотрены публикации отечественных и зарубежных ученых в отношении психологических особенностей детей, воспитывающихся в учреждениях интернатного типа. Стрессоустойчивость рассматривается как интегральное психологическое свойство человека как индивида, личности и субъекта деятельности, которое обеспечивает внутренний психофизиологический гомеостаз и оптимизированное взаимодействие с внешними эмоциогенными условиями жизнедеятельности. Акцентируется внимание на: психологических особенностях детей-сирот, стрессогенных факторах, влияющих на них. Изучены психологические особенности подросткового возраста. Также определены факторы формирования стрессоустойчивости, ее структура и компоненты. Рассмотрены психологические механизмы стрессоустойчивости в контексте различных подходов. Описан алгоритм механизма стрессоустойчивости детей-сирот. Автор делает вывод, что понимание механизма стрессоустойчивости детей, воспитывающихся в учреждениях интернатного типа или детских домах, поможет понять причины стрес-

са, определить мероприятия по формированию стрессоустойчивости и обеспечить учебно-методическим инструментарием персонал, работающий с этими детьми.

Ключевые слова: стрессоустойчивость, стресс, стрессоры, эмоциональная устойчивость, адаптация, психологические детерминанты стрессоустойчивости, саморегуляция, особенности формирования психологического механизма стрессоустойчивости, компоненты стрессоустойчивости, дети-сироты, подростки, стрессогенные факторы.

Kh. Stelmashchuk

Psychological Mechanism of Stress Resistance in Orphans

The article analyses the main approaches and theories of study on phenomenology of manifestation of personality's stress and stress resistance. The research of Ukrainian and foreign scientific publications on psychological peculiarities of children who are brought up in boarding schools or orphanages is undertaken. Stress resistance is regarded as integral psychological characteristic of a person as individual, personality and activity subject that provides internal psycho-physiological homeostasis and optimized interaction with external emotiogenic conditions of life activity. The focus is put on psychological peculiarities of orphans and stressful factors which influence them. Psychological peculiarities of teenagers are considered. Additionally, the factors of formation of stress resistance, its structure and components are defined. Psychological mechanisms of stress resistance in context of diverse approaches are presented. Algorithm of orphans' stress resistance mechanism is described. The author concludes that the understanding of the mechanism of children's stress resistance in boarding schools or orphanages helps to understand the causes of stress; to determine the arrangements for the formation of stress resistance, and to provide the staff working with these children with educational and methodological tools.

Key words: Stress resistance, stress, stressors, emotional resistance, adaptation, psychological determinants of stress resistance, self regulation, peculiarities of formation of psychological mechanisms of stress resistance, components of stress resistance, orphans, teenagers, stressful factors.

Рецензент – доктор педагогічних наук,
професор Л. О. Хомич