

професійними). Показано ведуче місце серед соціально-демографічних факторів при взаємодії з організаційно-професійними такого фактора, як "пол персонала". Определены пути учета выявленных закономерностей в практике деятельности образовательных организаций.

Ключевые слова: образовательные организации; организационная культура; составляющие организационной культуры; индекс организационной культуры; социально-демографические факторы; социально-профессиональные факторы.

Karamushka L.M.

Organizational culture of educational organizations: relationship of the level of development and socially-demographic factors

In the article on the basis of empiric research the level of development of organizational culture of educational organizations is analysed. Influence of socially-demographic factors (as of independent, so in combination with organizational and professional factors is distinguished. A leading place is shown among socially-demographic factors at cooperation with organizational and professional factors of such factor, as "sex of personnel". The author discusses the ways of application of the findings to improve performance of educational organizations.

Key words: educational organizations; organizational culture; components of organizational culture; organizational culture index; socially-demographic factors; organizational and professional factors.

Карамушка Людмила Миколаївна – член-кореспондент НАПН України, доктор психологічних наук, професор, завідувачка лабораторії організаційної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, м. Київ.

УДК 159.922.8

Кирпенко Т.М.

СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ТА ПРОБЛЕМА ЇЇ ФОРМУВАННЯ У ПІДЛІТКІВ

В статті розглядається проблема формування стресостійкості в підлітковому віці. Аналізуються принципи та форми надання особистості психологічної допомоги. Розкриваються фактори становлення психологічного самозахисту підлітків, що включає детермінанти: система особистісних відносин дитини, соціальний контекст. Представлено провідні напрямки дослідження стресу та стресостійкості. Описуються завдання та етапи психокорекційної програми формування стресостійкості особистості. Джерел – 7.

Ключові слова: підліток, стрес, стресостійкість, саморегуляція психологічний самозахист, копінг, особистість, адаптація, психотерапія, гештальттерапія, стратегія поведінки.

Постановка проблеми. Актуальність проблеми нашого дослідження конкретизується й обумовлюється: нерозробленістю системи соціально-психологічних технологій формування стресостійкості у підлітків, а також соціально-психологічної допомоги підлітку у важких життєвих ситуаціях, стресогенних за своєю природою; нерозробленістю психопрофілактичних заходів, заснованих на сучасних методах психологічної корекції стресу в підлітка; недостатньою узагальненістю накопиченого в світі позитивного досвіду застосування тілесних, дихальних, комунікативних й інтерактивних, когнітивних технік в груповій та індивідуальній роботі для безпосередньої практичної реалізації з метою формування стресостійкості у дітей; необхідністю розробки принципу, об'єднуючого досягнення різних напрямків таким чином, щоб вони не заперечували, а навпаки підвищували ефективність один одного в опрацюванні різних особистісних аспектів стресостійкості людини.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проведений нами аналіз літератури показав, що в даний час існує три основних напрямки, в яких вивчається проблема стресу у людини. Перший напрямок представлено роботами дослідників, які дотримуються позицій теорії стресу Г. Сельє [3]. Другий напрямок базується на системному баченні причин стресу, як компонента у формуванні граничних нервово-психічних розладів й дезадаптації особистості. В даному напрямку працюють

вчені - представники так званої «малої» психіатрії. Третій підхід, який на сьогодні є самим «популярним», ґрунтується на баченні природи стресу та опанування ним (копінгу) Р. Лазаруса [6].

Теоретико-методологічну основу нашого дослідження склали: положення про особливості розвитку свідомості та самосвідомості у підлітковому віці (М. Боришевський [4], Л. Виготський [2], І. Кон [2], Д. Фельдштейн [4]); принципи надання психологічної допомоги (О. Бондаренко [4], Н. Максимова [5]); дослідження копінг-поведінки та проблем адаптації особистості (Г. Балл [3], Ю. Бохонкова [4], Н. Завацька [5], С. Максименко [4]) тощо.

Основна індивідуальна характеристика стримування стресу - адаптація або стресостійкість. На думку ряду психіатрів (Ю. Александровській [1], А. Вальдман [2], В. Лебедев [2] та ін.), стрес - це бар'єр психічної адаптації. Психологи (О. Конопкін [2], В. Моросанова [2]) основою стресостійкості вважають саморегуляцію людини, яка складається з певних ланок (О. Конопкін [2]) і стилістично різноманітна (В. Моросанова [2]). Інші автори (Л. Мерфі [6], Р. Лазарус [6], С. Фолкман [6] та ін.) відносять до даної характеристики різні когнітивно зумовлені механізми подолання стресу (копінг-механізми) й механізми психологічного захисту (Н. Хаан [2]).

Психологічна стійкість людини визначається природженими особливостями особистості, її установками, типом нервової системи та рядом інших психобіологічних показників. Безпеку особистості визначають наступні чинники: людський фактор, фактор середовища, фактор захищеності. Людський фактор – це реакції людини на небезпеку. Фактор середовища поділяється на фізичний та соціальний. Фактор захищеності – це засоби, які використовує людина для самозахисту в небезпечних ситуаціях [2].

Мета статті: з'ясувати особливості формування стресостійкості в підлітковому віці та описати принципи та форми надання особистості психологічної допомоги.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Зі стресостійкістю нерідко ототожнюють емоційну стійкість і здатність контролю емоцій (С. Мілерян [4]); здатність переносити великі навантаження й успішно вирішувати завдання в екстремальних ситуаціях (Н. Данилова); здатність долати стан емоційного збудження при виконанні складної діяльності (В. Марішук [2]); властивість темпераменту, що дозволяє надійно виконувати цільові завдання діяльності за рахунок оптимального використання резервів нервово-психічної емоційної енергії (Н. Блудов [2]); стабільну спрямованість емоційних переживань за їхнім змістом на позитивне вирішення майбутніх завдань (О. Чернікова [2]); стійке переважання позитивних емоцій; інтегративну властивість особистості, що характеризується такою взаємодією емоційних, вольових, інтелектуальних і мотиваційних компонентів психічної діяльності людини, які забезпечують оптимальне успішне досягнення мети діяльності в складній емоційній обстановці (П. Зільберман [2]).

Таким чином, стресостійкість є інтегральною якістю особистості, основою успішності життєдіяльності людини, що характеризується емоційною стабільністю, низьким рівнем тривожності, високим рівнем саморегуляції, психологічної готовністю до стресу, тобто сукупність індивідуальних психологічних властивостей, які відіграють роль базових психологічних механізмів корекції стресових станів.

Як показують зарубіжні дослідження, внутрішню мотивацію особистості можливо підтримувати та ефективно стимулювати, спираючись на положення теорії самодетермінації (Silva [7], Markland [7], 2008). Підвищенню мотивації сприяють орієнтація на самостійність, відповідальність, незалежність та лідерство в організації власного життя. В розвитку стресостійкості та психопрофілактиці стресів виділяються такі підходи як: оптимізація системи життєдіяльності, психологічний, соціально-психологічний. Останній напрям отримав найбільшого поширення в зв'язку з тим, що ефективність психопрофілактики стресів в малій групі набагато ефективніше (К. Левін [2]). Представлено цей напрямок різними формами групового психологічного тренінгу.

Основним змістом психокорекційної дії на підлітків є створення концентрованого, емоційно насиченого досвіду нових соціальних відносин, досягнення особистісного зростання. З метою розвитку стресостійкості використовують тренінги, спрямовані на розвиток навичок саморегуляції (нервово-м'язова релаксація, аутогенне тренування, медитація), комунікативні тренінги (групові варіанти поведінкового та соціально-психологічного тренінгу), тренінгові підходи, які стимулюють особистісне зростання (розвиток окремих сторін особистості учасників тренінгу), навчальні тренінги (вдосконалення навичок, де визначальним фактором є ефективність спілкування).

Процес психологічної корекції повинен бути спрямованим на: стимулювання особистості до усвідомлення та вирішення власних проблем, до активного творчого пошуку; розширення інформаційного простору доступними для підлітків засобами; розкриття здібностей та можливостей та створення умов для їхньої самореалізації; допомога в адаптації, в розумінні дій та вчинків інших людей; подолання психологічних бар'єрів; закріплення адекватної самооцінки, позитивної Я-концепції; визначення напрямків та перспектив майбутнього.

Основними задачами розвитку стресостійкості та покращення системи психологічного самозахисту особистості мають бути наступні: сформулювати потребу в усвідомленні значущості самопізнання задля успішної життєдіяльності; допомогти усвідомити та сформулювати сенс та цінності власної діяльності на особистісному рівні; навчити прогнозувати власне майбутнє задля успішної адаптації в постійно змінюваному навколишньому світі. Згідно концепції самодетермінації (свободи та відповідальності), розвиток особистості зумовлюється розвитком особистісної автономії. Психологічне благополуччя та адаптація пов'язані зі здатністю особистості будувати та підтримувати сприятливі ситуації та трансформувати несприятливі ситуації, спираючись на ресурси власного особистісного потенціалу.

В змісті психокорекційної програми можна виділити найбільш актуальні фази: актуалізація даної проблеми, її місце в житті особистості та значущість для кожного окремо; конкретизація суті проблеми, її головних закономірностей; активізація внутрішніх ресурсів особистості; практика – використання теоретичних знань в практичну площину; рекомендації та побажання щодо подальшого саморозвитку особистості.

Інший соціально-психологічний напрям розвитку стресостійкості базується на параметричній концепції формування малої групи. Тут основою розвитку емоційної стійкості є входження людини в малу групу й формування почуття єднання суб'єкта з групою. Це досягається залученням молоді в навчально-виховні організації, в організації типу «соціального оазису» (Т. Антопольский [2], О. Лутошкін [4], О. Чернишов [2]). Важлива роль у вирішенні шуканої проблеми відводиться нормалізації проявів стресостійкості у проблемних дітей та підлітків. (Н. Богданович [2]).

Формування розвитку стресостійкості та підготовленості до психологічного самозахисту відбувається в процесі виховання, соціалізації та саморозвитку, на основі накопичення та аналізу досвіду поведінки та реагування в різноманітних життєвих ситуаціях. Серед критеріїв готовності до психологічного самозахисту можна виділити: емоційний, когнітивний, вольовий та дієво-практичний.

Емоційний рівень припускає систему вмій саморегуляції емоційним станом. Когнітивний критерій припускає систему знань підлітків про те, як захистити себе в різноманітних життєвих ситуаціях. Вольовий критерій означає вміння доводити почату справу до кінця та долати тимчасові труднощі, стійкість моральних принципів та наявність власної думки. Дієво-практичний – це творчий, активний підхід особистості до будь-якої діяльності та ситуації, легкість включення в цю діяльність. Достатній розвиток цих характеристик – це необхідна умова підготовленості до успішного психологічного самозахисту. Готовність до психологічного самозахисту повинна інтегрувати в себе три взаємопов'язаних компонента таких як, психологічний, теоретичний та практичний. Психологічна підготовка повинна бути співвіднесена з таким психологічним утворенням особистості як установка та включати в себе позитивну оцінку та сприйняття психологічного самозахисту як невід'ємної здібності людини. З практичного боку – необхідно отримати навички стійкого та гнучкого реагування на різноманітні навколишні впливи. Для цього можна використовувати різноманітні психолого-педагогічні впливи, а саме: лекції, соціально-психологічні тренінги, заняття-практикуми, заняття-вирішення проблемних ситуацій, що сприятимуть формуванню запасу різноманітних вирішень проблемних ситуацій, накопиченню досвіду тощо.

Апробація нами технологій формування стресостійкості та розвитку психологічного самозахисту: особистісно-орієнтованих, тілесно-орієнтованих, когнітивно-поведінкових, суггестивно-емоційних, спрямованих на корекцію виявлених в констатуючому експерименті ознак низької стресостійкості досліджуваних, продемонструвала їхню ефективність і можливість практичного використання. Як було визначено, рівень захищеності залежить від ступеню конструктивності та активності поведінки, від адекватної соціалізації потреб та мотивів діяльності.

В підлітковому віці переважають поведінкові стратегії деструктивного характеру через низький рівень різноманітності в поєднанні з неконструктивним характером стратегій. Підлітки схильні вирішувати стресові та конфліктні ситуації у вигляді агресії, домагань, звинувачень, не

помічаючи власних недоліків або промахів. В цьому віці переважає ситуативна поведінка, яка з дорослішанням змінюється із захисної на більш конструктивну. Адже, захисна поведінка характеризується несвідомістю та пасивністю поведінки, проте емоційно за силою близька до афекту. Найчастіше підлітки використовують наступні стратегії: перенос агресії, раціоналізацію, використання ритуалів, відволікання, фантазування, заперечення, відмову, регресію. Активне, неусвідомлене подолання знижує психічну напругу, характерно для підлітків з фіксацією на перешкоді та самозахисті. Цей тип подолання переважає в підлітковому віці. Пасивна, усвідомлювана, нормативна стратегія подолання соціально схвалювана. В таких випадках підліток не бере на себе відповідальності – «я зробив, як інші». Творче подолання (конструктивна поведінка) характеризується свідомим вибором стратегій, активною поведінкою, спрямованою на досягнення первинної мети за допомогою власних зусиль.

Можливість саморегуляції крім біологічних та індивідуальних особливостей психіки зумовлюють досвід, навички, мотиви, установки тощо. Задля навчання емоційному розслабленню необхідно навчитися методам релаксації, адже вміння психологічно впливати на м'язовий тонус – це важлива складова зняття психічної напруги. Управління увагою сприяє підвищенню швидкості та продуктивності психічних процесів, а вміння перемикає увагу допомагає не зациклюватись на проблемах тощо.

Для оптимізації міжособистісних відносин була розроблена корекційно-розвивальна програма, що представляє собою цикл соціально-психологічних тренінгів, основними завданнями якої були: оволодіння певними соціально-психологічними знаннями; вивчення і оволодіння індивідуальними прийомами міжособистісної взаємодії для підвищення його ефективності; корекція особистісних якостей і вмінь, зняття бар'єрів що заважають реальній і продуктивній взаємодії.

Прийнято вважати, що першим психотерапевтом, який запропонував подивитися на психологічну допомогу як на НАВЧАННЯ і тим самим заклав основи самостійного напрямку - навчання психологічній самодопомозі (psychoeducation), був А. Адлер [2] (який навчав своїх пацієнтів «науці життя»). З числа сучасних психокорекційних підходів, що знаходять застосування у формі психологічної самодопомоги, необхідно згадати такі як: раціонально-когнітивні методи (А. Елліс [4], А. Бек [2]), так і тілесно-орієнтовані (М. Фельденкрайз [2], А. Лоуен [2], Ф. Александер [1], Ш. Селвер [2]), кожний з яких має певні сильні сторони й практично ефективні технічні прийоми. До способів психологічного самозахисту (самодопомоги), яким людині необхідно вчитися, відноситься усвідомлене відреагування (афективна розрядка).

Програма корекції створена на основі синтезу підходів, добре відомих у психотерапії – клієнтоцентрованої психотерапії К.Роджерса [4], транзактного аналізу Е.Берна [4], В. Петровського [2]. Використовувались елементи гештальттерапії. Враховувався суб'єктний підхід в психологічному тренінгу (І. Вачков [2], С. Дерябо [2]), що є одним з найбільш ефективних методів розвитку особистості. Головною ціллю корекційно-розвивальної роботи з підлітками є їхнє особистісне зростання, розвиток позитивних особистісних особливостей, корекція особливостей, що заважають соціальній адаптації. Розвиток впевненості в собі, зниження рівня агресивності та тенденції до аутоагресії, зниження рівня тривожності.

Основними цілями покращення системи психологічного самозахисту особистості та розвитку стресостійкості мають бути наступні: сформулювати потребу в усвідомленні значущості самопізнання задля успішної життєдіяльності; допомогти усвідомити та сформулювати сенс та цінності власної діяльності на особистісному рівні; навчити прогнозувати власне майбутнє задля успішної адаптації в постійно змінюваному навколишньому світі.

Головними завданнями психокорекційної програми вважаємо наступні: 1. Усвідомлення несвідомого компоненту самозахисту; 2. Розуміння психологічних особливостей людини; 3. Навчання рефлексії, аутотренінгу; 4. Особистісне зростання, розвиток стресостійкості; 5. Навчання ефективному спілкуванню; 6. Підтримка психологічного здоров'я.

Розроблена програма, що підвищує резистентність особистості підлітка по відношенню до деструктивних факторів реалізується з урахуванням ряду психолого-педагогічних умов: врахування індивідуально-психологічних особливостей підлітків; безцінне прийняття особистості підлітків; створення ситуацій успіху; позитивне прийняття підлітків; формування толерантності до критичних життєвих ситуацій; формування навичок регуляції емоційних переживання; усвідомлення власного особистісного потенціалу; розвиток механізму когнітивного оцінювання життєвих проблем; формування критичного ставлення підлітків до деструктивних способам поведінки.

Аналіз практичної роботи шкіл свідчить про те, що підготовка дітей та юнацтва до психологічного та соціального самозахисту відбувається стихійно. Ця підготовка відбувається загалом способом життя, соціумом, через процес його включення в різноманітні види соціальної діяльності. Задля реалізації нашого проєкту в межах загальноосвітніх навчальних закладів розглянемо його етапи.

Перший етап – підготовчий. Він включає в себе організацію зустрічей з учнями, вчителями та проведення батьківських зборів задля отримання згоди на проведення діагностичної та тренінгової роботи з підлітками. Проводяться зустрічі психолога з учнями з ціллю мотивації на продуктивну спільну діяльність. Від кожного учасника необхідно отримати згоду на подальшу роботу.

Другий етап – діагностичний. Проводиться діагностика підлітків з ціллю виявлення необхідних соціально-психологічних характеристик.

Третій етап – основний. Проводяться блоки занять на підвищення рівня стресостійкості та адаптації; на розвиток комунікативних та організаторських здібностей; на підвищення самооцінки; для корекції рівня тривожності; для профілактики здорового образу життя тощо. В кінці кожного заняття проводиться рефлексія та відбувається зворотній зв'язок з учасниками групи. Для реалізації подібної програми доцільно використовувати наступні методи: методи дослідження особистості; методи соціально-психологічного тренінгу; дискусійний метод; метод спостереження; метод конкретного аналізу ситуацій.

Четвертий етап – кінцева діагностика. Проводиться діагностика підлітків з ціллю виявлення конкретних змін та надання практичних рекомендацій. Обговорюються результати, відслідковується динаміка змін.

П'ятий етап – завершальний. Відбувається консультативна, методична та психолого-просвітницька робота з підлітками, педагогами та батьками.

Структура заняття. Кожне заняття складається з наступних стадій: 1 стадія – розігрів. Включає в себе обмін своїм станом та настроєм; ритуал привітання; вправи для розігріву, зняття нервово-психічної напруги, розширення уявлень один про одного; 2 стадія – групова дискусія, рольова гра, спрямована на розігрування фрустраційних ситуацій та обговорення, обмін думками, реальним досвідом. Це допомагає побачити ситуацію з різних боків, побачити плюси та мінуси, задуматися над власною поведінкою, усвідомити її варіативність, переоцінити ситуацію, виробити техніку поведінки по кожній певній проблемі з ціллю покращення психологічного самозахисту; 3 стадія – рефлексія «тут і тепер». Підведення підсумків роботи. Інтеграція досвіду, отриманого на занятті, зворотній зв'язок; 4 стадія – ритуал прощання, домашнє завдання.

Соціально-психологічні та педагогічні технології дозволяють досягати множини цілей соціально-педагогічного супроводу підлітків в освітньому середовищі. В психокорекції нами використовувалися спеціально розроблені прийоми й методи ігрових занять для підлітків, зміст яких відповідав психокорекційним задачам. Деякі ситуації були запропоновані самими підлітками та увійшли до процедури корекції. Підліткам пропонувалися сюжетно-рольові ігри, спеціальні ігри-драматизації, що знімають бар'єри спілкування, що є школою групових і соціальних відносин, є засобом досягнення стабільної позитивної самооцінки, сприяють досягненню емоційної децентрації.

Реалізація програми розвитку стресостійкості та загального особистісного потенціалу підлітків в освітньому процесі школи забезпечила зміни динаміці стратегій психологічного самозахисту підлітків. Це дозволило на завершальному етапі судити про ефективність проведеної нами психологічної роботи. Отримані результати свідчать про підвищення стресостійкості, зниження негативних емоційних переживань, зміну стратегій поведінки підлітків в проблемних життєвих ситуаціях, показує на появу у випробовуваних внутрішньої психологічної роботи з власними емоційними переживаннями та конструктивного підходу до оцінки життєвих подій.

Висновки. На основі експериментальних даних, отриманих в ході емпіричного дослідження механізмів психологічного самозахисту підлітків, нами було визначено мішені корекції в когнітивній, емоційно-мотиваційній та поведінковій сферах. Рушійні сили особистісного розвитку підлітка визначаються подоланням протиріч між фізичним, психічним, соціальним та духовним розвитком. Розвиток стресостійкості та впевненості в собі відбувається за рахунок забезпечення підлітків необхідними психологічними засобами розвитку навичок та вмінь відповідальної, впевненої поведінки; формування мотивації саморозвитку та самовиховання; укріплення почуття власної гідності.

Задля успішного навчання та психічного розвитку особистості в ситуації шкільної взаємодії необхідним є створення соціально-психологічних умов, психологічний супровід дитини. Його ціллю є організація співпраці з дитиною, направленої на її самопізнання. Шкільна психологічна діяльність є відносно самостійною, проте повинна враховувати як педагогічні так і психологічні цілі, в центрі яких дитина. При психологічному супроводі повинні брати участь всі: педагоги, психологи, дитина, батьки. Діяльність психолога психологічного супроводу повинна бути направлена на: визначення психологічних критеріїв ефективного навчання та особистісного розвитку дитини; аналіз можливостей шкільної програми та індивідуальних можливостей дитини; розробку певних методів роботи задля успішного навчання та розвитку дітей; психологічну профілактику, діагностику та корекцію. Головним завданням психолога повинно бути допомогти особистості навчитися керувати собою.

Література

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии / Альфред Адлер. - М. : АСТ, 1999. – С. 18-225.
2. Анн Л. Ф. Психологический тренинг с подростками / Людмила Федоровна Анн. – СПб. : Питер, 2007. – 271 с. : с ил. – (Серия «Эффективный тренинг»).
3. Балл Г. А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности / Г. А. Балл // Вопросы психологии. – 1989. – № 1. – С. 92–100.
4. Бохонкова Ю. О. Психологічні особливості сприйняття підлітком стресової ситуації та адаптація до неї / Ю. О. Бохонкова // Зб. наук. праць: Філософія. Соціологія. Психологія. – Івано-Франківськ : ВДВ ЦІТ, 2011. – Вип. 16. – Ч. 1. – С. 121-128.
5. Завацкая Н. Е. К вопросу о профилактике социальных дезадаптаций у подростков / Н. Е. Завацкая // зб. наук. праць СНУ ім. В. Даля. – Луганськ : СНУ ім. В. Даля, 2001. – С. 224–226.
6. Lazarus R. S., Folkman S. Stress appraisal and coping. - N.Y. : Springer, 1984. – P. 22 – 46.
7. Silva M.N., Markland D.A., Minderico C.S., Vieira P.N., Castro M.M., Coutinho S.S., Santos T.C., Matos M.G., Sardinha L.B., Teixeira P.J. A randomized controlled trial to evaluate self-determination theory for exercise adherence and weight control: Rationale and intervention description // BMC Public Health. - 2008. Vol. 8. - P. 234–247.

References

1. Adler A. Praktika i teoriya individualnoy psihologii / Alfred Adler. -M. : AST, 1999. – S. 18 225.
2. Ann L. F. Psihologicheskiy trening s podrostkami / Lyudmila Fedorovna Ann. – SPb. : Piter, 2007. – 271 s. : s il. – (Seriya «Effektivniy trening»).
3. Ball G. A. Ponyatie adaptatsii i ego znachenie dlya psihologii lichnosti / G. A. Ball // Voprosyi psihologii. – 1989. – № 1. – S. 92–100.
4. Bohonkova Yu. O. Psihologichni osoblivosti spriynyattya pldlItkom stresovoYi situatsiYi ta adaptatsiya do neYi / Yu. O. Bohonkova // Zb. nauk. prats: Fillosofiya. Sotsiologiya. Psihologiya. – Ivano-Franklvsck : VDV TsIT, 2011. – Vip. 16. – Ch. 1. – S. 121 128.
5. Zavatskaya N. E. K voprosu o profilaktike sotsialnyih dezadaptatsiy u podrostkov / N. E. Zavatskaya // zb. nauk. prats SNU Im. V. Dalya. – Lugansk : SNU Im. V. Dalya, 2001. – S. 224–226.
6. Lazarus R. S., Folkman S. Stress appraisal and coping. - N.Y. : Springer, 1984. – P. 22 – 46.
7. Silva M. N., Markland D. A., Minderico C. S., Vieira P. N., Castro M. M., Coutinho S. S., Santos T. C., Matos M. G., Sardinha L. B., Teixeira P. J. A randomized controlled trial to evaluate self-determination theory for exercise adherence and weight control: Rationale and intervention description // BMC Public Health. - 2008. Vol. 8. - P. 234–247.

Кирпенко Т.М.

СТРЕССОСТОЙКОСТЬ И ПРОБЛЕМА ЕЕ ФОРМИРОВАНИЯ У ПОДРОСТКОВ

В статье рассматривается проблема формирования стрессоустойчивости в подростковом возрасте. Анализируются принципы и формы предоставления личности психологической помощи. Раскрываются факторы становления психологической самозащиты подростков, включает детерминанты: система личностных отношений ребенка, социальный контекст. Представлены ведущие направления исследования стресса и стрессоустойчивости. Описываются задачи и этапы психокоррекционной программы формирования стрессоустойчивости личности. Источников 7.

Ключевые слова: подросток, стресс, стрессоустойчивость, саморегуляция психологической самозащита, копинг, личность, адаптация, психотерапия, гештальттерапия, стратегия поведения.

Курпенко Т.

Stress and problems of its formation in adolescents

The paper addresses the problem of forming stress in adolescence. Analyzes the principles and forms of individual psychological care. Disclosed factor of psychological self-defense adolescents, including determinants: a system of personal relationships of the child, the social context. Presented by leading areas of research of stress and stress. Describes the tasks and stages of psycho-stress program for the formation of personality. Source 7.

Key words: teen, stress, stress, psychological self-defense self-regulation, coping, personality, adjustment, psychotherapy, Gestalt, strategy behavior.

Кирпенко Тетяна Михайлівна – старший лаборант лабораторії історії психології ім. В. А. Роменця Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України, м. Київ.

УДК 159.923: 371.398

Кравченко К. В.

ОБРАЗ МАЙБУТНЬОЇ СІМ'Ї ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ УЯВЛЕНЬ ДИТИНИ

У статті представлено погляди науковців щодо дослідження образу сім'ї. Здійснено аналіз загальних характеристик образу сім'ї – батьківської та майбутньої. Джерел – 12.

Ключові слова: сім'я, дитина, уявлення, образ сім'ї.

Постановка проблеми. Поява нових ціннісних орієнтацій у суспільстві зумовили пошук нових моделей образу життя, альтернативних моделей спільного життя і нових моделей і образів сім'ї [2; 10 та ін.]. Автори зазначали, що образи батьків впливають на вступ до шлюбу, розподіл сімейних обов'язків, сприйняття себе та інших, на формування рис особистості та її смислових орієнтирів. З перших років життя дитини джерелом соціального наслідування стає батьківська сім'я. Наслідування образу стосунків власних батьків спочатку відбувається на підсвідомому рівні через механізми ідентифікації та наслідування. Запам'ятовуються образи батьків, прабатьків, братів, сестер, неусвідомлювано засвоюються норми соціальної поведінки і родинних відносин, обов'язкові у процесі взаємодії зі значущими дорослими, наслідування їх діям, словам, почуттям, ототожнення себе з близькими людьми тощо. Отже, сім'я для дитини є першим провідником соціального впливу, який вводить її в усе різноманіття рольової поведінки, домашнього побуту, викликаючи різні почуття, дії, способи поведінки, впливаючи на формування звичок, рис характеру, психічних властивостей. Цим багажем дитина користується в поточний момент, засвоєне у дитинстві визначає її якості майбутнього сім'янина [4; 6 та ін.]. Тому можна говорити про взаємозалежність „якості” сім'ї (її складу, ціннісних орієнтацій, етичних засад, укладу, характеру дитячо-батьківських відносин, психологічного клімату, міжпоколінних зв'язків тощо) та її можливостей у вирішенні задач виховання дитини як майбутнього сім'янина. У зв'язку із посиленням духовної кризи, втратою моральних орієнтирів, руйнацією культурних традицій, переорієнтацією цінностей з духовних на матеріальні, і, як результат, дезорієнтація полової ідентичності дітей, формування в них позаподружніх та антибатьківських установок, загальної деморалізації, спотвореного образу сім'ї особливої значимості набуває виявлення специфіки образу майбутньої сім'ї через призму уявлень дитини.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У наукових доробках М. Б. Богатирьової, М. Боуена, М. М. Бурдукало, О. Х. Валесвої, А. Я. Варги, Н. І. Демідової, Е. Г. Ейдемільера, Ю. Б. Євдокимової, Т. В. Кузнецової, О. Г. Куліш, М. А. Мацук, Т. М. Мішиної, Н. В. Панкової, Л. Г. Попової, Т. Н. Пухової, С. А. Терьохіної, В. В. Юстицькіса та ін. висвітлено різноманітні аспекти образу сім'ї: зміст образу сім'ї через виділення його системних характеристик – структурних, динамічних та історичних особливостей сім'ї (І. Ю. Хамітова, А. Б. Холмогорова); сприйняття сімейної ситуації та певних способів реагування на неї (Е. Г. Ейдемільер, Т. М. Мішина, В. В. Юстицькіс та ін.); роль дитячих вражень у формуванні установок про власну сім'ю (А. С. Красовський, Т. В. Кузнецова, Е. Б. Моденова, А. Ю. Тавіт та ін.); проблеми замісної сімейної