

Література:

1. Гришук О. П. Оптимізація самоствавлення особистості в умовах учбової діяльності. Практична психологія та соціальна робота. 2000. № 8. С. 19–25.
2. Кононова М. М. Теоретико-методичні засади професійного зростання майбутніх вчителів-дефектологів: монографія. Полтава: ПНПУ імені В. Г. Короленка. 2019. 364 с.
3. Штепа О. С. Психологічні особливості формування та актуалізації особистісної зрілості. Практична психологія та соціальна робота. 2006. № 5. С. 24–31.

УДК 159.922.76-056.3

СТРЕС-ДОЛАЮЧА ПОВЕДІНКА СІМЕЙ З ДІТЬМИ З ПОРУШЕННЯМИ ПСИХОФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ

Кучма Т. В.

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
tkucma71@gmail.com*

На розвиток і становлення сім'ї досить сильно впливають динамічні процеси в житті сучасного суспільства. Сучасний підхід до сім'ї, яка виховує дитину з відхиленнями у розвитку, розглядає її як реабілітаційну структуру, яка з самого початку володіє потенційними можливостями для створення максимально сприятливих умов для розвитку та виховання дитини.

Сім'ї, в яких виховуються діти з психофізичними порушеннями, живуть під вантажем численних проблем. Це ускладнює сімейну атмосферу. Не всі батьки виявляються здатними прийняти недугу дитини і адекватно реагувати на її проблеми, що постійно виникають в процесі життя.

Огляд сучасних наукових досліджень свідчить, що в процесі подолання пролонгованого стресу у сім'ї, викликаного кризовою ситуацією внаслідок дитячого психофізичного порушення, провідне місце належить копінгу.

Мета – розкрити особливості стрес-долаючої поведінки сімей з дітьми з порушеннями психофізичного розвитку.

Дослідження стрес-долаючої поведінки (коінг-поведінки), коінг-стратегій ставали предметом наукових розвідок таких вчених, як: Р. Лазарус, С. Фолкман, М. Перрес, Р. Мартін, В. І. Шебанова та ін. Особливості коінг-стратегій батьків дітей з порушеннями психофізичного розвитку вивчали М. С. Голубєва, С. М. Моїсеєва, І. О. Куваєва, М. А. Зав'ялова, А. А. Нестерова, Н. А. Ковалевська, А. І. Сергієнко та ін.

Копінг, на думку А. Маслоу виявляється у готовності індивіда вирішувати життєві проблеми шляхом пристосування до обставин, що передбачає сформованість вміння використовувати певні засоби для подолання стресу [3].

Важкі життєві ситуації перевіряють сімейну систему на міцність. Існує особлива якість родини, так звана «стійкість», яка дозволяє їй формуватися і підтримувати стійкі патерни функціонування під впливом стресу. Даний термін перекладається по-різному: еластичність, здатність сім'ї швидко відновлювати сили у разі невдачі, травми. Не всі члени сім'ї однаково вразливі до стресу, не всі вміють швидко відновлювати душевні і фізичні сили, «одужувати» після невдачі, травми, утримуватися на поверхні, зберігаючи душевну енергію, життєрадісність та інші позитивні якості. Деякі сім'ї стають жертвами ситуації і змінюються в сторону дисфункціонального стану, ніколи не «одужують», не оговтуються від стресу.

Адекватне сприйняття проблем, пов'язаних з вихованням в сім'ї дитини з відхиленнями у розвитку, досягається не відразу і не всіма батьками. Відомо, що пролонгована психотравмуюча ситуація надає психогенний, фруструючий вплив на психіку батьків проблемних дітей і опосередковано негативно впливає на їх ставлення до дитини. Одні батьки переносять вплив стресу дуже важко, і трагічність ситуації ламає їхні долі. Інші знаходять в собі сили протистояти виниклим труднощам, вміють самореалізуватися і досягають максимальних успіхів у соціалізації дитини. Таким чином, виявляється, що при подібних варіантах фрустраційного навантаження реактивні здібності і адаптаційні можливості у різних батьків проявляються по-різному [3].

Отже, сім'ї можуть по-різному реагувати на стрес. Способи (стратегії і стилі) функціонального, або продуктивного, копінга сім'ї в стресовій ситуації зазвичай включають:

- 1) пошук інформації, розуміння стресової ситуації, події;
- 2) пошук соціальної підтримки від близького оточення, родичів, друзів, сусідів, інших людей, що знаходяться в подібних ситуаціях;
- 3) гнучкість сімейних ролей;
- 4) оптимізм, віра в найкраще;
- 5) налагоджена комунікація;
- 6) включеність всіх членів сім'ї у вирішення проблем, труднощів та ін. [2].

Визначено, що в батьків дітей з інтелектуальними порушеннями копінг більше спрямований на емоції, втечу, що виявляється у зниженні соціальної активності таких сімей. У міру дорослішання дитини проблемно-орієнтований копінг-стратегії змінюються на емоційно-орієнтовані, уникаючі або конфронтаційні [1].

У той же час, І. О. Куваєва та М. А. Зав'ялова подають дані про відсутність виражених відмінностей у життєстійкості, психологічному

благополуччі та копінг-стилях матерів дітей з типовим розвитком та матерів дітей з обмеженими можливостями здоров'я, але емпірично доводять використання цими групами жінок різних ресурсів для підтримання психологічного благополуччя: першим у цьому допомагає впевненість у власних силах, а другим – соціальна підтримка близьких і друзів [4].

В той же час, у батьків здорових дітей копінг-ресурсами є більш виражені такі особистісні якості і характеристики, як активна соціальна позиція, конформізм, емоційна стабільність, радикальна поведінка, висока самооцінка й оптимізм, завдяки чому вони відмовляються від уникнення проблем, не використовують емоційно-експресивні реакції і схильні до проблемно-фокусуєчого стилю копінгу й соціальної підтримки.

Ресурсний підхід до вивчення копінг-стратегій передбачає детальний розгляд комплексу зовнішніх (середовища) і внутрішніх (суб'єкта) характеристик, що допомагають більш успішно адаптуватися до життєвих труднощів (М. Селігман, В. А. Бодров, М. А. Холодна, Є. А. Сергієнко, С. А. Хазова, С. Хоббол). Науковці стверджують, що копінг-ресурсами може бути все, що людина використовує для опанування в складних ситуаціях: когнітивні, соціальні, ціннісні, особистісні, матеріальні, світоглядні засоби і можливості. Вони розвиваються в людини навіть до появи стрес-чинника, а під час дії останнього активізуються. Вплив пролонгованого чи екстремального стресу, безумовно, викликає виснаження ресурсних можливостей та призводить до виникнення депресивного стану, використання непродуктивних стратегій долаючої поведінки, що особливо характерно для батьків дітей з психофізичними порушеннями.

Погоджуємося з думкою науковців, що успішність опанування сім'ї із труднощами пов'язана зі ступенем задоволеності відносинами в сім'ї і узгодженості ціннісних орієнтацій подружжям [1; 5].

Тож, здатність сім'ї, в якій виховуються діти з особливими потребами, протистояти силам, що порушують її внутрішню рівновагу залежить від розвитку і сформованості копінг-ресурсів батьків. Спільне сімейне опанування виступає не тільки як спосіб, необхідна умова подолання важких, стресових ситуацій в сім'ї, але і як найважливіший ресурс, завдяки якому сім'я залишається життєздатною і здоровою, може характеризуватися кращим психологічним і фізичним самопочуттям подружжя, високою задоволеністю життям і сімейними відносинами, кращою соціальною адаптацією і стабільністю відносин.

Експериментальне дослідження особливостей прояву стрес-долаючої поведінки у сімей з дітьми з психофізичними порушеннями представляє науковий інтерес і практичну значущість в контексті психологічної допомоги даним сім'ям.

Література:

1. Гостунская Я. И. Особенности совладающего поведения родителей, воспитывающих детей с нарушением интеллекта / Мир науки, культуры, образования : междунар. науч. журн. 2018. № 5. С.376–377.
2. Кононова М. М., Кучма Т. В. Сутність стресу як психологічної категорії / Науковий журнал «Молодий вчений», 2021. С. 28–33.
3. Кононова М. М., Кучма Т. В. Копінг-поведінка у подружніх пар з дітьми з психофізичними порушеннями: теоретичний аналіз / Психологія та педагогіка сучасності: проблеми та стан розвитку науки і практики в Україні: Збірник тез наук. робіт сучасн. Міжнародної науково-практичної конференції. Львів: ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2020. С. 9–12.
4. Куваева И. О. Жизнестойкость и совладающее поведение у матерей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья / Известия Уральского федерального университета. Сер. 1, Проблемы образования, науки и культуры. 2017. Т. 23, № 4 (168). С. 105-111. Режим доступа: <http://hdl.handle.net/10995/54425>
5. Ярош Н. С. Саногенне мислення як чинник стрес-долаючої поведінки особистості: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Київ, 2018. 235 с. Бібліогр.: С.191–206.

УДК 159.923.2-053.6

ДИНАМІКА ПОКАЗНИКІВ СМИСЛОЖИТТЄВИХ ОРІЄНТАЦІЙ ПІДЛІТКІВ-НЕФОРМАЛІВ У ПРОЦЕСІ ТРЕНІНГУ

Лавріненко В. А.

Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

lavrinenko.vitaliy@gmail.com

За умов суттєвих змін у суспільстві, що відображають переорієнтацію цінностей, комерціалізацію життя та плюралізм ідей, відбувається поширення молодіжних субкультур, у яких підлітки отримують соціальний досвід та самореалізуються. Комунікативний досвід підлітка, отриманий внаслідок активної участі у діяльності неформальних угруповань впливає на його осмислення життя, визначає структурну організацію та змістовне наповнення його ціннісно-сміслової сфери, розкриваючи виражені ознаки смисложиттєвої кризи.

Ефективне подолання ціннісно-сміслової кризи підлітків із неформальних об'єднань часто вимагає психологічного супроводу, оскільки вони характеризуються більш вираженими та генералізованими ознаками даної кризи, порівняно з іншими підлітками. До того ж, сам факт вступу до неформальних об'єднань часто і є проявом вираженої ціннісно-сміслової кризи молоді особистості і виступає своєрідним шляхом її подолання.