

семінарських занять, тощо), а також включення студентів у різні форми громадської діяльності (волонтерську роботу, художню самодіяльність, тощо). Особливої уваги потребують також питання вдосконалення навичок володіння комп'ютерними технологіями першокурсників, введення спеціальних курсів та інструктажів з цієї проблематики та надання необхідних консультацій спеціалістами психологічних служб у закладах вищої освіти.

Таким чином, проблема адаптації першокурсників до навчання в умовах воєнного стану має розглядатися в контексті цілісної системи психологічного супроводу студента, яка, з одного боку, передбачає вивчення суті труднощів у цьому процесі та шляхів їх подолання, а з іншого – застосування комплексу засобів їх вдалої корекції для забезпечення ефективної професіоналізації молоді.

ЛІТЕРАТУРА

1. Березяк К. М., Накорчевська О. П., Васильєва О. А. Психологічні особливості адаптації студентів до навчання в умовах війни *Перспективи та інновації науки*. (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»). № 10 (15). 2022. С.401–411.
2. Вітвицька С.С. Основи педагогіки вищої школи . Київ, 2006. 384 с.
3. Калюжна Ю.І. Особливості кризи особистості студента у процесі адаптації до навчання у вищій школі. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2018. Вип. 1. С. 56–61.
4. Левченко М., Феденько С., Флоростян Ф. Особливості соціальної адаптації здобувачів вищої освіти до освітнього процесу в умовах воєнного стану. *Актуальні питання гуманітарних наук*. Вип. 52, том 2, 2022. С. 185–192.
5. Педагогіка вищої школи: Навч. посібник / Заг. ред.. З.Н. Курлянд. – Київ, 2005. 399 с.
6. Подоляк Л.Г. Юрченко В.І Психологія вищої школи. Київ, 2006. 320 с.
7. Слєпкань З. І. Наукові засади педагогічного процесу у вищій школі. Київ, 2000. 210 с.

ОСОБЛИВОСТІ СТИЛЮ САМОРЕГУЛЯЦІЇ БАТЬКІВ ДІТЕЙ ІЗ ПСИХОФІЗИЧНИМИ ПОРУШЕННЯМИ

Кононова М. М., Кучма Т. В.

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
meershaum@ukr.net, tkucma71@gmail.com*

Психологічний стан батьків та проблеми, з якими вони стикаються при вихованні дитини з психофізичними порушеннями, були і залишаються предметом науково вивчення спеціалістів різного профілю (соціологів, психологів, спеціальних

педагогів, економістів, юристів, вихователів та ін.). Впродовж свого функціонування така сім'я переживає різні стресові ситуації, не завжди маючи можливість справитися з ними самотійно, що нерідко переходить у стан стресу пролонгованого характеру. Зокрема, ключовими є кілька кризових періодів: постановки діагнозу; кризи явних проявів відставання в розвитку; у випадку виявлення обмежених здібностей дитини до навчання; в період настання повноліття [3].

Встановлено, що характерними ознаками пролонгованого стресу батьків з дітей із психофізичними порушеннями можуть бути: стійкі порушення сну, апетиту; брак позитивних емоцій, депресія, апатія; раптові напади гніву, виражена агресивність по відношенню до членів родини; тривале почуття провини; проблеми всіх членів сім'ї, пов'язані з доглядом і вихованням хворої дитини, в поєднанні з трудовим навантаженням на батьків, як наслідок – почуття безсилля, емоційного, фізичного, інтелектуального виснаження; відчуття непотрібності інших дітей в родині через недостатність уваги від батьків, відчуженість від проблем сім'ї тощо. Ці симптоми виражають напругу, у якій перебувають батьки і хворі діти. У певні періоди вони знижуються або розвиваються з новою силою, але без допомоги і підтримки з ними впоратися складно [4; 5]. Саме тому актуальними нині залишаються питання способів боротьби батьків зі стресом, визначення рівня і джерел їхньої стресостійкості, зокрема особливостей застосування копінг-стратегій та саморегуляції як провідного і визначального психічного процесу будь-якого виду життєдіяльності особистості.

На переконання науковців, саморегуляція – це той механізм, завдяки якому забезпечується активізація та певне спрямування позиції суб'єкта. Вона здійснює оптимізацію психічних можливостей, компенсацію недоліків, регуляцію індивідуальних станів відповідно до завдань і умов діяльності (М. Гринців, М. Гриньова) [1; 2].

Історична ретроспектива показує, що дослідженням та вивченням різних аспектів саморегуляції займалися такі вчені-психологи, як-то: І. Бех, Л. Божович, Л. Виготський, М. Гриньова, І. Дубровіна, І. Кон, Н. Кононец, М. Кононова, О. Конопкін, Г. Нікіфоров, А. Осницький, С. Рубінштейн, В. Татенко, І. Трофімова, В. Ядов, R. Baumeister, A. Boone A. Duckworth, M. Gottfredson, T. Hirschi, W. Mischel, M. Seligman, Y. Shoda, P. Peake, J. Tangney та ін. Однак проведений аналіз наукової

літератури демонструє, що саморегуляція батьків, які виховують дітей із психофізичними порушеннями, – аспект зовсім не вивчений.

Мета дослідження – емпіричне вивчення та порівняння особливостей показників саморегуляції батьків дітей із психофізичними порушеннями.

До емпіричної вибірки увійшли дві групи батьків: 1) батьки, які виховують дітей із розумовою відсталістю (РВ) (104 особи); 2) батьки дітей із сенсорними порушеннями (СП) (27 осіб). З метою дослідження особливостей розвитку саморегуляції (компонентів: планування, моделювання, програмування, оцінювання результатів, гнучкості, самостійності) батьків дітей із психофізичними порушеннями використано методику В. Моросанової «Стиль саморегуляції поведінки – ССПМ».

Рівневі показники усіх емпіричних даних, отриманих у ході дослідження, представлені в таблиці 1.

Таблиця 1 – Порівняльний аналіз рівневих показників стилю саморегуляції батьків, у %

<i>Низький рівень</i>		<i>Середній рівень</i>		<i>Високий рівень</i>	
РВ n=104	СП n=27	РВ n=104	СП n=27	РВ n=104	СП n=27
«Загальний рівень саморегуляції»					
38,46% (40)	0% (0)	27,88% (29)	22,22% (6)	33,66% (35)	77,78% (21)
«Планування»					
0% (0)	0% (0)	79,81% (83)	22,22% (6)	20,19% (21)	77,78% (21)
«Моделювання»					
13,46% (14)	0% (0)	46,15% (48)	74,07% (20)	40,39% (42)	25,93% (7)
«Програмування»					
33,65% (35)	0% (0)	58,65% (61)	100% (27)	7,7% (8)	0% (0)
«Оцінка результатів»					
21,15% (22)	0% (0)	29,81% (31)	22,22% (6)	49,04% (51)	77,78% (21)
«Гнучкість»					
33,65% (35)	0% (0)	66,35% (69)	81,48% (22)	0% (0)	18,52% (5)
«Самостійність»					
24,04% (25)	74,07% (20)	52,88% (55)	25,93% (7)	23,08% (24)	0% (0)

Отже, як свідчать емпіричні дані (табл. 1), батьки, які виховують дітей із СП, найчастіше (більше 70%) оцінювали свою саморегуляцію високими балами, тобто вони достатню самостійні, гнучкі та вміють адекватно реагувати на зміну умов, усвідомлено вирішують проблемні питання незалежно від ситуації та особистісних особливостей.

За шкалою «Планування» значну представленість високого рівня було виявлено у групі батьків, які виховують дітей із СП – 77,78% (табл. 1). Отже, вони мають розвинену потребу і навички аналізу та планування своїх дій і поведінки, контролю емоцій з метою подальшого раціонального вирішення тієї чи тієї життєвої ситуації. Емпіричні дані дозволяють вважати, що батьки дітей із РВ теж цілком здатні до планування поведінки, але потреба в цьому розвинена в них порівняно менше, ніж у батьків дітей із СП, тому інколи поставлена мета може не досягатися.

За шкалою «Моделювання» найбільша кількість високих показників зустрічалася у досліджуваних, які виховують дітей із РВ (40,39%), а середні показники домінували в групі батьків дітей із СП (74,07%). Отже, у порівнянні друга група досліджуваних значно вище оцінювали свої навички виділяти значущі умови досягнення цілей як в поточній ситуації, так і в перспективному майбутньому, що проявляється у відповідності програм дій планам діяльності, відповідно одержуваних результатів прийнятим цілям.

За шкалою «Програмування» увагу привернула виражена наявність низьких показників у групі батьків, що виховують дітей із РВ (33,65%) на фоні відсутності таких у іншій групі (табл. 1). Можна припустити, що навички продумувати послідовність своїх дій у цих батьків недостатньо розвинені, або ж батьки свідомо не бажають їх застосовувати. У групі батьків дітей із СП абсолютна кількість встановлена за середнім рівнем розвитку здатності до програмування, тож у них є помірна потреба продумувати способи своїх дій і поведінки для досягнення поставлених цілей, що допомагає бути готовими до мінливих життєвих обставин і залишатися в емоційно-психологічному ресурсі.

За шкалою «Оцінка результатів» батьки дітей з СП, на відміну від інших, зовсім не показували наявність низьких показників, а високі показники в них значно перевищували такі у групі батьків дітей із РВ – 77,78% проти 49,04% (табл. 1). Отже, уміння критично ставитися до себе, адекватно оцінювати результати діяльності і аналізувати помилки у відповідності до поставленої мети і очікуваного результату більш розвинене в батьків дітей із СП.

За шкалою «Гнучкість» (табл. 1) визначено, що здатність проявляти вміння перебудовувати, вносити корекції в систему саморегуляції при зміні зовнішніх і внутрішніх умов під час розв'язання життєвих проблем більшою мірою виражена у групі досліджуваних, які виховують дітей із СП, оскільки низький рівень у них не виявлено взагалі, а було домінування середнього (81,48%) та високого рівнів (18,52%). Натомість у батьків дітей із РВ не виявлено показників високого рівня та привернула увагу значна відсоткова кількість показників низького рівня – 33,65%.

За шкалою – «Самостійність» група батьків дітей із СП оцінила власну самостійність найменшими балами: у 74,07% рівень розвитку даної якості виявився на низькому рівні та взагалі не було показників високого рівня. Очевидно, батьки даної групи відчують нагальну потребу в допомозі (ствердження, схвалення тощо) при плануванні діяльності та поведінки, більш залежні від думок та оцінок оточення, ніж батьки дітей із РВ, де встановлено домінування середніх показників (52,88%), а низькі та високі показники розподілилися майже однаково (табл. 1).

Отже, узагальнені результати показують, що група батьків, які виховують дітей із сенсорними порушеннями, відрізняється високими показниками за всіма шкалами, крім шкали «Самостійність», що свідчить про їх вразливість, а в групі батьків дітей із розумовою відсталістю за всіма показниками домінує середній рівень, окрім здатності до моделювання та оцінки результатів. Перспективи подальших розвідок вбачаємо у розгляді інших груп батьків із порушеннями психофізичного розвитку.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гринців М. Саморегуляція як компонент професійної підготовки майбутнього фахівця. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2013. Вип. 4. С. 238-245.
2. Гриньова М. В. Саморегуляція. Полтава: АСМІ. 2006. 256 с.
3. Кононова М. М., Кучма Т. В. Специфіка копінг-поведінки в сім'ях, що виховують дітей з психофізичними порушеннями. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. Том 33 (72) №4 2022. С.60-64.
4. Кучма Т. В., Кононова М. М. Особливості психоемоційного стану батьків дітей з психофізичними порушеннями. *Міжнародна науково-практична конференція «Традиції та новації у сфері педагогіки та психології» – Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського*. 2022.
5. Кучма Т. Особливості пролонгованого стресу в сім'ях з дітьми з порушеннями психофізичного розвитку [Електронний ресурс]. *Психологія і особистість : наук. журн.* 2021. № 1 (19). С. 72-83.