

6. Щербакова К. Й. Професійна готовність вихователя до забезпечення психолого-педагогічного супроводу розвитку дітей з особливими освітніми потребами. Наукові записки НДУ ім.М.Гоголя. Серія «Психолого-педагогічні науки». 2021. № 1. С.141-145.

*П'єх Петро*

*Науковий керівник – доц. Свідерська Галина*

### **ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ЯК ОБ'ЄКТ НАУКОВИХ РОЗВІДОК УКРАЇНСЬКИХ ТА ЗАРУБІЖНИХ ПСИХОЛОГІВ**

Агресивна війна російської федерації проти нашої країни, яка триває другий рік і спрямована на тотальне знищення українців як нації, неминуче впливає на всі сфери нашого життя і може лише посилювати щоденні психологічні травми. У цих умовах перед психолого-педагогічною наукою і практикою постає завдання всебічно дослідити особистісний потенціал людини, яка зіткнулася з кризовими життєвими обставинами, втратами, дезадаптацією та руйнуванням екзистенційних ілюзій. «У цьому феноменологічному просторі чинне місце займає життєстійкість, яка розглядається як особистісний предиктор можливостей людини у подоланні стресів на основі специфічної когнітивної оцінки, смислових інтерпретацій життєвих подій, що сприяє підвищенню самоцінності та особистісному зростанню», - зазначають І.Бринза, О.Кузнєцова [1, С.14].

Саме життєстійкість вважається фактором, завдяки якому особа може зберегти психічне та тілесне здоров'я в умовах перманентного стресу, тому вивчення і дослідження цієї властивості знаходимо у значній кількості українських та зарубіжних публікацій (І.Бринза, О.Кузнєцова, Н. Леоненко, З.Лукашеня, О. Кокун, Л. Сердюк, Т. Титаренко, А. Фомінова, О. Шамич, О.Чиханцова, С.Мадді, Дж. Кашані, С. Кобейса, М. Селігман, М. Чиксентміхаї, Дж. Шепперд та інших).

В українській психології розробка проблеми життєстійкості пов'язана з дослідженнями копіngu, копіngових стратегій - опануванням людиною складних ситуацій та феноменом психологічної стійкості особистості (О.Бацилева, Г. Дубчак, О. Кокун, В. Крайнюк, Л. Куликов, А. Фомінова, О. Шамич та ін.), пошуком смислу життя та життєтворчістю (Ю. Швалб, С.Рудницька, Т. Титаренко, Н. Чепелева), із проблемою самореалізації та саморегуляції активності особистості (О. Бондаренко, О. Бондарчук, М.Боришевський, Л. Карамушка, Л. Коростильова, С. Максименко, В. Моляко, В. Моросанова, В. Москаленко, Н. Пророк, Л. Сердюк,), здатності до адаптації (О. Литвиненко).

Якщо аналізувати закордонні публікації із життєстійкості, то її розглядають у контексті проблеми подолання стресу та адаптації до нових суспільних умов чи соціальної тривожності (А. Ла Грека, Н. Лопез, М. Шміт), впливу очікування результату на фізичне благополуччя та психічне здоров'я людини (М. Шайер, Ч. Карвер, В. Флоріан, М. Мікулієнсер, О. Таубман). Також життєстійкість розглядається як можливість особистості витримати довготривалу

Магістерський науковий вісник. – № 41

стресову ситуацію, зберігаючи при цьому внутрішню збалансованість, не знижуючи продуктивності та використовуючи такі установки і навички, завдяки яким людина перетворює зміни на можливості (С.Агусцотір, С. Бернард, С. Кобейса, М. Раш, Ф. Родевальт, В. Шьоель, С. Хуанг).

На думку української дослідниці О.Чиханцової, життєстійкість є фундаментом особистісних рис індивіда та одним із ключових параметрів здатності людини до зрілих форм саморегуляції. У стресових умовах вона допомагає зберегти здоров'я та продуктивну діяльність, сприяє оцінці життєвих подій як менш стресових, а також мотивує людину шукати більш ефективні стратегії подолання стресу [3].

Теоретичні основи трактування життєстійкості – англійською «hardiness» - запропоновані американськими дослідниками С.Кобейса і С.Мадді, які визначали її як сукупність поглядів або переконань про себе і світ, котра дає сміливість і мотивацію переборювати і долати труднощі [4].

Як показує проведений нами аналіз психологічних джерел, практично всі автори – українські чи закордонні, вказують, що життєстійкість є ситуативною, оскільки проявляється в умовах життєвих труднощів, викликів, випробувань, зламів життєвого шляху. На думку І.Бринзи та О.Кузнецової, стрес, криза чи невизначеність, фрустрація, конфлікт – це саме ті ситуації, які є найбільш відповідними для аналізу проявів життєстійкості людини (див. рис.1).



Рис. 1 Життєстійкість у різних психологічних станах (за І.Бринзою, О.Кузнецовою)

У кожній із таких ситуацій життєстійкість особистості виявляється у найбільш розгорнутому вигляді. Так, життєстійкість у стані стресу виявляється у тому, як людина здатна витримувати тривогу, приймати як належне ті обставини, в яких вона не може задовільнити потреби тут і зараз, сприймаючи це все як невід'ємну частину життя. Це також про вміння індивіда інтегрувати переживання занепокоєння, напруги, відчуття загрози у структуру

власного життєвого досвіду та його здатність використовувати різноманітні копінгіві стратегії подолання стресу [1].

Життєстійкість у стані фрустрації – це вміння людини внутрішньо впоратися з амбівалентністю власних почуттів, відчуттям розгубленості чи пригніченості. Це можливість зберегти відчуття енергійності та жвавості, здатність сприйняти обмеження, неможливість досягнути мету чи реалізувати мотив як неминучу сторону життя; здатність вбачати в переживанні страху, агресії чи фрустраційної напруги частину цінного досвіду тощо.

Щодо життєстійкості у стані конфлікту, то тут можна вести мову про вміння особистості опановувати такі емоційні стани, як роздратування, агресію, обурення, презирство, гнів чи ненависть; її здатність сприймати складні ситуації у міжособистісних стосунках чи внутрішньому світі як наявну реальність через співіснування протилежних інтересів, позицій, інтегрувати переживання розбіжностей та дисгармонії у стосунках у цілісну структуру власного життєвого досвіду та здатність до перетворення конфлікту на конструктивну можливість для розвитку взаємин та подальшого саморозвитку.

Життєстійкість у стані кризи – це досвід витримувати переживання почуття розчарування, сорому, незадоволеності, образи, провини, горя, приниження, страждання та вміння узагальнювати всі ці почуття у межах картини власного життєвого шляху, розуміти, що складні життєві події є даністю і їх варто повністю приймати як належне, визнаючи невід'ємною складовою особистісної історії. Також це про готовність бути активним до перетворення ситуації неможливості реалізувати життєвий задум на ситуацію психологічного оновлення чи навіть відродження.

І якщо вести мову про життєстійкість у ситуації невизначеності, то вона виявляється у здатності людини психологічно переносити тривожність, розгубленість, сум'яття, коли наявна суперечлива або взагалі відсутня інформація, коли дуже важко передбачити і спрогнозувати розвиток важливих подій чи коли ми стикаємося із новизною чи нововведеннями. У такому випадку життєстійка особистість вміє інтегрувати ці переживання у цілісну структуру життєвого досвіду, вона здатна приймати світ в цілому та його окремі частини як відкриту систему, яка постійно змінюється, має здатність до того, щоб реалізувати різні стратегії конструювання власного майбутнього в умовах невідомості [1].

Отже, життєстійкість можна вважати аналогом життєвої сили людини, яка відображає її здатність долати певні життєві обставини, кризи особистісного розвитку, а також міру докладених нею до цього зусиль. Життєстійкість особистості - це вміння ефективно існувати не завдяки, а всупереч буттєвим перешкодам та труднощам. Це також здатність людини зберігати баланс між адаптацією до нових вимог та її прагненням жити гармонійно й повноцінно. Ця особистісна властивість не є рідкісним даром, який мають лише обрані щасливчики. Її можна і треба розвивати кожному з нас, і тоді буде легше зустрічатися на життєвому шляху із новими випробуваннями.

**ЛІТЕРАТУРА**

1. Бринза І., Кузнецова О. Психодіагностична методика «Парціальні позиції життєстійкості особистості»: результати розробки та апробації. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія. 2020. №1(11). С.14-22.
2. Титаренко Т. М., Ларіна Т. О. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека : навч. посіб.. Київ: Марич, 2009. 76 с.
3. Чиханцова О. А. Психологія становлення життєстійкості особистості. Дис... доктора психол наук за спеціальністю 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». Інститут психології імені Г. С. Костюка, НАПН України, Київ, 2021. 430 с.
4. Maddi S. The Story of Hardiness : Twenty Years of Theorizing, Research, and Practice. Consulting Psychology Journal: Pracice and Research. 2002. Vol. 54. №3. P. 173-185.

*Беднарчук Лідія*

*Науковий керівник – доц. Гончаровська Галина*

**СЕНСОМОТОРНИЙ РОЗВИТОК ДІТЕЙ СТАРШОГО  
ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ**

Сучасна психологічна наука визначає зміст сенсомоторного розвитку дітей старшого дошкільного віку з особливими освітніми потребами, виходячи, зокрема, із принципу збагачення та поглиблення шляхом формування в дітей орієнтування в навколишньому світі. Поряд зі спеціальним ознайомленням із кольором, формою, розміром предметів, варто удосконалювати звуковий аналіз мови, формувати музичний слух, розвивати м'язово-суглобову чутливість тощо. Ці вміння відіграють важливу роль у здійсненні музичної, образотворчої, трудової діяльності, у мовленнєвому спілкуванні. Водночас, забезпечення сенсомоторного розвитку дітей старшого дошкільного віку з особливими освітніми потребами передбачає спеціальну роботу із ознайомлення їх з сенсорними еталонами, а також розвиток рухової сфери.

Проблеми сенсомоторного розвитку дітей різного віку з різними нозологіями розкривали такі вчені, як Н. Байкіна [1], І. Барбашова [2], Ю. Вакуленко [3], О. Дроботій [4], Я. Крет [5], М. Кривонос [4], С. Кульбіда [1], Н. Максименко [6], Л. Метієва [7], К. Островська [8], М. Породько [9], В. Синьов [1] та ін., проте, значення цілеспрямованого сенсомоторного розвитку для дітей старшого дошкільного віку з особливими освітніми потребами у науковій літературі до кінця не розкрито.

Мета статті – обґрунтувати значення сенсомоторного розвитку для дітей старшого дошкільного віку з особливими освітніми потребами.

В результаті нашого емпіричного дослідження доведено, що діти з особливими освітніми потребами, окрім сенсорних порушень, мають і порушення моторної сфери, тому потребують спеціально організованого сенсомоторного розвитку. До умов успішного сенсомоторного розвитку дітей старшого дошкільного віку з особливими освітніми потребами віднесемо не тільки створення комфортного середовища, а й підлаштування їх до пропонуванних тактильних, вестибулярних, зорових, звукових, моторних та інших вражень. Адже, як пише І. Барбашова, «сенсомоторні системи дитини є основою для пізнання світу.