

ворожа поведінці, вони спроможні демонструвати тип уникнення та залежний тип особистісних установок, мають низький рівень соціальної підтримки, що може ще ускладнюватися ще й неадекватними, нестабільними відносинами з батьками.

Школа може тільки підвищувати емоційний дискомфорт, що утворився в сім'ї. Тривожність наростає, пов'язана з нею самооцінка падає, тим самим понижуючи навчальні досягнення та закріплюються «невдачі». Передумовою тривожного стану є також невпевненість у собі, котра веде до низки інших особливостей: бездумне слідування наказів дорослого, діяння за зразком, страх виявити ініціативу, лише формальне засвоєння знань. Батьки, незадоволені неуспішністю дитини, все більше зосереджують увагу на цих питаннях в спілкуванні, що ще більше підсилює емоційний дискомфорт. Таким чином виходить замкнуте коло: несприятливі особистісні особливості дитини відбиваються на її навчанні, низька результативність викликає погану реакцію дорослих, а ця негативна реакція, посилює сформовані у дитини особливості [2].

Тривожність у підлітковому віці набуває певних психологічних особливостей, у зв'язку з особливостями віку, проявом кризи, емоційної нестабільності, а нині і ситуації в країні.

Отже, через вплив несприятливих обставин, стан тривоги має змогу перерости у стійку особистісну якість. Проведене емпіричне дослідження дало можливість зробити висновок, що високий рівень соціальної тривожності у підлітків пов'язаний з такими особистісними факторами, як перфекціонізм, ворожість та депресивність.

ЛІТЕРАТУРА

1. Психологія особистості: Словник-довідник / За ред. П. П. Горностая. Київ: Рута, 2001. 320 с.
2. Томчук С.М., Томчук М.І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі: [монографія]. Вінниця: КВНЗ «ВАНО», 2018. 200 с.

*Карнець Наомі Еліастра
Науковий керівник – проф. Радчук Галина*

ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКІ СТОСУНКИ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

Життя в умовах війни, що сповнене негативними переживаннями, стресами на загальнонаціональному рівні, - актуалізує проблему психологічної стійкості, здатності відновлюватися після стресів. Тому що, від великої кількості загрожуючих факторів страждає психічне здоров'я як дітей, так і дорослих. Зокрема, особливо болісно це переживають підлітки. Адже, в силу специфіки вікового періоду, у них виникає багато проблем, що пов'язані із статевим дозріванням, іншими фізіологічними змінами; також із психологічними новоутвореннями: почуттям дорослості, розвитком самосвідомості, самооцінки, вольових якостей. Такий кризовий період зумовлює більш складний процес подолання труднощів, справлятися із стресами набагато важче, а повернення у спокійний гармонійний стан потребує

надзусиль. Саме тому, важливо зрозуміти, як можна позитивно вплинути на підвищення рівня психологічної стійкості підлітків [2].

Розвиток психологічної стійкості у дітей під час війни, пов'язаний, перш за все, із сприятливим соціо-екологічним середовищем, що повинно бути включене у розробку програм роботи із постраждалими від війни. Це підтверджує думку, що для того, щоб забезпечити розвиток резилієнтності, необхідний комплексний підхід. Хорошим прикладом є соціоекономічна модель Бروفенбренга, що містить три рівні:

- 1) мікросистема – стосунки дитини в сім'ї;
- 2) мезосистема – взаємини у родині, школі, з однолітками;
- 3) макросистема – цінності, культурні та традиційні особливості.

Саме через ці сфери можна впливати на розвиток психологічної стійкості підлітків [5].

Зосередимось на аналізі першого рівня, адже сімейне виховання є визначальним чинником резильєнтності. Якщо взаємини підлітка з батьками, є довірливі, емоційно-близькі, в яких є любов та прийняття, то це буде позитивно впливати на психічне здоров'я, стресостійкість. Зарубіжні та вітчизняні дослідження показують, що емоційний зв'язок є передумовою здатності проходити труднощі, та відновлюватися після них. Коли дитина зростає у сімейному середовищі, де вона відчуває, що є любимою, цінною, у неї вірять та її підтримують, то відповідно це сприяє розвитку адекватної високої самооцінки. Тобто, підліток, завдяки такій сприятливій атмосфері, набуває впевненості у собі, і стикаючись з стресовими подіями, різними викликами життя, він здатний справлятися з ними [1].

Наступною складовою впливу батьків на психологічну стійкість дітей підліткового віку, є резильєнтність батька та матері. Адже, ніщо не є таким потужним впливом, як власний приклад. Якщо близькі підлітка показують, що із складними ситуаціями можна впоратися, що потрібно прикласти зусиль, використовуючи при цьому різні методи регуляції психоемоційних станів, то і він буде набагато краще підготовлений до важких ситуацій, адже вже спостерігав правильні та ефективні моделі поведінки [2].

Саме тому, як пише В.Кальксми-Ван та М.Весселс, важливою є не лише підтримка підлітків, але і їхніх батьків. Відповідно до цього. ЮНІСЕФ та УВКБ ООН в рамках своїх програм праці з дітьми, постраждалими від надзвичайних умов, зосереджують особливу увагу на роботу із близьким оточенням дитини, а також зазначають, що необхідною є праця і загалом на рівні суспільства, що є надійною базою для забезпечення психічного здоров'я підлітка [3].

Розширюючи тему впливу близького оточення підлітків, слід детальніше розглянути дослідження подій Другої світової війни, що продемонстрували – ті діти, що були евакуйовані у безпечне місце, окремо від батьків, переживали війну набагато важче, ніж ті, які залишилися з рідними під час воєнних дій. Тобто, сама присутність батьків поруч із дітьми, здатна значно знизити негативну дію небезпечного навколишнього середовища [1].

Продовжуючи теоретичний аналіз, можна виділити такі структурні компоненти впливу дитячо-батьківських стосунків на психологічну стійкість дітей підліткового віку:

- ціннісно-мотиваційний (цінність взаємин для усіх членів сім'ї; прагнення до здорових стосунків, застосування оптимального стилю виховання);

- когнітивно-рефлексивний (обізнаність щодо різних форм, способів взаємин батьків та підлітків);

- емоційно-регулятивний (адекватний спосіб вияву емоцій та почуттів, керування негативними станами);

- когнітивно-поведінковий (використання оптимального виховного стилю; розуміння особливостей кожного і їх врахування у спілкуванні)[5].

Розвиваючи усі ці компоненти в комплексі, можна досягнути хороших взаємин у сім'ї, що будуть основою для розвитку повноцінної особистості дитини.

Ще одним важливим компонентом, що становить значний вплив на розвиток резильєнтності підлітків, є стиль сімейного виховання, що можна трактувати як певне поєднання батьками соціальних очікувань та регулюючих впливів у своїх ставленнях до дитини; це емоційний, когнітивний, мотиваційний та поведінковий аспекти спілкування батька та матері, з дитиною [4].

Виокремлюють чотири основних стилі виховання:

1) авторитарний: присутня жорсткість, категоричність у вихованні, заборони та велика кількість покарань; рішення приймаються батьками, обмежується воля дитини; високий рівень вимог та часта критика за щось, що зроблено не ідеально. Відповідно, у дитини виникають проблеми із самооцінкою, вона боїться невдач, труднощів, що в рамках теми резильєнтності є негативним фактором, адже стрес та важкі умови викликають у підлітка, при такому стилі виховання,- страх, невпевненість і тривожність.

2) ліберальний стиль: підліток при такому стилі, не отримує достатньо уваги з боку батьків; він може робити все що завгодно, адже обмежень не існує, або їх дуже мало; відповідно, діти можуть бути більш здатними до асоціальних проявів, через надмірну свободу. Такий стиль є несприятливим для розвитку психологічної стійкості, оскільки в підлітка через нестачу емоційного тепла батьків, виникає відчуття власної непотрібності, а це породжує невпевненість та страх.

3) демократичний стиль – є найбільш оптимальним для розвитку резильєнтності підлітка, оскільки передбачає активну участь дитини у житті родини, її дають змогу обирати, висловлювати свою думку; батьки допомагають при ініціативах та є люблячими і турботливими, розуміючими. Контроль поведінки підлітка тут адекватний, є певні обґрунтовані заборони та, водночас, і воля дій. Батьки при такому стилі ставлять помірні вимоги, підтримують діяльність підлітка. Саме тому, така поведінка батька й матері, є такою, що забезпечує повноцінний гармонійний розвиток.

4) гіперопіка – стиль, коли батьки надмірно опікуються дитиною, де вона не може діяти самостійно, адже більшість усіх завдань за неї вирішують; це розвиває у дитини залежність, нездатність брати на себе відповідальність та бути діяльною. На жаль, таким дітям дуже складно у труднощах та стресових ситуаціях, адже завжди за них вирішували батьки [2].

Тобто, найбільш оптимальним для розвитку психологічної стійкості, є саме демократичний стиль виховання (при цьому, він повинен бути гнучким, у деяких ситуаціях може застосовуватись як авторитарний, так і ліберальний стилі).

Таким чином, можна виокремити такі складові сімейних взаємин, що позитивно впливають на психологічну стійкість підлітків: емоційно-близькі, довірливі взаємостосунки. у яких присутня любов, прийняття та взаємоповага; створення атмосфери, у якій розвивається самостійність, впевненість у своїх силах; резильєнтність самих батьків; оптимальний стиль виховання.

ЛІТЕРАТУРА

1. Булах. І.С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи. Вінниця, 2016. 340 с.
2. Гончарова Н.О., Горбенко Ю.Л., Калюжна Ю.І., В.А. Лавріненко В.А. Психологія розвитку особистості у підлітковому та ранньому юнацькому віці: навч. посібник для студентів вищих навчальних закладів. Полтава, 2018. 342 с.
3. Дудка Т. Психологічні особливості стресостійкості особистості. Пізнавальний та перетворювальний потенціал історичної психології як науки: матеріали IV Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції(м. Одеса, 2 лютого - 2 березня 2017 р.). Одеса: ОНУ імені І. І. Мечникова, 2017р. С. 76-77.
4. Моргу́н В.Ф. Психологія особистості в педагогіці А.С. Макаренка. Полтава, 2002. 84 с.
5. Сичинська М. Теоретичні аспекти впливу батьківсько-дитячих взаємин на формування резильєнтності підлітка. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки. 2022. № 18 (63). С. 64-75.

*Козачук Євгеній
Науковий керівник – доц. Свідерська Галина*

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ ЯКОСТЕЙ УСПІШНОГО ПЕРЕГОВОРНИКА

Переговори – це те, що супроводжує усе наше повсякденне життя. На роботі ми можемо обговорювати варіанти свого підвищення по службі чи можливості збільшення заробітної платні, домовлятися з продавцем про ціну автомобіля на ринку. Подружжя може радіти про придбання меблів і ремонт у квартирі, а лідери політичних партій зустрічатися з опонентами за столом переговорів, щоб вирішити важливі для країни проблеми. Чи то в сфері бізнесу, чи в урядових справах, чи в колі сім'ї, люди досягають згоди завдяки переговорам.

Переговори є основним засобом отримати від інших те, чого ми дійсно хочемо, вони є такою формою вербальної взаємодії між людьми, завдяки якій сторони спілкування чи конфлікту можуть домовитися про щось спільне. На думку американських спеціалістів Р.Фішера та В.Юрі, переговори – це процес, коли двоє чи більше осіб (або груп), в яких є

Магістерський науковий вісник. – № 41