

УМОВИ РОЗВИТКУ ЖИТТЕСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

Алла Коваленкова

Аспірантка кафедри психосоматики та психологічної реабілітації

Український державний університет імені Михайла Драгоманова

01601, Україна, м. Київ, вул. Пирогова, 9

a.a.kovalenkova@npu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0003-4603-7506>

Анотація

Статтю присвячено вивченню питання умов розвитку життєстійкості особистості підлітків, що сприяють зміцненню психічної стабільності як у повсякденному житті, так і у складних життєвих ситуаціях. Акцент зроблено на проблематиці означеної теми для осіб підліткового віку. На підставі вивчення теорій і поглядів сучасних українських науковців, а також закордонних дослідників було визначено та обґрунтовано умови розвитку життєстійкості особистості, враховуючи обставини сьогодення як період активних бойових дій на всій території України. Розглянуто умови формування стійкості характеру особистості. Проаналізовано підлітковий вік як сенситивний період для формування життєстійкості особистості. Уточнено поняття життєстійкості, оскільки остання є базовим важелем особистісного потенціалу в тих чи інших життєвих обставинах. Разом з цим, досліджено поняття “особистість” і особливості її формування. Розкрито психологічний зміст внутрішніх і зовнішніх умов розвитку і формування особистості підлітка. Віднайдено схожість закономірностей обґрунтувань українських і закордонних вчених сьогодення на предмет внутрішньої психологічної стійкості особистості підлітків до сучасних умов життєдіяльності, що формують й закладають умови розвитку життєстійкості на майбутнє. Проаналізовано психологічний зміст даної проблематики та визначено характерні особливості досліджуваного феномена. Розглянуто дослідження сучасних американських та британських вчених, які розкривають умови розвитку життєстійкості як зовнішні фактори впливу на особистість. На базі вивченого матеріалу сформовано власну думку про умови, в яких формується життєстійкість особистості підлітка, як стійкість до життєвих випробувань, зважаючи на сьогоденні складні життєві ситуації в Україні. Автором пропонується комплексне бачення умов розвитку життєстійкості особистості у сучасному його розумінні, зважаючи на воєнні події на всій території України.

Ключові слова: життєстійкість, особистість, розвиток особистості, умови розвитку життєстійкості, війна, підлітковий вік.

Вступ

За сьогоденних умов активних бойових дій на всій території України через агресію сусідньої держави росії особливо важливим є дослідження умов розвитку і підвищення життєстійкості осіб підліткового віку, оскільки результати таких наукових розвідок будуть сприяти розробці методів підвищення резильєнтності особистості підлітка, його стресостійкості та адаптивності у складних, а іноді, навіть, екстремальних життєвих ситуаціях. Така важливість обумовлена низкою щоденних подій таких як: обстріли, ракетні атаки, повітряні тривоги, втрата близьких та рідних. У статті розкрито декілька основних сфер життєдіяльності підлітка в Україні: навчання в школі, взаємодія в сімейному колі, спілкування з однолітками. Також вперше зазначено та розмежовано зовнішні і внутрішні умови впливу на розвиток і формування життєстійкості особистості впродовж життя.

На думку українських вчених І.Г. Горян і Г.А. Андросович визначено, що життєстійкість допомагає особистості справлятися зі складними життєвими обставинами та стресовими ситуаціями, а також знаходити рішення в невизначених ситуаціях. В основу своїх досліджень автори поклали результати теоретичних та емпіричних наукових робіт відомих американських науковців: С. Мадді, Г. Мосса, Р. Делахайна і А. Гаїлларда, які досліджували роль життєстійкості в житті людини.

Ще у 60-х роках ХХ століття С. Мадді будує типологію теорій особистості, які тісно пов'язані із життєстійкістю. Вчений підкреслює важливість інформації та емоційного досвіду, які особистість отримує впродовж життя через взаємодію з навколишнім світом. У рамках цієї теорії інформація та емоційний досвід сприяють розвитку особистості, що впливає на її взаємодію зі світом. Сформовані особистісні якості, з такої точки зору, не лише мають вроджене підґрунтя, а є результатом взаємодії з навколишнім середовищем (Kobasa, Maddi, Kahn, 1982). Концепція дослідження американських вчених полягає у тому, що життєстійкість як цілісний психологічний феномен охоплює феноменологію становлення особистості та її базових життєвих установок, поведінкових стратегій подолання стресових ситуацій та екзистенціальної тривоги. Життєстійкість формується та розвивається як інтегральне особистісне утворення, обумовлене комплексом взаємодіючих якостей особистості, як цілісна система взаємовідносин особистості зі світом. Вона є тим необхідним ресурсом, що може сприяти підвищенню фізичного та психічного здоров'я людини, її успішній адаптації у стресових ситуаціях із виходом на рівень трансадаптації, пов'язаної з самодетермінацією та самореалізацією особистості.

Сучасна вітчизняна дослідниця, О.А. Чиханцова розглядає життєстійкість як комплексне утворення, що поєднує значущі для особистості цілі та цінності, самоствавлення, стильові характеристики поведінки, які детерміновані установками і переконаннями щодо світу, соціального оточення і свого місця в ньому (Чиханцова, 2021). Авторка вказує, що зазначена якість базується на зовнішніх умовах життєдіяльності особистості за участю внутрішніх особистісних факторів розвитку.

Для української науки важливі нові дослідження в області пізнання життєстійкості осіб підліткового віку. Оскільки, проведення таких наукових розвідок надасть результати для більш глибокого розуміння поняття життєстійкості, її структурних компонентів, чинників розвитку та умов формування. А виявлення пригнічувальних факторів, що стають перепорою для розвитку та конструктивного функціонування особистості, допоможе у розробці та вдосконаленні програм психологічної підтримки та корекції. Тому, в дослідженні розглянуто низку ідей зарубіжних вчених щодо екологічних та економічних факторів впливу на розвиток умов життєстійкості підлітків. На основі проведеної теоретичної розвідки нами запропоновано власне бачення цієї проблеми та означено перспективи подальших досліджень.

Метою статті є теоретичне розкриття змісту поняття життєстійкості та обґрунтування умов її розвитку. **Завданням** дослідження є здійснення теоретичного аналізу умов розвитку життєстійкості особистості підлітка.

Методи дослідження

Для розкриття зазначеної теми нами були використані наступні методи теоретичного дослідження: аналіз, класифікація, порівняння, систематизація, узагальнення результатів наукових досліджень проблеми умов розвитку життєстійкості особистості, етапів формування життєстійкості особистості у складній життєвій ситуації внаслідок переживання подій, пов'язаних з бойовими діями в Україні.

Результати та дискусії

Розвиток особистості у повсякденному житті тісно пов'язаний з розвитком життєстійкості особистості впродовж всього життя. Питання сутності життєстійкості вивчали такі вчені як: С. Мадді, С. Кобейса, П. Бартон. Розглядаючи досліджуваний феномен як комплексне утворення, науковці виділяють самодетермінацію особистості (Е. Десі, Р. Райан) та самоствавлення (В. Століна, С. Пантілеєва).

В зарубіжній психології питання життєстійкості особистості вивчалися А. Адлером, А. Бандурою, Р. Бернсом, І. Бранденом, У. Джемсом, Ф. Зімбардо, К. Левіним, К. Роджерсом, З. Фрейдом і К. Хорні. Питання самоефективності у підлітковому віці вивчав канадський вчений А. Бандура. Крім того, вагомою складовою життєстійкості особистості є психологічне благополуччя, яке у своїх працях висвітлює К. Ріфф (Каргіна, 2015). Вчена виділила шість складових психологічного благополуччя: самоприйняття, наявність мети у житті, готовність підтримувати позитивні стосунки з оточуючими, особистісне зростання, автономію і управління навколишнім середовищем.

Питання розвитку життєстійкості в житті людини вивчали С. Мадді, Г. Мосс, Р. Делахайй, А. Гаїллард ті інші. Структурні елементи життєстійкості досліджували С. Кобасвизначали і Р. Ганелен. Свій внесок в дослідження життєстійкості зробили українські вчені: С. Кравчук, Л. Сердюк, Л. Александрова, О. Купреєва, Т. Титаренко. Вплив негативних станів на життєстійкість особистості в екстремальній ситуації аналізували В. Кравченко, М. Зівзаха, В. Садкови і О. Тімченко. Проблему розвитку особистості й особистісного зростання розглядали Т. Титаренко, Т. Ларіна, С. Мадді. Методологію розвитку життєстійкості в умовах війни розвідували О. Басенко, Д. Предко, Д. Ларін, Л. Гупта, Ш. Перрен, Р. Г'єстад, В. Панок, І. Ткачук. Наукові праці І. Горян, К. Андросович, Е. Поплавська, А. Пастернацький, Р. Бончук були присвячені дослідженню особливостей розвитку та вияву життєстійкості у складних, кризових, екстремальних ситуаціях. Специфіку взаємозв'язку саморегуляції особистості та рівня її життєстійкості вивчали Н. Афанасьєва, І. Галян, Е. Балашов, А. Карпенко, В. Лапінський, О. Ярмолюк, О. Ільїна та інші.

Поняття життєстійкості характеризує психологічну пружність і гнучкість людини. Науковцями доведено, що висока життєстійкість є основою відкритого та енергійного протистояння напруженим подіям і кризам, а також віддзеркаленням психічного здоров'я особистості. Згідно наукових праць С. Мадді, подолання складних життєвих ситуацій може йти двома шляхами – активним, життєстійким усуненням проблеми, або пасивним (інфантильність, прагнення плисти за течією) (Мадді, 2004). Дослідженнями автора доведено, що життєстійкість не є природженою якістю, а формується протягом життя. Отже, велика роль в цьому процесі належить соціуму, а саме сім'ї, друзям, близькому оточенню. Від цього і беруть свій початок умови розвитку та формування життєстійкості особистості підлітка.

Для можливості ідентифікації умов розвитку життєстійкості у підлітковому віці важливо розуміти особливості її структури та складових. На думку науковця, С. Кравчука, основним компонентом життєстійкості є мотиваційна спрямованість. Як вказує автор, її потрібно розглядати як психологічний феномен, що на змістовно-структурному рівні є складною інтегральною характеристикою особистості, яка містить певні психологічні конструкти: емоційний, когнітивний, моральний, вольовий і поведінковий (Кравчук, 2018).

Однією з важливих умов формування життєстійкості підлітка є особливості його життєдіяльності в соціальному середовищі однолітків, де постійно відбувається комунікація, суперництво, дружба, суперечки та формується спроможність досягати мети так само як і терпіти

поразки. Молода людина загартовує свій характер у процесі спілкування. За нашим уявленням, важливою умовою формування життєстійкості є чергування стресових ситуацій з відпочинком, радісними ситуаціями, з відчуттям перемоги у власних досягненнях. Проте, молодий організм сучасних українських підлітків знаходиться в постійному стресі і переживає велике навантаження як на нервову систему, так і на тілесному рівні. Постійні обстріли населених пунктів, оголошення повітряних тривог, переривання навчального процесу, відсутність чіткого розпорядку дня та стабільності нічного відпочинку являються стресовими факторами у формуванні життєстійкості, що спричиняє специфічну реакцію психіки. Зважаючи на ці умови, особистість потребує психологічної підтримки в активізації свого емоційного потенціалу, формуванні та укріпленні внутрішніх якостей з ціллю підвищення можливостей протистояти складним життєвим випробуванням.

Т. Чаусова, аналізуючи специфіку формування мотивації до навчання в осіб підліткового віку, зазначає, що переважними потребами підліткового віку є потреба в спілкуванні з однолітками, самоствердженні, спробах бути і вважатися дорослим. В ієрархії мотивів навчання учнів-підлітків провідне місце посідають саме соціальні мотиви (Чаусова, 2018).

Важливим для формування умов життєстійкості підлітка є його оточення, яке знаходиться поряд щодня, це переважно шкільне середовище і родинне коло. Разом з цим, слухну думку висунула науковиця Н. Бочаріна, що домінуючим мотивом навчання підлітків є успіхи в навчанні, саме досягнення в шкільному середовищі (Бочаріна, 2020). Ми вважаємо, що через успішні досягнення у навчанні підвищується рівень психологічної адаптивності та гнучкості підлітка, і тим самим це служить однією з умов підвищення його життєстійкості.

Українські науковці Я. Омельченко та О. Хованець виявили зв'язок рівня життєстійкості з умовами раннього дитячого розвитку (Хованець, 2017; Омельченко, 2022). У ранньому віці дитина взаємодіє передусім з батьками, які транслиують їй свої власні цінності, емоції та поведінку.

Саме в родині дошкільник отримує перші знання правил поведінки, заборони та дозволи, засвоює навички саморегуляції та самоорганізації. Пізніше особливого значення набувають стосунки молодшого школяра, підлітка, юнака з однолітками. Підліткова субкультура має власні, досить жорсткі форми взаємодії, специфічні способи заохочення і покарання, навіть особливу мову, якою формуються норми, пов'язані з життєстійкістю. На цьому етапі з'являються цінності ризику, і той, хто виявляється не готовим до них піддається засудженню, приниженню, зневазі та ізоляції. В результаті, підлітку необхідно доводити, що він гідний того оточення однолітків, до якого він прагне. А отже, виявляти сміливість, відданість, вміти зберігати таємниці, демонструвати здатність до самопожертви як заради спільноти загалом, так і за кожного її учасника окремо.

У зрілому віці найголовнішим агентом соціалізації стає професійна спільнота, що сприяє формуванню навичок життєстійкості поведінки, відповідного стилю життя. Колеги та керівництво приймають та цінують, просувають по службі передусім тих, хто бере на себе відповідальність, витримує надмірні навантаження, вміє без паніки переносити стреси, допомагаючи іншим (Титаренко & Ларіна, 2009).

Важливо зазначити, що людина на своєму життєвому шляху проходить життєвий цикл формування життєстійкості за певних умов від початку свого життя і до самого його завершення. А отже, доцільно відмітити і важливість гармонійних стосунків у подружньому житті, коли зріла особистість виявляє готовність брати відповідальність не тільки за себе, але й за членів своєї сім'ї у скрутних, стресових, складних життєвих ситуаціях. На нашу думку, такі вияви стають властиві

особистості завдяки попередньому досвіду проживання та вирішення таких ситуацій у дитячому та підлітковому віці. Отже, більш адаптовані люди, які пройшли життєві випробування на кожному етапі життя, як розглянуто вище, мають лідерську позицію і змогу допомогти не лише собі у складній життєвій ситуації, а і взяти на себе повну відповідальність за людину, яка перебуває у їх тісному оточенні.

Ми вважаємо, що негативно на розвиток життєстійкості в дитинстві можуть впливати такі зовнішні умови: стреси, пов'язані з військовим конфліктом у ранньому дитинстві; матеріальні труднощі; часті переїзди тощо; нестача підтримки, підбадьорення близькими; відсутність почуття призначеності; примусове залучення до різних заходів, які дитина не бажає; напружене шкільне життя; відчуженість від дорослих, що мають велике значення для дитини.

У рамках проекту всесвітньої організації ЮНІСЕФ «Діти і війна в Україні» про становище дітей із сімейних форм виховання та інституційних закладів за результатами моніторингу за лютий та червень 2022 було виявлено, що велика кількість дітей були вимушено внутрішньо переміщені, залишені без батьків і піклувальників, вивезені на непідконтрольні Україні території, а також за кордон (Звіт ЮНІСЕФ No1, 2022). Отже, це фактори стресу для дитини. Згідно аналітичних даних, що є результатом виконання завдань першого етапу моніторингу, який здійснювався в рамках проекту Дитячого фонду ООН ЮНІСЕФ «Моніторинг потреб та підтримка дітей в умовах війни», а також у 2016 році міжнародною організацією ЮНІСЕФ надано звіт, де проведено низку досліджень і розроблено напрями діяльності з розбудови миру в галузі освіти, які є актуальними для українських умов. Мета розбудови миру через освіту – зміцнювати життєстійкість осіб підліткового віку, соціальну згуртованість і безпеку людини в умовах конфліктів, зокрема в країнах, яким загрожує конфлікт або які потерпають і відновлюються від нього (Safe Schools Declaration, 2015).

ЮНІСЕФ провела оцінювання ситуації щодо захисту дітей у 15-ти кілометровій зоні від лінії зіткнення. Учні шкіл, розташованих на вказаній території, є одними з найуразливіших груп населення, які потребують інтенсивної підтримки для забезпечення мінімальних систем соціального захисту для дітей і родин, що проживають вздовж лінії зіткнення. Під час оцінювання в дослідженні директори, педагоги, психологи та батьки повідомляли про такі симптоми в дітей як: занепокоєння, нічні страхи, нічний енурез, неконструктивна поведінка, агресивність, гіперактивність, соціальна самоізоляція, депресія і паніка. Такі симптоми виявлялись у дітей при гучних звуках або несподіваним дотиком та підтверджують потреби дітей у постійній психосоціальній підтримці. За результатами проведеного дослідження було встановлено, що приблизно 25% дітей, які серйозно постраждали від конфлікту та переміщення знаходяться у стані гострого стресу. Також важливо зазначити, що більшість із них не може справитися з цим станом самостійно. Значна кількість дітей приховує свій біль, вони потайні, нетовариські та сумні, тоді як інші, особливо хлопці, які сильно постраждали, зазвичай проявляють свою злість і поведуться деструктивно. Результати реалізації проекту демонструють, що підтримка на базі шкіл відіграє ключову роль у задоволенні психосоціальних потреб дітей і забезпеченні ефективного навчання (Чернобровкін & Панок, 2021).

Разом з цим, американська науковиця Winfield, Linda F. зазначає, що життєстійкість слід розглядати як явище, яке розвивають батьки і педагоги, забезпечуючи такі основні захисні процеси для підлітка як: (1) зменшення негативних наслідків шляхом зміни ризику або впливу; (2) зменшення негативних ланцюгових реакцій після впливу ризику; (3) встановлення та підтримка самооцінки та самоефективності; і (4) відкриття можливостей (Winfield, 1994). Звісно, батьки являються одними із перших, хто починає несвідомо розвивати життєстійкість своєї

дитини. У подальшому доєднується вплив соціуму і фактори зовнішнього та внутрішнього прояву, що створюють умови розвитку життєстійкості.

Молоді американські вчені Arnold J., Sameroff A., Katherine L. Rosenblum проводили довготривале дослідження і виявили, що на життєстійкість особистості вагомий вплив мають зовнішні умови існування людини. Вчені дослідили проблеми навколишнього середовища разом з психічним здоров'ям дитини. Показники життєстійкості дитини, такі як поведінкова та емоційна саморегуляція (характерні для психічного здоров'я), когнітивна саморегуляція (характерна для високого інтелекту), мають прямий зв'язок з екологічною проблемою і економічними труднощами громади де проживає індивід. Науковці констатували, що наслідки проявів таких факторів впливають на розвиток в наступному поколінні (Arnold, Sameroff & Katherine та ін., 2007). Дане дослідження підтверджує та доповнює нашу розвідку, орієнтовану на окреслення умов розвитку життєстійкості осіб підліткового віку в контексті зовнішніх факторів впливу.

За науковими дослідженнями вищезгаданих зарубіжних і вітчизняних вчених доведено, що життєстійкість це не вроджена якість, а набувається впродовж життя та формується у підлітковому віці. Тому дослідження в сфері формування умов життєстійкості особистості підлітка є найбільш затребуваним та актуальним.

Для глибокого аналізу розуміння даної проблематики ми визначили, на яких умовах базується розвиток життєстійкості особистості. Згідно з дослідженням українських науковців М. Горобець і Н. Підбуцької виявлено, що умовами розвитку життєстійкості являються зовнішні фактори впливу. Вони констатували, що особистість досить швидко пристосовується до негараздів, частково тому, що її стійкість залежить від багатьох взаємодіючих систем, які співіснували в процесі біологічної та культурної еволюції, надаючи адаптаційні переваги. Більше того, дітей часто захищають численні резервні системи, особливо вбудовані у стосунки з іншими людьми в їхніх будинках та громадах. Також, науковці зазначили, що на формування життєстійкості молодих людей впливають наступні фактори:

1. Індивідуальні – диспозиційні атрибути людини такі як темперамент (рівень активності), толерантність до невизначеності (позитивна реакція на інших) та когнітивні навички.

2. Сімейні – згуртованість та тепло в сім'ї (незважаючи на бідність чи розбрат у шлюбі), присутність дорослого, хто піклується, за відсутності чуйних батьків (наприклад, бабусі та дідуся) або турбота батьків про добробут своїх дітей.

3. Фактори підтримки – зовнішні для сім'ї, включають наявність і використання зовнішніх систем підтримки батьками та дітьми, сильний матеріальний замітник, підтримуючий і стурбований вчитель або інституційна структура, яка сприяє розвитку зв'язків із більшою спільнотою (церква, соціальний працівник) (Горобець & Підбуцька, 2020).

У своїй науковій праці ми розглядаємо поняття «умови» і «фактори» як синоніми, оскільки, в Універсальному словнику української мови і літератури (Полякова, Паращич & Загоруйко та ін., 2010) зазначено, що фактор це – умова, рушійна сила, причина будь-якого процесу, явища, а чинник – це важливий фактор, моральний фактор, фактор стабілізації.

Ми згодні, що психологічна стійкість – це не особиста риса, а продукт навколишнього середовища та результат взаємодії людини з навколишнім середовищем. Тому умов, які впливають на формування життєстійкості безліч, серед яких, на думку вищезазначених науковців М. Горобець і Н. Підбуцької, є найсуттєвіші, це: індивідуальні, сімейні та фактори підтримки. У доповнення до висновку дослідження науковців ми розширили цей список, а також розділили їх на зовнішні і внутрішні умови формування життєстійкості особистості (Таблиця 1). Перелік таких умов не є вичерпним і буде доповнюватись з подальшими дослідженнями в означеному напрямку.

Умови, що впливають на розвиток і формування життєстійкості особистості

<i>Зовнішні</i>	<i>Внутрішні</i>
Школа (однолітки, шкільне середовище)	Психічний рівень розвитку особистості
Сім'я (спілкування в колі сім'ї)	Внутрішні переживання
Соціальне оточення	Сприйняття свого Я
Економічні фактори	Соціальний статус
Екологічні фактори	Фізичне здоров'я
Воєнні, бойові дії на території проживання індивіда	Рівень стресу

Вищезазначені умови впливають на розвиток та формування життєстійкості особистості впродовж всього життя від народження дитини. Вони мають своє підґрунтя і, за нашим уявленням, без їх участі життєстійкість не може бути сформована. Також, має вагоме значення домінування однієї з них. Наразі, в Україні домінує умова зовнішнього характеру – нестабільність соціального та економічного життя суспільства, що зумовлено бойовими діями та воєнним станом. Нам це дає змогу визначити та впровадити реабілітаційну програму підвищення життєстійкості осіб підліткового віку.

Науковці М. Горобець і Н. Підбуцька зробили висновок, що життєстійкість це більше, ніж соціальна компетентність або позитивне психічне здоров'я. Дослідниці припускають, що життєстійкість покликана відображати здатність до відновлення та підтримання адаптивної поведінки. Стійкість це інтерактивна концепція, яка стосується поєднання серйозного ризику та відносно позитивного психологічного результату. Це здатність динамічної системи протистояти значним змінам, які загрожують її стабільності, життєздатності чи розвитку (Горобець & Підбуцька, 2020). Погоджуємось, що життєстійкість формується, а не є вродженим фактором і особистістю, за С. Мадді, – це сукупність конкретних характеристик і прагнень, що обумовлюють загальні й індивідуальні особливості поведінкових проявів (думок, почуттів і дій), які мають стійкість у часі й можуть (або ж не можуть) бути пояснені тільки через аналіз соціальних і біологічних чинників, що впливають на актуальну ситуацію функціонування людини (Maddi, Khoshaba & Persico та ін., 2002).

Наукові праці вітчизняної науковиці О. Чиханцової, присвячені життєстійкості та її зв'язкам з особистісними якостями дозволили узагальнити природу виникнення зазначеного феномена. Ми переконались, що досліджуване утворення є більшою мірою соціальним чинником, яке починає проявлятися у підлітків і зростає в юнацькому та зрілому віці. Життєстійкість найчастіше пов'язана з переживанням продуктивності свого життя та успішною самореалізацією в майбутньому (Чиханцова, 2021). Отже, доцільним є більш глибоке вивчення взаємозв'язку умов розвитку життєстійкості особистості з детермінантою теорії особистості, оскільки від цього залежить рівень підвищення життєстійкості різних типів особистості.

Психолог М. Zimmerman виділив три типи особистості – стійкий (стабільні, поступливі та спокійні в будь-яких ситуаціях люди), надконтрольований (замкнуті, нетовариські, беземоційні) і підконтрольний (емоційні та навіть агресивні) (Zimmerman, 2013). Умови розвитку, у широкому його розумінні, це соціальне і культурне оточення, що допомагає розвитку життєстійкості

особистості або заважає йому. Розвиток дитини визначається не тільки можливостями її організму, а і тими дорослими, які знаходяться з нею поряд.

У дослідженні життєстійкості англійського вченого L. Friedli виявлено, що на індивідуальному рівні у дитини має бути високий рівень психічного здоров'я та високий рівень життєстійкості, що забезпечує значний захист дитини у майбутньому, і далі у дорослому житті. Діти з розладами поведінки мають гірші результати, ніж діти з деякими поведінковими проблемами, які гірше переносять зміну життєвих обставин, ніж діти з нормальним рівнем адаптації, з якими проводилась робота по підвищенню рівня життєстійкості (Friedli, 2009). С. Мадді вважає, що людина не народжується зі звичним рівнем активації, вона, на думку вченого, формується завдяки життєвому досвіду (Maddi, Khoshaba, Persico та ін., 2002). Діти з високим рівнем життєстійкості усвідомлюють себе як автономну індивідуальність, здатні проводити кордон між собою та навколишніми проблемами. Вони незалежні та самодостатні, не втрачають внутрішній контроль над собою. Такі діти легко сприймають сигнали від оточуючих, добре розуміють відтінки значень у поведінці, вчинках, словах батьків та інших дорослих. Легко переходять від одного заняття до іншого, вміючи довести справу до логічного завершення. До оточуючих ставляться зі співчуттям та симпатією. Така дитина активна, ініціативна, визнає свою частку відповідальності за те, що відбувається. У адаптованій до життя дитини складаються довірчі стосунки хоча б з одним дорослим, добрі стосунки з однолітками, є близькі друзі. Розвивається почуття гумору, що дозволяє навіть за болем бачити комічне. Такою ми вбачаємо дитину в Україні, яка має високий рівень життєстійкості.

Висновки

Розвиток особистості у повсякденному житті тісно пов'язаний з розвитком життєстійкості впродовж життя. Отже, розвиток життєстійкості особистості здійснюється за певних умов, які були розкриті у даному дослідженні. Вперше було встановлено і розмежовано зовнішні (школа; сім'я; соціальне оточення; економічні фактори; екологічні фактори; воєнні, бойові дії на території проживання індивіда) і внутрішні (психічний рівень розвитку особистості, внутрішні переживання, соціальний статус, сприйняття свого Я, фізичне здоров'я, рівень стресу) умови розвитку і формування життєстійкості особи підліткового віку, що являється науковою новизною. Якщо упродовж життя людина не займається підвищенням життєстійкості, то рівень підготовки до динамічного ритму життя буде низьким, до всіляких перепон і випробувань долі. Наголосимо, що саме у підлітковому віці формується життєстійкість особистості і важливо приділяти увагу роботі з підлітками для того, щоб кожен мав запас психічних сил для подолання складних життєвих ситуацій. А також зростав зі стабільною психікою і мав психічну пружність долати життєві негаразди. Нашим наступним етапом дослідження буде вивчення життєстійкості підлітків методом анкетування у загальноосвітніх школах різних регіонів України.

З огляду на вищевикладене і проаналізований матеріал попередників ми можемо зробити висновок, що для прояву життєстійкості під час виникнення складних життєвих ситуацій потрібно тренувати свою психологічну гнучкість для того, щоб гідно вистояти виклики долі, не розгубитись при виникненні раптових змін в будь-якому місці і обставинах. Ми вважаємо, що життєстійкість кристалізується із життєвих випробувань, з якими особа підліткового віку стикається щодня в умовах складних життєвих ситуацій сьогодення, а саме в період воєнних дій на всій території України. *Перспективами подальших досліджень* є розробка реабілітаційної програми для підвищення життєстійкості осіб підліткового віку, які опинились в складних життєвих ситуаціях і, яку з легкістю, і з задоволенням зможе застосовувати підліток самостійно,

наприклад, в колі сім'ї, з однолітками у шкільному середовищі і з вчителями. Отже, люди з високим рівнем життєстійкості у стресових ситуаціях, зокрема, під час серйозних раптових змін, мають здатність до швидкого відновлення ресурсного стану. Ми переконані, що зміни в житті людини та буденні дрібні стреси впродовж життя цілком природні, але не кожен має загартування характеру, психологічну стабільність і фізичну підготовку для легкого подолання таких змін. У наступній науковій праці ми розглянемо методики і методи для підвищення життєстійкості осіб підліткового віку.

Література

1. Бочаріна, Н. (2020). Особливості мотивації до навчання сучасних підлітків. *Humanitarium*, 44(1), 15–25.
2. Горобець, М.М., & Підбуцька, Н.В. (2020). Психологічний інструментарій розвитку лідерського потенціалу сучасної молоді: теорія і практика. О.Г. Романовський (Ред.). Матеріали науково-практичної конференції (м. Харків, 15 жовтня 2020 року). (с. 5-7). Харків : НТУ ХП.
3. Полякова, Л.О., Паращич, В.В., & Загоруйко, О.Я. (2010). Універсальний словник. Українська мова та література. Харків : «Толрсінг плюс».
4. Чаусова, Т. В. (2018). Особливості формування мотиваційної сфери навчання підлітків. *Вісник післядипломної освіти. Серія: Соціальні та поведінкові науки*, 6(35), 121–134.
5. Чернобровкін, В.М., & Панок, В.Г. (2021). Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості / стресостійкості у дітей в освітніх навчальних закладах. Навчально-методичний посібник. Київ : Пульсари. Режим доступу: <https://lib.iitta.gov.ua/726482/1/посібник%20для%20вчителів%202021.pdf>
6. Звіт ЮНІСЕФ No1 (2022). “Діти і війна в Україні”: про становище дітей із сімейних форм виховання та інституційних закладів за результатами моніторингу за лютий – червень. (с. 34-58). Київ. Режим доступу: https://www.unicef.org/ukraine/media/26731/file/UNICEF_CiAC-monitoring%20report.pdf
7. Каргіна, Н.В. (2015). Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя особистості. *Наука і освіта*, 3, 50.
8. Кравчук, С.Л. (2018). Особливості життєстійкості як фактора психологічної пружності особистості юнацького віку в умовах воєнного конфлікту. *Вісник Науки ХНУ*, 1(1), 103.
9. Омельченко, Я.М. (2022). Напрямки розвитку життєстійкості дітей в умовах війни. Інститут психології імені Г. С. Костюка Київ, 23.
10. Титаренко, Т.М., & Ларіна, Т.О. (2009). Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека. Київ : Марич.
11. Хованець, О.Ю. (2017). Теоретичні засади вивчення проблем життєстійкості в зарубіжних психологічних дослідженнях. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*, Серія «Психологія», 5, 177.
12. Чиханцова, О.А. (2021). Психологічні основи життєстійкості особистості. (Монографія). Київ : Талком.
13. Чиханцова, О.А. (2021). Психологія становлення життєстійкості особистості. (Дис. д-ра психол. наук). Київ.
14. Arnold J. Sameroff, & Katherine A. Rosenblum (2007). Psychosocial Constraints on the Development of Resilience. *Resilience in Children*, 1094(1), 116–124. <https://doi.org/10.1196/annals.1376.010>
15. Friedli, L. (2009). Europe: WHO regional office. Mental health, resilience and inequalities, 22–32. <https://psychrights.org/countries/WHO/who2009.pdf>
16. Kobasa, S.C., Maddi, S.R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: a prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168–177.
17. Maddi, S.R., Khoshaba, D.M., Persico, M., Lu, J., Harvey, R., & Bleecker, F. (2002). The Personality Construct of Hardiness. *Journal of Research in Personality*, 36, 72–85.
18. Maddi, S., & Khroshaba, D. (2004). *HardiTraining / managing Stress for Performance and Health Enhancement*. Irvine : The Hardiness Institute.
19. Masten, A.S. (2018). Global Perspectives on Resilience in Children and Youth. *Children*, 5(7), 98. <https://doi.org/10.3390/children5070098>
20. Safe Schools Declaration (2015). Global Coalition to Protect Education from Attack. <https://ssd.protectingeducation.org/>

21. Winfield Linda, F. (1994). Developing Resilience in Urban Youth. Urban Monograph Series, 42. <https://eric.ed.gov/?id=ED378289>
22. Zimmerman, A. Marc (2013). Resiliency Theory: A Strengths-Based Approach to Research and Practice for Adolescent Health. July, Aug; 40(4), 381–383. <https://doi.org/10.1177/1090198113493782>

References

1. Bochiarina, N. (2020). Osoblyvosti motyvacii do navchannia suchasnyh pidlitkiv [Peculiarities of modern teenagers' motivation to study]. *Humanitarium – Humanitarian*, 44(1), 15–25 [in Ukrainian].
2. Gorobets, M.M., & Pidbutska N.V. (2020). Psychologichnyi instrument rozvytku liderskogo potencialu suchasnoi molodi: teoria i praktyka [Psychological tools for developing the leadership potential of modern youth: theory and practice]. *Materialy naukovo-praktichnoi konferencii – Materials of the scientific and practical conference (Kharkov, October 15, 2020)*. (pp. 5-7). Kharkiv : NTU HPI [in Ukrainian].
3. Poliakova, L.O., Parashich, V.V., & Zagoruiko, O.Y. (2010). *Universalnyi slovnyk. Ukrainska mova ta literature [Universal dictionary. Ukrainian language and literature]*. Harkiv: «Tolrsing plus», 448 [in Ukrainian].
4. Chausova, T.V. (2018). Osoblyvosti formuvannia motyvaciinoi sfery navchannia pidlitkiv [Peculiarities of the formation of the motivational sphere of education of teenagers]. *Visnyk pislidyplomnoi osvity. Seria: Socialni ta povedinkova nauky – Bulletin of postgraduate education. Series: Social and Behavioral Sciences*, 6(35), 121–134 [in Ukrainian].
5. Chernobrivkin, V.M., & Panok V.G. (2021). *Pidgotovka vchyteliv do rozvytku chzyttestiikosti / stresostiikosti u ditei v osvithnih navchalnih zakladah [Training of teachers for the development of vitality / stress resistance in children in educational institutions]*. Kyiv : Pulsary. Retrieved from https://lib.iitta.gov.ua/726482/1/посібник%20для%20вчителів_2021.pdf [in Ukrainian].
6. Zvit UNICEF No1 (2022). *Dity i vijna v Ukraini: pro stanovyshe detej iz semeinih form vyhovannia ta instytuciinyh zakladiv za rezultaty monitoryngu, liutyi – cherven, Kyiv [“Children and war in Ukraine”: about the situation of children from family forms of upbringing and institutional institutions according to the results of monitoring for February - June]*. (pp.34-58). Retrieved from https://www.unicef.org/ukraine/media/26731/file/UNICEF_CiAC-monitoring%20report.pdf [in Ukrainian].
7. Kargina, N.V. (2015). Osnovni pidhidy do vvychennia psychologichnogo blagopoluchchia osobystosti [Basic approaches to the study of psychological well-being of the individual]. *Nauka i osvita – Science and education*, 3, 50 [in Ukrainian].
8. Kravchuk, S.L. (2018). Osoblyvosti zhyttestiikosti iak forma psychologichnoi pruzhnosti osobystosti iunackogo viku v umovah voennogo konfliktu [Peculiarities of vitality as a factor of psychological resilience of youth in the conditions of military conflict]. *Visnyk nauky HNU – KHNU Bulletin of Science*, 1(1), 103 [in Ukrainian].
9. Omelchenko, Y.M. (2022). Napriamky rozvytku zhyttestiikosti ditei v umovah viiny [Directions for the development of children's resilience in wartime conditions]. *Instytut psychologii imeni G. S. Kostiuka - H.S. Kostyuk Institute of Psychology*, 23 [in Ukrainian].
10. Tytarenko, T.M., & Larina, T.O. (2009). *Zhyttestiikist osobystosti: socialna neobhidnist ta bezpeka [Vitality of the individual: social necessity and security]*. Kyiv : Marych [in Ukrainian].
11. Hovanets, O.Y. (2017). Teoretychni zasady vvychennia problem zhyttestiikosti v zarubizhnyh psychologichnyh doslidzhenniah [Theoretical foundations of the study of sustainability problems in foreign psychological research]. *Naukovi zapysky Nacionalnogo universytetu «Ostrizka akademiya», Seria «Psychologia» - Scientific notes of the National University "Ostroh Academy", Series "Psychology"*, 5, 177 [in Ukrainian].
12. Chyhancova, O.A. (2021). *Psychologichni osnovy zhyttestiikosti osobystosti [Psychological foundations of the vitality of the individual]*. Kyiv : Talkom [in Ukrainian].
13. Chyhancova, O.A. (2021). *Psychologia stanovlennya zhyttestiikosi osobystosti [Psychology of the development of the vitality of the individual]*. *Doctor's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].
14. Arnold J. Sameroff, & Katherine A. Rosenblum (2007). Psychosocial Constraints on the Development of Resilience. *Resilience in Children*, 1094(1), 116–124. <https://doi.org/10.1196/annals.1376.010>

15. Friedli, L. (2009). Europe: WHO regional office. *Mental health, resilience and inequalities*, 22–32. <https://psychrights.org/countries/WHO/who2009.pdf>
16. Kobasa, S.C., Maddi, S.R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: a prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168–177.
17. Maddi, S.R., Khoshaba, D.M., Persico, M., Lu, J., Harvey, R., & Bleeker, F. (2002). The Personality Construct of Hardiness. *Journal of Research in Personality*, 36, 72–85.
18. Maddi, S., & Khroshaba, D. (2004). *HardiTraining / managing Stress for Performance and Health Enhancement*. Irvine : The Hardiness Institute.
19. Masten, A.S. (2018). Global Perspectives on Resilience in Children and Youth. *Children*, 5(7), 98. <https://doi.org/10.3390/children5070098>
20. Safe Schools Declaration (2015). *Global Coalition to Protect Education from Attack*. <https://ssd.protectingeducation.org/>
21. Winfield Linda, F. (1994). Developing Resilience in Urban Youth. Urban Monograph Series, 42. <https://eric.ed.gov/?id=ED378289>
22. Zimmerman, A. Marc (2013). Resiliency Theory: A Strengths-Based Approach to Research and Practice for Adolescent Health. July, Aug; 40(4), 381–383. <https://doi.org/10.1177/1090198113493782>

CONDITIONS FOR THE DEVELOPMENT OF ADOLESCENT PERSONALITY RESILIENCE

Alla Kovalenkova

Postgraduate Student of the Department
of Psychosomatics and Psychological Rehabilitation

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine
9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

a.a.kovalenkova@npu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0003-4603-7506>

Abstract

The article is focused on the study of the conditions for the development of adolescent personality resilience, which contribute to the strengthening of mental stability, both in everyday life and difficult life situations. The emphasis is placed on the problems of this topic for adolescents. Based on the study of the theories and views of modern Ukrainian scientists, as well as foreign researchers, the conditions for the development of personality resilience are determined and substantiated based on the current circumstances during the period of active hostilities throughout the territory of Ukraine. The conditions for the formation of the stability of an individual's character are considered. Adolescence as a sensitive period for the formation of personality resilience is analyzed. The concept of resilience has been clarified, since the latter is the basic lever of personal potential in certain life circumstances. At the same time, the concept of "personality" and the peculiarities of its formation are investigated. The psychological content of the internal and external conditions for the development and formation of adolescent personality is revealed. The similarity of the regularities of the justifications of Ukrainian and foreign scientists today on the subject of the internal psychological stability of the adolescent personality to the modern conditions of life, which form and lay the conditions for the development of adolescent for the future, is found. The psychological content of this problem is analyzed and the characteristic features of the phenomenon under study are determined. The research of modern American and British scientists on the conditions for the development of sustainability as external factors influencing the personality is considered. On the basis of the material studied, the author has formed her own opinion about the conditions in which the resilience of an adolescent's personality is formed as resistance to life's trials, taking into account the current difficult life situations in Ukraine. The author offers a comprehensive vision of the conditions for the development of the vitality of the individual in its modern understanding, taking into account the military events throughout the territory of Ukraine.

Keywords: vitality, personality, personality development, conditions for the development of vitality, war, adolescence.

Подано 20.12.2023

Рекомендовано до друку 09.01.2024