

В.Н.Лозовцевою було проведено вивчення мотивів рівняння підлітків на однолітків, серед яких вона умовно виокремила мотиви загального порядку і специфічні мотиви, що породжуються безпосереднім спілкуванням з однолітками. До мотивів загального порядку автор віднесла такі: потреба в повазі, в гарному ставленні інших людей; покращення, розвиток себе, набуття цінних якостей; наслідування високим моральним якостям; прагматичні мотиви. Ієрархія специфічних мотивів рівняння на однолітка така:

- 1) прагнення бути не гіршим, не відставати, бути нарівні з товаришами:  
а) за особистими якостями (69,2%); б) за рівнем дорослості (23%);
- 2) прагнення завоювати симпатії однолітків: а) сподобатися товаришу, дружити (20,5%); б) сподобатися представникам іншої статі (2,5%);
- 3) прагнення бути кращим за інших: а) виокремитися, звернути на себе увагу (7,7%); б) бути прикладом для інших (7,7%);
- 4) бажання вміти постояти за себе [5, с. 9].

Аналіз досліджень дає змогу зробити висновок про те, що стосунки з іншими людьми мають велике значення в формуванні особливостей особистості підлітка. Більшість дослідників називають спілкування дитини з іншими людьми головним чинником розвитку особистості в підлітковому віці.

#### **Список використаних джерел**

1. Кочемировская Е.А. Коррекция деструктивных моделей межличностного взаимодействия и формирование навыков просоциального поведения у подростков : практ. пособ. / Е.А. Кочемировская, А.А. Гришко. – Х. : НТМТ, 2007. – 84 с.
2. Энциклопедический словарь социальной работы / под. ред. Л. Э. Кунельского, М. С. Мацковской. – М. : Центр общечеловеческих ценностей, 1993 – Т.2.
3. Бандура А. Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений / А. Бандура, Р. Уолтерс ; пер. с англ. Ю. Брянцевой, Б. Красовского. – М. : Апрель Пресс, ЭКСМО-Пресс, 1999. 512 с.
4. Психология человеческой агрессивности. Хрестоматия. – Минск, 2001. – С. 55-57.
5. Чеботарьова Н.В. Феномен агресії у людському досвіді: соціальнофілософський вимір : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. філософ. наук : спец. 09.00.03 «Соціальна філософія та філософія історії» / Н.В. Чеботарьова. Х., 2002. 19 с.

**Добродій Р. Б.,**

студент II курсу магістратури, гр. МФРп-191

Науковий керівник – Філіпович В. М., канд. психол. наук

*Національний університет «Чернігівська політехніка» (м. Чернігів, Україна)*

## **ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ЯК КОМПЛЕКСНА ХАРАКТЕРИСТИКА АДАПТАЦІЙНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ**

Актуальність дослідження адаптаційних ресурсів особистості в психологічному колі наукових досягнень зростає з кожним роком. Вагомий вклад у теоретичну, методологічну та практичну розробку цього питання внесли вітчизняні та іноземні дослідники-науковці Л. А. Александровна, Ф. Б. Березин, А. М. Кожина, Є. В. Кришталь, А. Г. Маклаков, М. В. Маркова,

Н. Г. Пшук, В. І. Розов, В. С. Ротенберг, Г. Сельє та ін.

Життестійкість (від англ. «hardiness») – витривалість, міцність, здоров'я, стійкість, сміливість, відвага, нахабство, безстрашність) – комплексна особистісна характеристика, особлива сукупність установок та навичок, що дозволяє сприймати зміни, які відбуваються з людиною, як можливості для набуття нового досвіду та розвитку.

Поняття «життестійкість» включає в себе основні компоненти:

- «прихильність / зацікавлення» (commitment) – характеризує ефективність взаємодії людини з навколишнім світом, що дає сили і мотивують людину до реалізації, лідерства, здорового напрямку думок та поведінки. Вона дає можливість відчувати власну значимість та активно включатися у вирішення життєвих задач, не зважаючи на наявність стресогенних факторів;

- «контроль» (control) мотивує до пошуку шляхів впливу на результати стресогенних змін, у протидію випаданню у стан безпорадності і пасивності;

- «прийняття виклику» (challenge) допомагає людині залишатися відкритою до навколишнього середовища і суспільства та базується на сприйнятті особистістю події життя як виклику та іспиту особисто до себе;

та додаткові:

- «кооперація» (cooperation) – здатність активно взаємодіяти з навколишнім середовищем та суспільством;

- «довіра» (credibility) сприяє впевненості та переживанню інтимності, побудови глибинних стосунків;

- «креативність» (creativity) виражається у здатності людини визначити проблему та шукати найбільш ефективні шляхи її вирішення з формуванням кінцевого рішення та відповідними діями [1, с. 21].

Усі ці компоненти в унікальному поєднанні можуть впливати на перебіг реабілітації шляхом модуляції емоційного фону, ставлення до хвороби, включення у процес реабілітації та співпрацю з лікарем.

У вітчизняній психології немає абсолютного аналогу поняття життестійкість, однак є численні категорії, які найбільш наближені: суб'єктність (А. Г. Ананьев, С. Л. Рубинштейн, А. М. Леонтьев, В. А. Петровский), особистісно-ситуативна взаємодія (О. Ю. Коржова), життєтворчість (Д. А. Леонтьев), самореалізація особистості (Л. А. Коростильова, А. Г. Маклаков), адаптаційний потенціал (Є. В. Кришталь), стильові закономірності та прояви взаємодії індивіда зі світом (А. В. Либин), типологія реагування на хворобу (Н. Д. Лакосина, Г. К. Ушаков) [2, с. 33].

У зарубіжній психології життестійкість вивчалася здебільшого у тісному зв'язку з адаптацією до стресу, поняттями психічного та психологічного здоров'я [3, с. 71]

Раттер описує стійкість до травми як динамічну взаємодію між факторами ризику та захисними процесами і виділяє чотири потенційно захисних процеси, що можуть сприяти стійкості: зниження ризику впливу; зменшення вірогідності негативних реакцій на стресор; підтримка відчуття власної гідності та особистісної ефективності; відкриття нових можливостей (M. Rutter, 1999) [4, с. 130].

Мадді описує п'ять основних механізмів, завдяки яким реалізовується буферна функція життєстійкості по відношенню до розвитку захворювань та зниження ефективності діяльності: оцінка життєвих змін як менш стресових; створення мотивації до трансформаційного додання (відкритість новому, готовність до дій у стресовій ситуації); посилення імунної реакції; посилення відповідальності щодо власного здоров'я та ведення здорового способу життя; пошук активної соціальної підтримки, що сприяє трансформаційному доданню [3, с.144].

Підсумовуючи вище описані дослідження, можна стверджувати, що життєстійкість та її основні компоненти є одним з основних адаптивних ресурсів особистості та гарантом фізичного і психічного здоров'я. Окрім того, феномен особистісної життєстійкості може бути основою для формування позитивного світогляду, підвищення якості життя, духовного розвитку та переживання осмисленості життя.

#### **Список використаних джерел**

1. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости. М. : Смысл, 2006. 63 с.
2. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості : Наукова монографія / С. Д. Максименко // К. : ТОВ «КММ», 2006. 240с.
3. Малкина-Пых И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. М. : Эксмо, 2008. 928 с.
4. Решетников М. М. Психическая травма .СПб. : Восточно-Европейский Институт Психоанализа, 2006. 322 с.

**Єрін Є. О.,**

студент II курсу магістратури гр. МСПДп-191 гр.  
Науковий керівник – Поленкова М. В., канд. екон. наук  
*Національний університет «Чернігівська політехніка»*  
(м. Чернігів, Україна)

### **ПСИХОЛОГІЧНА ДЕКОМПРЕСІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ**

Забезпечення національної безпеки є стратегічним завданням та важливою функцією кожної незалежної держави, основною сферою діяльності її політичних і державних інститутів.

За шість років війни українські військовослужбовці навчилися ефективно вести бойові дії та виконувати інші завдання за призначенням в різних умовах обстановки. Разом з тим слід зауважити, що повернення людини після тривалого перебування в районі ведення бойових дій, не завжди може пройти безболісно. Нажаль доводиться констатувати, що існують факти, коли внаслідок тривалого перебування в районі проведення операції Об'єднаних сил (АТО) (цей період може тривати від 6 місяців до 1 року) не весь особовий склад може безболісно повернутись до життя на мирній території. Відомі випадки депресивного стану, замкнутості, немотивованої агресії, надмірного вживання алкоголю або наркотичних речовин, інші прояви