

7. Selman R. The growth of interpersonal understanding: Developmental and clinical analyses. New York: Academic Press, 1980.

УДК 159.9

Л. В. Долинська,

*кандидат психологічних наук, професор,
завідувач кафедри загальної і соціальної психології;
НПУ імені М. П. Драгоманова*

Г. А. Чернякова,

*асистент кафедри психології,
політології та соціокультурних технологій
Сумський державний університет*

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКИ КОПІНГ- СТРАТЕГІЙ БАТЬКІВ З ЇХ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИМИ ВЛАСТИВОСТЯМИ

Анотація. У статті зроблено спробу розглянути проблему взаємозв'язку батьківських копінг-стратегій з їх індивідуально-психологічними властивостями. Представлено короткий аналіз результатів дослідження індивідуальних способів подолання батьками стресових ситуацій, пов'язаних із вихованням підлітків та таких індивідуально-психологічних характеристик, як: рівень емпатії, рефлексії, саморегуляції та особливостей ціннісних орієнтацій батьків.

Ключові слова: копінг-поведінка, когнітивні, емоційні, поведінкові копінг-стратегії, емпатія, рефлексія, саморегуляція, ціннісні орієнтації.

Abstract. The article attempts to consider the problem of the correlation of parental coping strategies with their individual psychological features. A brief analysis of the research of individual ways of overcoming stressful situations by parents related to the upbringing of adolescents and such individual psychological characteristics as: the level of empathy, reflection, self-regulation and features of parents' values.

Keywords: coping behavior, cognitive, emotional, behavioral coping strategies, empathy, reflection, self-regulation, value orientations.

Глобальні політичні, соціальні, економічні, екологічні виклики сучасності значною мірою впливають на психологічний стан та порушують

психічну рівновагу різних груп населення. У кризових умовах зростає значення сім'ї, вирішальним є характер і спосіб подолання труднощів її членами. Особливо важливими є батьківські стратегії подолання, як фактор формування гармонійних взаємовідносин у родині та становлення особистості дитини.

Особливості подолання людиною життєвих труднощів і негараздів у сучасних психологічних дослідженнях визначається як копінг-поведінка особистості.

Дане поняття є відносно новим, проте викликає все більше зацікавлення серед дослідників через свою надзвичайну актуальність у період абсолютної інтенсивності стресогенних впливів.

Перші роботи зарубіжних дослідників копінгу з'явилися у другій половині двадцятого століття (Р. Лазарус, С. Фолкман, Р. Мус, Н. Ендлер, Дж. Паркер, М. Перрез, М. Райтчерз). На початку 90-х років до вивчення даного феномену долучилися і російські вчені (Л.И. Анциферова, В.А. Бодров, Т.Л. Крюкова, С.К. Нартова-Бочавер та інші). Серед вітчизняних дослідників копінг-поведінка активно вивчається останні 15 років (В.В. Грандт, М.М. Дидух, И.А. Корниенко, Д.Д. Отич, Н.В. Родина, З.А. Сивогракова, А.А. Симак, А.В. Сидоренко, А.И. Склень, Т.А. Ткачук, В.М. Чернобровкин).

Узагальнюючи наявні напрацювання, копінг-поведінку можна визначити, як свідоме зусилля до подолання різноманітних життєвих труднощів, ситуацій і задач, що відображає спрямованість особистості на пристосування та адаптацію до обставин.

Зіштовхуючись зі складними чи навіть травматичними ситуаціями, пов'язаними з вихованням, кожен батько чи мати мають власні стратегії подолання, тобто копінг-стратегії, вибір яких за нашим припущенням, може залежати від індивідуально-психологічних властивостей їх особистості, а саме – рівнем рефлексії, емпатії, саморегуляції, особливостями ціннісних орієнтацій.

Нами було проведено дослідження щодо виявлення взаємозв'язків між копінг-поведінкою батьків та їх індивідуально-психологічними властивостями за методиками: "Діагностика рівня розвитку рефлексивності" А.В.Карпова, "Визначення ціннісних орієнтацій" М.Рокича, "Діагностика рівня емпатійних здібностей" В.В.Бойка, "Методика дослідження вольової саморегуляції" А. Зверькова та Є. Ейдмана [2].

А також, з метою виявлення індивідуального стилю подолання батьками стресу, пов'язаного зі вихованням, нами було проведено «Методику "Виявлення індивідуальних копінг-стратегій" Е.Хейма [1], яка дозволяє дослідити 26 ситуативно-специфічних варіантів копінгу і призначена для виявлення когнітивних, емоційних та поведінкових копінг-стратегій як індивідуальних усвідомлених стратегій подолання стресових ситуацій. У батьків були виявлені ефективні (допомагають швидко та успішно адаптуватися до стресу), відносно-ефективні (допомагають у деяких ситуаціях, наприклад, не дуже значних або при невеликому стресі) та неефективні (не допомагають долати стрес, а навпаки, сприяють його підсиленню) копінг-стратегії.

Вибірку дослідження склали батьки учнів Сумських шкіл (КУ ЗОШ №15, КУ ССШ № 25) загальною кількістю 130 осіб.

У результаті проведеного дослідження, ми з'ясували, що копінг-поведінка батьків та її ефективність є взаємопов'язаною з їх індивідуально-психологічними властивостями, а саме :

- високий (11,8%) та середній (70,6%) рівень рефлексії корелює з адаптивними та відносно адаптивними копінг-стратегіями за χ^2 -критерієм на 0,01 рівні значущості;

- показники емпатії серед обстежених батьків характеризуються здебільшого заниженим рівнем (52,2%), що свідчить про недостатню розвиненість уміння співпереживати та розуміти складні переживання дітей. 31,3% батьків мають дуже низький рівень емпатії; високого рівня виявлено не було - вираженим є взаємозв'язок між використанням батьками відносно адаптивних та неадаптивних копінг-стратегій та заниженим і низьким рівнем емпатії за χ^2 -критерієм на 0,01 рівні значущості.

- дослідження взаємозв'язків між рівнем саморегуляції та копінг-поведінкою батьків виявило взаємозв'язок між використанням батьками адаптивних копінг-стратегій та високим (66%) рівнем саморегуляції за χ^2 -критерієм на 0,01 рівні значущості.

- виявлення взаємозв'язків ціннісних орієнтацій батьків з ефективністю їх копінг-поведінки показало наявність взаємозв'язку між адаптивними копінг-стратегіями та такими значущими термінальними цінностями, як : здоров'я (фізичне і психічне), щасливе сімейне життя, любов та інструментальними : вихованість, чесність, життєрадісність (почуття гумору), відповідальність за χ^2 -критерієм на 0,01 рівні значущості.

Таким чином, гіпотеза нашого дослідження була підтверджена, тобто, копінг-поведінка батьків є взаємопов'язаною з їх індивідуально-психологічними властивостями, а отже, може піддаватися корекційному впливу. Окрім цього, ми припускаємо, що існує взаємозв'язок між обраними батьками копінг-стратегіями та індивідуально - психологічними властивостями особистості підлітків. Для об'єктивного підтвердження нашого припущення нами заплановано проведення дослідження у даному напрямку.

Список використаної літератури:

1. Вассерман Л. И., Щелкова О. Ю. Медицинская психодиагностика. Теория, практика и обучение. Москва : Изд. Центр «Академия», 2004. 736 с.
2. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Самара: Бахрах-М, 2011. 672 с.
3. Lazarus R., Folkman S. Stress, appraisal and coping. New York: Springer, 1984. P.149

УДК 159.953.5 : 37.018.4

О. О. Закаблуківська
*аспірантка кафедри теоретичної
та консультативної психології
факультету психології
НПУ імені М. П. Драгоманова*

ДИСТАНЦІЙНА ОСВІТА МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ

***Анотація.** Проаналізована важливість отримання освіти під час війни та забезпечення збереження шкільного графіку навчання, що є одним із основних напрямків діяльності дітей. Визначено, що освіта має лишатись головним та найважливішим пріоритетом для учнів молодшого шкільного віку.*

***Ключові слова:** діти молодшого шкільного віку, освіта, дистанційне навчання.*

***Abstract.** The importance of receiving education during the war and ensuring the preservation of school schedules, which is one of the main activities*