

по інтеграції ризикує бути неефективними. У сфері взаємостосунків з оточуючим середовищем перед інвалідами повстають істотні проблеми, оскільки без гармонізації цих взаємостосунків на рівні макро- і мікрогруп соціальна інтеграція ніколи не зможе бути реалізованою.

Рухаючись у напрямку пошуків технологій інтеграції ми вважаємо за необхідне виявити об'єктивні потреби й умови інтеграції інвалідів, як можна відобразити у чотирьох основних позиціях:

активно-позитивна позиція, для якої притаманне прагнення пошуку самостійного виходу із ситуації, що склалася, і супроводиться позитивними соціально-психологічними особливостями особистості (оптимізм, висока самооцінка, задоволеність життям і т.п.);

пасивно-негативна позиція, в якій проявляється незадоволення своїм становищем (разом з відсутністю бажання самостійно поліпшити його) супроводиться заниженою самооцінкою, психологічним дискомфортом, настороженим ставленням до оточуючих, тривожністю, постійним очікуванням катастрофічних наслідків від будь-яких змін, що відбуваються в житті;

пасивно-позитивна позиція, яка при об'єктивно незадовільному соціально-економічному становищі положенні і низькій самооцінці призводить в цілому до відносного задоволення конкретною ситуацією і, як наслідок, відсутності бажання активно змінювати її на краще. Дана позиція характерна для людей старших вікових груп;

активно-негативна позиція, яка при наявності стану психологічного дискомфорту і незадоволення життям не заперечує бажання самостійно змінити своє становище, проте практичних наслідків це не дає через низку ряд суб'єктивних і об'єктивних обставин. Така позиція більш характерна для інвалідів, яким переважно можна віднести до середнього віку.

Оцінюючи вплив на інвалідів таких чинників, як рівень соціально-економічного забезпечення і нужденність, житлово-побутові умови, освіта, професійна орієнтація і можливість працевлаштування, наявність індивідуальних і технічних засобів реабілітації, міра включення в соціальне середовище і задоволення своєю життєдіяльністю, а також аналізуючи результати проведеного автором дослідження, можна охарактеризувати соціальне самопочуття інвалідів як вкрай незадовільне, що значно ускладнює процес їх соціально-психологічної і соціально-педагогічної інтеграції, а це пояснює необхідність вирішення низки актуальних проблем, пов'язаних із забезпеченням повноцінної життєдіяльності даної категорії населення.

Дослідження об'єктивних потреб і умов інтеграції інвалідів, дозволило виявити такі тенденції, які простежуються у різних сферах життєдіяльності інвалідів і які необхідно враховувати у процесі реалізації цільової програми «Інтеграція інвалідів у соціальне середовище»:

- взаємостосунки інвалідів і здорових є найважливішим чинником соціальної інтеграції, причому аналіз цих взаємостосунків показав величезну соціальну дистанцію, що виражається в нерозумінні, розгубленості, страхах, неприйнятті осіб з обмеженими можливостями, не дивлячись на численні декларації про рівність прав і можливості;

- особливості позитивно спрямованої взаємодії здорових і інвалідів, як головна умова ефективності соціальної інтеграції, характеризуються неготовністю обох сторін до близьких контактів і співпраці, обумовленої взаємними категорично негативними установками: здорові переоцінюють «нещасливість інвалідів», відзначаючи їх замкнутість, підозрілість, ворожість, заздрісність; інваліди констатують зарозумілість, упередженість, зневага у здорових;

- об'єктивні потреби інвалідів у соціальній інтеграції обумовлені прагненням до самовираження і самореалізації в різних сферах життєдіяльності, прагненням до досягнення матеріальної незалежності і соціального благополуччя;

- основні позиції інвалідів стосовно соціальної інтеграції можна позначити як активно-позитивну (оптимізм і прагнення до самостійного пошуку рішення проблем), пасивно-негативну (песимізм і очікування катастрофічних наслідків від будь-яких змін), пасивно-позитивну (відносна задоволеність, інертність, незацікавленість в змінах), активно-негативну (дискомфорт, негативізм і бажання змінити своє положення).

Означені тенденції враховані у подальшій експериментальній роботі з групою молодих інвалідів, що буде представлено у подальших статтях.

#### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Ахлибинский Б. А. Категориальный аспект понятия интеграции // *Диалектика как основа интеграции научного знания* / Под ред. А. А. Королева. - Л.: 1989. - С. 50 - 66.
2. Гудонис В.П. Социальные и психолого-педагогические основы интеграции лиц с нарушением зрения: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. - М., 1995.
3. Махортова Г.Х. Проблемы психологической адаптации детей с нарушениями в условиях массовой школы // *Дефектология*. - 1996. - №4.
4. Морозова Н.С. Теория и практика социально-педагогической реабилитации детей-инвалидов. - Йошкар-Ола: Б.И. 1997. - 175с.
5. Соціально-педагогічна робота з дітьми та молоддю з функціональними обмеженнями. Навчально-методичний посібник для соціальних працівників і соціальних педагогів / За ред. Проф. А.Й.Капської. -К.: ДЦССМ, 2003. - 168с.

УДК 582.711.714:581.9(477)

РІД *SORBUS TORMINALIS* L.(Crantz) В УКРАЇНІ

**Мельниченко Н.В.**

Представитель рябинового рода берека – один из реликтовых родов в Украине. Приведены ботаническая и экологическая характеристика вида, его история и систематическое положение.

Рід *Sorbus* вперше був установлений К. Ліннеєм у 1719 році. Береку К. Лінней відніс до роду *Crataegus*. У 1767 р. Crantz остаточно встановив обсяг роду *Sorbus* (L.). Після цього ряд систематиків по-різному розглядали береку. Її називали *Pyrus torminalis* Ehrh.(1789), *Hahnia torminalis* Medik (1793), об'єднуючи рід *Sorbus* з родом *Pyrus*, приєднуючи сюди і рід *Malus*.

Тепер береку *Sorbus torminalis* (L.) Crantz відносять до родини *Rosaceae*, підродини *Pomoideae*, роду *Sorbus*, підроду *Hahnia*, монотипової секції *Torminaria*. Видова назва береки *Sorbus torminalis* (L.) Crantz походить від кельтського слова *sor* – «терпкий», або від лат. *sorbere* – «поглинати», «*torminalis*» утворене від лат. «*tormina*» – «кишкові кольки»; чи можливо, від грецького «*torminalis*» – «вгамовує біль у животі», бо плоди береки з давніх часів вважаються радикальним засобом під час лікування хворих на дизентерію.

Перед працівниками лісового господарства стоять великі завдання по створенню мільйонів гектарів нових насаджень, підвищенню лісистості лісостепових і степових районів, піднесенню продуктивності існуючих лісів та поліпшенню їх природного складу за рахунок впровадження швидкоростучих і технічно цінних для народного господарства деревних та чагарникових порід.

Однією з таких цінних аборигенних деревних порід, що ростуть на Україні, є берека. Тверда, шовковиста, з полум'янистим відтінком деревини береки йде на виготовлення високоякісних коштовних меблів, витончених різб'ярських і токарних виробів. Смячні, з великим вмістом вітамінів плоди береки використовуються для виготовлення вина, варення та інших харчових продуктів, а також використовуються як ліки в народній медицині. Гілки та листя береки є улюбленим кормом для лісової фауни.

В зв'язку з орнаментальністю крони, красивим забарвленням листя, особливо восени, і чорною корою стовбура берека цінна як декоративна порода в парках, скверах і алеях. Маючи ряд цінних лісівницьких якостей, берека є одним з кращих супутників для дуба звичайного, дуба скельного та інших лісоутворюючих порід і може бути широко використана в лісових культурах, позахисному лісорозведенні та зеленому будівництві.

Незважаючи на зазначені якості, значне поширення пластичність до ґрунтових умов, берека дуже рідко зустрічається в складі насаджень. Головна причина цього – хижацька рубка найбільш розвинених дерев заради цінної деревини в кінці XIX і на початку XX ст., що призвела до майже повного її знищення в лісах Європи, а також у нас на Україні.

Лише після Великої Жовтневої соціалістичної революції було звернено увагу на охорону і розведення береки. Починаючи з 1926 року, рубати береку заборонено, і вона взята під охорону, завдяки чому ми маємо ряд прекрасних насаджень з її участю та насінну базу. Однак недостатня вивченість біологічних і екологічних особливостей, агротехніки вирощування сіянців, невелика кількість насіння, невміле введення її в культуру призвели до того, що й досі культур з участю береки дуже мало.

Берека являє собою дерево висотою 10-25м (іноді 27м), діаметром 15-75 см. Деревя, які виростили на вільному місці, в 150-200-річному віці мають висоту 18-25м і діаметр 50-70 см. Крона дерев, які ростуть у насажденні, в переважній більшості вузька, густа і займає менше половини стовбура. У дерев, що зростають на вільному місці, крона широка, низько опущена і дуже густа.

Стовбур рівний, без сучків. На висоті 4-8м розгалужується. Кора стовбура в 15-20-річному віці темно-сіра або сіра, гладенька, з сочевичками, які йдуть поперек стовбура у вигляді штрихів довжиною до 0,5 см і шириною 1-1,5мм.

В 20-40-річному віці кора стає темно-сірою, починає тріскатися, утворюючи вузькі і короткі темно-коричневого кольору щілини вздовж стовбура. У віці 40-60 років на корі вздовж і впоперек стовбура утворюються щілини, завдяки яким вона розділяється на невеликі пластинки темно-сірого кольору із загорнутими краями, при цьому у тріщинах видно темно-коричневу кору, завдяки чому стовбур здається майже чорним, особливо в старшому віці, коли щілини мають ширину 1-3см і довжину 5-15см.

Гілки гладенькі, сіро-коричневі, блискучі, з білуватими плямами. Пагони слаболосисти, спочатку зелені, потім оливково-зелені або червоно-коричневі, злегка ребристі, з великою кількістю круглуватих, іноді поздовжньо-видовжених світлих сочевичок.

Бруньки – різноманітні від гостро-яйцевидних до круглуватих, голі, клейкі. Листки чергові, на укорочених пагонах, часто розташовуються нижче верхньої бруньки по 3, рідше по 2-4 шт.

Форма листової пластинки різноманітна: від круглуватої, широко трикутної серцевинно-яйцевидної до клиновидної. Наверху пластинка гостра шириною 5-10 і довжиною 5-18 см, з 3-5 гострими (дуже рідко тупуватими) лопатями. Іноді лопаті, особливо нижня пара, дуже гострі й глибокі, завдяки чому листки при основі здаються перисто-розсіченими. Край листка зубчастий або дрібнозубчастий. Молоді листки ніжні, зверху вкриті ріденькими волосинками, потім шкірясті, зверху темно-зелені, блискучі, голі; знизу біло-зелені або жовтувато-зелені, опушені або з опушеними жилками.

Квітки береки розташовані на кінцях пагонів. Вони зібрані спочатку в тонко повстяні, а потім майже голі зонтичні суцвіття, які мають по 10-20 квіток. Квітки двостатеві. Верхній кінець квітконіжки і основа чашечки густоопушені; чашолистки трикутні, довжиною 1-1,5 мм, голі або майже голі, всередині шкірясто-повстянено-яйцевидної форми, білі, голі. Тичинки по довжині рівні довжині пелюсток, пиляки яскраво-жовті, стовпчиків 2, рідко до 5. Вони зростаються в основі або посередині. Зав'язь двогнізна.

Плоди значно варіюють за формою та забарвленням. Загальною ознакою є постійна наявність на них маленьких, круглих, світлих крапок. Ендокарп хрящуватий, майже костяний з перетинками гнізд, що утворилися від зростання плодолистків. Мезокарп м'ясистий і соковитий [1,2].

В умовах правобережного Лісостепу України (Л.М. Вербицький, 1938) берека характеризується достатньою тінновитривалістю. Про тінновитривалість береки свідчить її ріст під пологом клена гостролистого і липи серцелистої. В молодняках природного походження та в 20-27-річних культурах при затінненні зверху кронами зазначених дерев берека, хоч і повільно, але росте і не суховершинить. Ажурнокронні породи (дуб звичайний, дуб скельний) менше пригнічують ріст і плодоношення береки. Це, мабуть, і є однією з причин того, що берека найчастіше зустрічається в складі дубняків.

Проте, незважаючи на достатню тінновитривалість, берека досить чутлива до збільшення освітлення. При повному освітленні крона береки стає щільною, тінястою і розложистою. Затінена з боків, але з відкритою верхівкою берека добре росте у висоту і по діаметру.

Таким чином, берека є досить тінновитривалою, здатною виконувати роль другого ярусу в змішаних насадженнях, проте вона може швидко змінювати свій габітус і темп росту при поліпшенні світлового режиму. Пластичність береки до умов освітлення дозволяє нам шляхом застосування відповідних господарських заходів формувати в бажаному напрямку її крону і стовбур, збільшуючи кількість та поліпшуючи якість стовбурової деревини.

Берека, яка природно зростає головним чином у місцевостях з теплим і вологим кліматом, показала себе також достатньо стійкою проти коливань температури та заморозків. Обстежені нами культури і природні насадження в межах і за межами поширення береки свідчать про здатність її переносити суворі зими. Про морозостійкість береки свідчить і той факт, що у неї рідко зустрічаються морозобойні. Нам доводилось спостерігати лише один випадок морозобойні з кількох обстежених дерев у 40-50-річному віці. Морозостійкість береки характеризує також висота, на яку вона піднімається в гори, –1800 м над рівнем моря (В.М. Сукачов, 1938). Берека досить стійка проти знижених температур і може з успіхом рости за межами свого ареалу.

Волога є одночасно і кліматичним і екологічним фактором. Зростаючи на величезній території з різноманітними ґрунтовими та кліматичними умовами, берека виробила на протязі довгого періоду властивості, які дозволяють їй переносити сухість ґрунту і повітря. Так, П.С. Погребняк відносить береку до групи ксеромезофітів, ставлячи її поряд з дубом звичайним. За його даними, берека зростає на дуже сухих, сухих і свіжих ґрунтових відмінах в суборах, суг рудках і дібровах на території України, Молдавії та на Кавказі [1,2].

У зв'язку із стійкістю береки проти сухості ґрунту і повітря її рекомендують як супутню дубові звичайному породу в лісостеповій та степовій зонах України при створенні полезахисних смуг, яружно-балочних та інших насаджень на глибоких і звичайних чорноземах.

Слід зазначити, що порівняно з дубом звичайним берека транспірує значно менше вологи, а це важливо при вирощуванні її в посушливих районах півдня.

Незважаючи на те, що берека зростає головним чином на сухих і свіжих ґрунтових відмінах, вона зустрічається і на вологих ґрунтах.

Окремі екземпляри береки добре ростуть по краю заболочених ділянок, які заросли осокою болотною і очеретом, і у 70-80-річному віці досягають висоти 18-22 м при діаметрі до 40 см.

Таким чином, берека є досить стійкою проти сухості ґрунту і повітря деревною породою і не поступається у цьому відношенні перед дубом звичайним. Одночасно вона може переносити дещо підвищену вологість ґрунту. На території України берека зростає на дуже сухих, сухих і свіжих світло-сірих, сірих і темно-сірих лісових суглинках.

Слід відзначити, що берека – один з найменш вивчених видів реліктових деревних порід, які ростуть на території України.

1. Баранов Н. Сохранить береку в составе лесов Подолии. «Лесное хозяйство», 1952.-№12.-С.28-36.

2. Косяк М.І. Систематика, географічне поширення і історія *Sorbus torminalis* (L.) Crants. на фоні загального розвитку роду. «Ботанічний журнал», 1941.-№1.-С.56-98.

УДК 159.922.7:159.913

*Машков А. А.*

### **ПСИХОЛОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА ПОРУШЕНЬ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ, ЗАЛУЧЕНИХ ДО ПОСТІЙНОЇ СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

В статтю проаналізовані проблеми профілактики порушень пищевого поведіння спортсменів (булімії, переїдання, анорексії, і т.д.) в підлітковому віці і психологічні причини виникнення указаних порушень. Определены направления профілактики і конкретные особенности психогігієніческих процедур в заданной группе порушений.

1. Порушення харчової поведінки у підлітків, які залучені до постійної спортивної діяльності є розповсюдженим явищем, що пов'язано з недоцільними педагогічним та психологічним впливом на атлета підлітка з боку керівництва спортивного закладу чи команди, тренерського складу, батьків, тощо. Саме тому виникає необхідність реалізації функції психологічної профілактики порушень харчової поведінки у підлітків які залучені до постійної спортивної діяльності (командних, індивідуальних, парних видах спорту) та конкретизації конкретного психопрофілактичного інструментарію до особливостей психологічної деформації харчової поведінки підлітків, які постійно займаються конкретним видом спорту [1-3].

2. Досліджуючи особливості поведінки підлітка спортсмена, риси його характеру та якостей особистості в цілому, стилів харчової поведінки, харчових вподобань, соціальних та особистісних конструктів та стереотипів перш за все, та при врахуванні фізичних та фізіологічних особливостей, можна передбачити можливі розлади харчової поведінки підлітків залучених до постійної спортивної діяльності та використовуючи психолого-педагогічний методичний апарат впливу надати якісну допомогу та провести доцільну профілактику порушень харчової поведінки зазначеної групи осіб, тим самим визначаючи актуальність зазначеного дослідження.

3. Проблемі психологічної профілактики порушень харчової поведінки підлітків залучених до постійної спортивної діяльності у нашій країні уваги не приділяється, тому більшість наукових здобутків по цій темі можна віднайти у роботах закордонних дослідників, зокрема М. Голда, В. Аграса, Дж. Мітчела, Р. Каспера, П. Харісона та інших. Спираючись на дослідження М. Голда проведеним у спеціальних спортивних закладах та школах штату Пенсільванія, було встановлено, що підлітки які займаються спортом постійно, більш схильні до порушень у харчовій поведінці ніж їх однолітки, які спортом системно не займаються, а отже більше потребують уваги з боку психологів при реалізації профілактики та психогігієни порушень харчової поведінки [8]. Однією з центральних проблем формування порушень харчової поведінки підлітків, які залучені до постійної спортивної діяльності з позиції Аграса В. є деформація образу я, самооцінки та когнітивного викривлення уявлення про себе, а психологічна профілактика даної проблеми має бути направлена саме на стабілізацію рівня самооцінки та самоконтролю [4]. Спираючись на погляди Дж. Файрберна, ключовим моментом формування порушень харчової поведінки у підлітків (зокрема залучених до постійної спортивної діяльності), є негативно сформований особистісний психологічний конструкт стосовно себе та свого тіла, що і призводить до визначених порушень, тому необхідно постійно аналізувати як негативні так і позитивні особливості фізичної конституції підлітків та надати можливість самому підлітку прийняти себе та своє тіло [6].