

*Голуб Ксенія Олегівна*  
*Уманський державний педагогічний*  
*університет імені Павла Тичини*  
*м. Умань*  
*науковий керівник*  
*Харченко Н. А., канд. псих. наук, доцент*

## **ВПЛИВ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА НА ФОРМУВАННЯ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ**

У юнацькому віці важливою передумовою розвитку є стресостійкість, яка дозволяє витримувати значні інтелектуальні, вольові та емоційні навантаження. Проблема стресостійкості особистості в юнацький період пов'язана тим, що значущим для неї стає особистісне становлення, зростає бажання створення власної сім'ї, наростає потреба у високому самоконтролі власної поведінки у відповідь на постійно мінливі умови соціального середовища [1, с. 8]].

У молодих людей стрес може викликатися різноманітними конфліктними ситуаціями, особливостями діяльності й багатьма іншими чинниками. Дослідники вказують, що стрес – це реакція організму людини, яка виникає на дії подразників, незалежно від того, несуть вони позитивний або негативний характер [1, с. 6].

Психологічним критерієм переходу від підліткового до юнацького віку є різка зміна внутрішньої позиції, зміна ставлення до майбутнього. Якщо підліток дивиться на майбутнє з позиції нинішнього, то юнак (старший школяр) дивиться на нинішнє з позиції майбутнього. В юності відбувається розширення часового горизонту – майбутнє стає головним виміром. Змінюється основна спрямованість особистості, яка тепер може позначатися як прагнення до майбутнього, визначення подальшого життєвого шляху, вибір професії.

В юнацькому віці остаточно закріплюються статево-рольові стереотипи, а також завершується процес формування статевої ідентифікації, пов'язаного з фізіологічними елементами дозрівання організму. У юнацькому віці особистість прагне стати активно діючим суб'єктом міжособистісних соціальних взаємин, що спричиняє процес засвоєння чи відторгнення існуючих суспільних гендерних

стереотипів, формування фемінних, маскулінних чи андрогінних уявлень. Для повноцінного розвитку й самореалізації людині необхідно позбутися обмежень, що накладаються традиційними стереотипами мислення на поведінку чоловіків і жінок. Суспільні стереотипи стосовно жіночих і чоловічих гендерних ролей здатні впливати на гендерний розвиток особистості, сприяти розвитку обдарованості, або, навпаки, накладати багато обмежень на творчу самореалізацію [4, с. 33].

На подолання складних життєвих ситуацій здійснює вплив оцінка середовища, яка, у свою чергу, змінює стосунки «людина-середовище», і як наслідок, емоційну відповідь людини на складну життєву ситуацію. В такому разі копінг виступає «медіатором емоційної відповіді». Хоча подолання може детермінувати певні емоційні стани, усвідомлювані емоції полегшують даний процес. Тому відношення між емоціями й копінгом мають нестатичний характер.

К. Паркес розуміє під середовищними чинниками відносно стабільні психосоціальні характеристики обставин (соціальна підтримка та вимоги, що висуваються до людини). На думку вченого, будь-яка копінг-поведінка починається з оцінки середовища як значущого для індивіда. Середовище виступає комплексом означених умов, зовнішніх сил та стимулів, які діють на людину через нерозривний зв'язок між нею та умовами її життя. Тому К. Паркес вважає, що змінні середовища, які впливають на формування копінг-стратегій, потрібно враховувати тією ж мірою, що й особистісні змінні. Це сприяло окресленню у психологічних дослідженнях тенденції до дотримання принципу «компонентної перспективи», відповідно до якого поведінка є функцією особистості, ситуації та їх взаємодії [3, с. 284].

Майже в усіх наукових працях з питань копінг-поведінки зазначається, що на вибір копінг-стратегії у складній життєвій ситуації здійснюють вплив статево-рольові стереотипи. Так, К. Муздибаєв та С.К. Нартова-Бочавер наголошують, що жінки (і фемінні чоловіки) схильні до емоційної реакції на проблему, а чоловіки (і маскулінні жінки) обирають інструментальні методи шляхом перевтілення зовнішньої ситуації [1, с. 19].

Дослідженням сутності ситуації як чинника стратегії копінг-поведінки поведінки займався і Т. Шибутані. Він вважав, що поведінка людини у складній життєвій ситуації зумовлена не стільки зовнішнім оточенням, скільки її інтерпретацією цього оточення. Таким чином, визначення ситуації відбувається засобом надання значення об'єктивній ситуації, внаслідок чого вона перетворюється на суб'єктивну.

Індивід оцінює для себе величину потенційного стресора, зіставляє вимоги середовища з власною оцінкою ресурсів, якими він володіє, щоб з оптимальною ефективністю з цими вимогами. Копінг-механізми визначають ступінь адаптації особистості до ситуації [5, с. 317 – 318].

Конкретизувати вплив освітнього середовища вищого чи загальноосвітнього навчального закладу на формування стресостійкої поведінки юнаків і дівчат можна за такими умовами [2, с. 154]:

- 1) вплив освітнього середовища може мати як конструктивний, так і деструктивний характер: конструктивний вплив полягає у формуванні психічної стійкості особистості, здатності проявити творчий потенціал у вирішенні проблемних ситуацій; деструктивний – у демотивації навчальної діяльності юнаків, актуалізації захисних реакцій у проблемних ситуаціях, фрустрації актуальних потреб суб'єкта педагогічної взаємодії, його завищеному рівні тривожності, низькому адаптаційному ресурсі, фізичному виснаженні, припиненні освітнього процесу;
- 2) адаптаційний ресурс суб'єкта освітнього середовища формується у процесі реалізації можливостей (виходу із внутрішніх обмежень) та доланні проблемних невизначених ситуацій;
- 3) сучасне освітнє середовище є відкритою освітньою системою, що виходить за межі класичних освітніх закладів та формується глобальними інформаційними мережами, воно є індетермінованим утворенням;

Таким чином, розвиток стресостійкості юнаків як здатності ефективно здійснювати навчальну діяльність та особистісний розвиток у процесі стресових ситуацій, що виникають в освітньому середовищі, буде залежати від можливості скористатися ресурсним потенціалом, яке може забезпечувати саме середовище. освітнє середовище має ресурсний потенціал, що визначається можливістю залучення до нього широкого кола осіб юнацького віку.

### Література

1. Муздыбаев К. Переживание времени в период кризисов. *Психологический журнал*. 2000. Т. 21. № 4. С. 5–21.
2. Омельченко Л. М. Освітнє середовище як чинник розвитку стресостійкості особистості. *Психологія стресостійкості студентської молоді* К.: Видавничий центр НУБіП України. 2018. 198 с.
3. Рисинець Т. П. Особистісні ресурси як фактор вибору копінг-стратегій майбутніми психологами. *Вісник Національного університету оборони України*. 2013. - Вип. 1. С. 280-287.
4. Родіна Н.В. Статеврольова ідентифікація особистості та особливості подолання стресу в ситуаціях загрози самоактуалізації. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. Херсон. 2015. № 1(32). С. 32-37.
5. Степова А. С. Психологічні особливості стресостійкості осіб юнацького віку. *Молодий вчений*. 2018. № 9(2). С. 314-319.