

Комунальний заклад вищої освіти
«Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія»
Запорізької обласної ради
Факультет спеціальної освіти та соціально-гуманітарних наук
Кафедра психології та соціальної роботи

КВАЛІФІКАЦІЙНА (БАКАЛАВРСЬКА) РОБОТА

Дослідження психологічної резильєнтності осіб юнацького віку в сучасних
соціально-психологічних умовах

Виконала студентка групи Пб-4

спеціальності 053 Психологія

Шевченко Дар'я Олексіївна

Керівник: Кудінова М.С.

Рецензент: Олександра АЛПАТОВА

Нормоконтроль: Софія СИТНИК

Запоріжжя

2024 р.

РЕФЕРАТ

Бакалаврська робота: 55 с., 2 табл., 2 рис., 49 джерел, 2 додатки.

Об'єкт дослідження: резильєнтність особистості.

Предмет дослідження: особливості резильєнтності осіб юнацького віку.

Мета дослідження: теоретичний аналіз та емпіричне дослідження резильєнтності осіб юнацького віку.

Дослідження резильєнтності осіб юнацького віку є надзвичайно актуальним в сучасних умовах. Юнацький вік характеризується значними змінами та викликами, такими як формування особистості, визначення життєвих цілей, академічний тиск, кар'єрна невизначеність та міжособистісні конфлікти. Резильєнтність відіграє ключову роль у формуванні здатності людини до посттравматичного зростання та адаптації після пережитих травматичних подій. Вона дозволяє особистості гнучко реагувати, адаптуватися та відновлюватися в складних життєвих ситуаціях, таких як втрата близьких, хвороби, стихійні лиха чи воєнні конфлікти.

Війна в Україні створює додаткові виклики для психічного здоров'я юнацтва: вимушена міграція, розлука з близькими, порушення звичного життя та загроза безпеки. Дослідження резильєнтності юнаків важливе для розробки стратегій психологічної підтримки у подоланні наслідків травми. Розуміння чинників формування резильєнтності дозволить розробляти тренінгові програми, вносити зміни в освітній процес та соціальну політику для підвищення стресостійкості молоді. Результати сприятимуть кращому розумінню психологічних процесів у цей складний період та допоможуть фахівцям розробляти ефективні підходи до психологічного супроводу юнацтва.

РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ, ОСОБИ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ, СУЧАСНІ
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ.

ВСТУП

Актуальність дослідження. Дослідження резильєнтності осіб юнацького віку є надзвичайно актуальним в сучасних умовах, адже юнацький вік характеризується значними змінами та викликами, з якими стикаються молоді люди. У цей період відбувається формування особистості, її ціннісних орієнтирів, визначаються життєві цілі та плани на майбутнє. Водночас, юнаки зіштовхуються з низкою стресових факторів, таких як академічний тиск, невизначеність щодо кар'єрного шляху, міжособистісні конфлікти та інші психологічні навантаження. Нинішня ситуація в Україні, зумовлена військовим конфліктом, створює додаткові виклики для психічного здоров'я та благополуччя юнацтва. Вимушена міграція, розлука з близькими, порушення звичного способу життя та загроза безпеці стають серйозними травматичними чинниками, які можуть негативно вплинути на формування особистості та розвиток резильєнтності в юнацькому віці.

Тому дослідження резильєнтності осіб юнацького віку є вкрай важливим для розробки ефективних стратегій психологічної підтримки та допомоги цій віковій категорії в подоланні наслідків травматичного досвіду. Розуміння чинників формування резильєнтності в юнацькому віці дозволить розробляти відповідні тренінгові програми, а також вносити необхідні зміни в освітній процес та соціальну політику з метою підвищення стресостійкості молодих людей.

Результати дослідження резильєнтності юнаків сприятимуть кращому розумінню психологічних процесів, що відбуваються в цей складний життєвий період, та допоможуть фахівцям розробляти ефективні підходи до психологічного супроводу цієї вікової категорії. Це матиме значний позитивний вплив як на особистісний розвиток юнаків, так і на загальний психологічний клімат у суспільстві, адже молодь є його майбутнім.

Проблема резильєнтності досліджувалась А. Мастен, К. Коннор, Дж. Девидсон, Р. Ньюман, Дж. Ричардсон, Д. Чарни, Ф. Лозел Н. Гусак, В. Чернобровкіна, В. Чернобровкіної, А. Максименко, С. Богданова, О. Бойко, особливості резильєнтності юнаків вивчали Е. Морель, Р. Макдермотт, Х. Ченг, К. Райт, Б. Браунінг, А. Аптон, Т. Севіг, О. Донець.

Водночас, проблема дослідження резильєнтності юнаків зберігає свою актуальність, що і зумовило вибір теми бакалаврської роботи.

Відповідно до теми дослідження нами було сформульовано об'єкт, предмет, мету та завдання.

Об'єкт дослідження: резильєнтність особистості.

Предмет дослідження: особливості резильєнтності осіб юнацького віку.

Мета дослідження – теоретичний аналіз та емпіричне дослідження резильєнтності осіб юнацького віку.

Відповідно до сформульованої мети нами були поставлені такі **завдання:**

1. Здійснити теоретичний аналіз поняття «резильєнтність».
2. Розглянути особливості резильєнтності у юнацькому віці та фактори, що впливають на її розвиток.
3. Вивчити вплив воєнних дій та пов'язаного з ними стресу на психічне здоров'я юнаків.
4. Провести емпіричне дослідження рівня резильєнтності та життєстійкості серед осіб юнацького віку.
5. Здійснити аналіз отриманих емпіричних даних та сформулювати висновки щодо особливостей резильєнтності юнаків в сучасних соціально-психологічних умовах.

Теоретичні основи дослідження. Методологічним підґрунтям бакалаврської роботи виступають:

– концепції розвитку резильєнтності А. Мастен, К. Коннор, Дж. Девидсон, Р. Ньюман, Дж. Ричардсон, Д. Чарни, Ф. Лозел.

– наукові підходи до проблематики резильєнтності юнаків Е. Морель, Р. Макдермотт, Х. Ченг, К. Райт, Б. Браунінг, А. Аптон, Т. Севіг, О. Донець.

Методи дослідження: *теоретичні:* аналіз психологічної літератури з метою визначення стану розробленості та перспектив досліджуваної проблеми; порівняння поглядів вчених на досліджувану проблему; систематизація та узагальнення для уточнення понять: «резильєнтність», «стресостійкість», «життєстійкість»;

емпіричні: діагностичні методи з метою визначення особливостей резильєнтності і життєстійкості (методика «Шкала резильєнтності Коннора-Девідсона – 10» та тест-опитувальник «Самооцінка життєстійкості» (модифікація опитувальника Форверга на контактність Т. О. Ларіної)); кількісна та якісна обробка даних.

Організація дослідження. На першому етапі було здійснено теоретичний аналіз проблеми, розроблено програму дослідження.

На другому етапі було визначено рівень резильєнтності та життєстійкості у осіб юнацького віку. Для вирішення поставленого завдання було використано метод тестування («Самооцінка життєстійкості» (модифікація опитувальника Форверга на контактність Т. О. Ларіної), «Шкала резильєнтності Коннора-Девідсона – 10»). Отримані дані піддавались аналізу з наступною якісною інтерпретацією та змістовним узагальненням. Математична обробка даних результатів здійснювалась за допомогою Online TestPad, графічна презентація результатів здійснювались за допомогою програми Microsoft Word.

Експериментальна база дослідження. Дослідно-експериментальна робота виконувалася у Запорізькій гімназії № 32 Запорізької міської ради Запорізької області. Експериментальною роботою було охоплено 16 учнів юнацького віку.

Практичне значення дослідження полягає в наступному: результати можуть стати основою для розробки рекомендацій та тренінгових програм

для батьків і педагогів щодо формування резильєнтності у дітей юнацького віку, що опинились в складних життєвих обставинах.

Апробація результатів дослідження. Основні теоретичні положення та отримані в ході дослідження результати пройшли апробацію на:

Міжнародній науково-практичній конференції «Стратегічні орієнтири освіти та реабілітації в умовах воєнного стану та повоєнного часу: проблеми, рішення, перспективи» (Запоріжжя, 26-27 жовтня 2023 року).

V Міжнародній науково-практичній конференції студентів та молодих вчених «Освітні і культурно-мистецькі практики в контексті інтеграції України у міжнародний науково-інноваційний простір в умовах воєнного часу» (Запоріжжя, 18–19 квітня 2024 року).

Публікації за результатами дослідження:

1. Шевченко Д.О. Особливості резильєнтності юнаків. *Стратегічні орієнтири освіти та реабілітації в умовах воєнного стану та повоєнного часу: проблеми, рішення, перспективи*: збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції (Запоріжжя, 26-27 жовтня 2023 року) / за заг. ред. В. В. Нечипоренко. – Запоріжжя : Вид-во Хортицької національної академії, 2023. С. 503-504.

2. Шевченко Д.О. Поняття резильєнтності в психологічному дискурсі. *Освітні і культурно-мистецькі практики в контексті інтеграції України у міжнародний науково-інноваційний простір в умовах воєнного часу*: збірник тез доповідей V Міжнародної науково-практичної конференції студентів та молодих вчених (м. Запоріжжя, 18-19 квітня 2024 р.) / за заг. ред. В.В. Нечипоренко. Запоріжжя : Вид-во Хортицької національної академії, 2024 (подано до друку).

Структура та обсяг роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку літератури, а також додатків; загальний обсяг роботи складає 53 сторінок, з них – 31 сторінки основного тексту.

ВИСНОВКИ

Результати теоретичного та емпіричного дослідження резильєнтності осіб юнацького віку в сучасних соціально-психологічних умовах дозволили сформулювати висновки:

1. Резильєнтність – це здатність долати труднощі та адаптуватися до стресу. Вона набуває особливого значення в юнацькому віці. Юнаки з високою резильєнтністю відрізняються стійкістю переконань, впевненістю у собі, здатністю конструктивно реагувати на зміни, демонструють позитивне ставлення до себе, розуміння власних емоцій і потреб, використовують стратегії самопомоги. Безпечний стиль прихильності та відчуття надії позитивно корелюють з резильєнтністю юнаків.

2. Юнацький вік є критичним періодом для розвитку резильєнтності через численні фізіологічні, психологічні та соціальні зміни, що відбуваються в цей час. Більшість юнаків відчувають розгубленість і дискомфорт, оскільки звичні методи емоційної регуляції вже не діють, а нові ще не встановлені. Ця невизначеність призводить до внутрішньої напруги та тривожності.

3. В умовах війни та вимушеної міграції, юнаки стикаються з додатковими психологічними навантаженнями, що можуть як сприяти залученню внутрішніх ресурсів, так і погіршувати їхнє психічне здоров'я через емоційне напруження та виснаження. Тому особам юнацького віку вкрай важливо допомогти впоратися зі своїми емоціями через зрозуміння того, що відбувається. Ці завдання покладаються на значущих дорослих, психологів та фахівців з надання психосоціальної допомоги.

4. Проведено емпіричне дослідження 16 учнів 16-17 років Запорізької гімназії №32. Діагностику проведено за методикою «Шкала резильєнтності Коннора-Девідсона-10» та тестом-опитувальником «Самооцінка життєстійкості» (модифікація опитувальника Форверга на контактність Т. О. Ларіної). Результати шкали Коннора-Девідсона показали, що більшість респондентів (62,5%) мають середній рівень стійкості. Це означає помірну

стресостійкість і адаптивність у повсякденному житті, але хронічні негативні події можуть викликати труднощі. 25 % продемонстрували стійкість нижче середнього, що свідчить про обмежені ефективні стратегії подолання. 12,5% юнаків продемонстрували низький рівень стійкості, що може призвести до погіршення здатності протистояти стресу та проблем з адаптацією. Не виявлено респондентів з високою стійкістю.