

Бібліографія: Кулеша-Любінець М.М. Психологічне благополуччя підлітків, переселених із зони збройного конфлікту / М.М.Кулеша-Любінець, А.П.Барабашова // Актуальні проблеми практичної психології : збірник статей III Всеукраїнської науково-практичної конференції (Глухів, 10-11 листопада 2016 р.) / Міністерство освіти і науки України, ГНПУ ім. О.Довженка [та ін.]; відп. ред. В.М.Поліщук. – Глухів : РВВ ГНПУ ім. О. Довженка, 2016. – 162 с. – С.104-108.

Кулеша-Любінець М.М., Барабашова А.П.

УДК 159.92

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПІДЛІТКІВ, ПЕРЕСЕЛЕНИХ ІЗ ЗОНИ ЗБРОЙНОГО КОНФЛІКТУ

На основі емпіричного дослідження визначено особливості психологічного благополуччя підлітків, переселених із зони збройного конфлікту. З'ясовано, що третина опитаних підлітків-переселенців не почувають себе психологічно благополучними.

***Ключові слова:** психологічне благополуччя, критерії психологічного благополуччя, підлітки-переселенці.*

В умовах сучасного життя перед людиною постає безліч різних випробувань, з якими їй необхідно справлятися кожного дня. Особливо важко це робити підліткам, адже до необхідності долаття труднощів повсякденного життя (проблеми з навчанням, спілкуванням з іншими людьми тощо), вони також відчують значні зміни у самосвідомості, фізичному Я-образі, спрямованості тощо.

Особливою категорією є підлітки, які стали безпосередніми учасниками трагедії на сході нашої країни і змушені були переїхати із зони збройного конфлікту.

На червень 2015 року в Україні нараховувалось більше мільйона вимушених переселенців, із них 330 тис. дітей до 18 років [2]. Ці люди змушені покидати власні домівки, переселяються до нових міст та областей,

часто на невизначений термін, знайомитись із новими людьми, ходити до інших шкіл та ін. Тому важливим для педагогів, психологів, батьків підлітків-переселенців є знання рівня їх психологічного благополуччя в нових умовах життя.

Дослідженням феномену психологічного благополуччя займались такі вітчизняні та зарубіжні вчені як Б.Ананьєв, А.Аргайл, Н.Бредберн, Ш.Бюлер, Р.Вінховен, А.Вотермен, М.Гасюк, І.Горбаль, О.Гринів, Н.Каргіна, О.Князева, С.Карсканова, Л.Козьміна, П.Левінсон, М.Норман, О.Осадько, Е.Позднякова, Р.Раян, К.Ріфф, М.Селігмен, Т.Фесенко, Т.Шевеленкова, О.Ширяєва та ін.

Теоретичний аналіз наукових розвідок показав, що психологічне благополуччя особистості – це складне цілісне переживання, що виявляється в задоволеності / незадоволеності власним життям (Н.Бредберн, Е.Дінер та ін.), в особистісному зростанні, переживанні повноти буття (А.Вотермен, А.Кронік та ін.), в позитивному психологічному функціонуванні особистості та задоволенні потреб (К.Ріфф, Е.Деци, Е.Раян та ін.), є найтоншим індикатором перехідних станів від здоров'я до хвороби (Н.Каргіна) та ін. На думку М.Гасюк та О.Гринів, психологічне благополуччя є результатом прийняття життєвого досвіду особистості, побудови адекватних життєвих цілей, а також інтеграції та позитивної інтерпретації подій теперішнього, минулого і майбутнього та надання їм своєрідного сенсу в цілісній картині життєвого шляху особистості [1, с. 13].

Більшість вище названих науковців досліджували психологічне благополуччя молоді та осіб зрілого віку. **Метою** нашого дослідження є висвітлення особливостей психологічного благополуччя підлітків, тимчасово переселених із зони збройного конфлікту.

Емпіричне дослідження психологічного благополуччя підлітків-переселенців проводилось у жовтні-грудні 2014 року. Загальна вибірка становила 32 особи. Середній вік досліджуваних – 15,5 років, кількість осіб чоловічої статі – 15, жіночої – 17. Базами проведення емпіричного

дослідження стали чотири загальноосвітні школи I-III ступенів міста Івано-Франківська (№3, №18, №22, №28), де навчались підлітки-переселенці.

З метою виявлення особливостей розуміння підлітками-переселенцями поняття «психологічне благополуччя особистості» нами було використано авторську анкету. Анкетування дало можливість виділити загальні уявлення підлітків про психологічне благополуччя, а також критерії, за допомогою яких, на їх думку, можна відрізнити психологічно благополучну особистість.

Аналіз результатів анкетування показав, що переважаюча більшість опитуваних (75%) під психологічним благополуччям розуміють «прийняття себе», «критичне ставлення до ситуацій, що відбуваються», «відчуття комфорту», «здатність легко встановлювати контакти з іншими людьми», «баланс між емоційним та фізичним здоров'ям» та ін.

Більшість опитаних підлітків-переселенців (47%) вважають, що психологічно благополучна особистість здатна легко пристосовуватись до нових умов життя, налагоджувати контакти з оточуючими; вона вміє успішно справлятися із життєвими труднощами (34%); є щасливою і задоволеною своїм життям (34%); має хороший настрій (16%) і не страждає на жодні психічні захворювання (9%).

Цікавим є те, що 72% підлітків, тимчасово переселених із зони збройного конфлікту, вважають, що психологічно благополучні люди можуть легко проявляти як позитивні, так і негативні емоції. 28% опитаних вважають, що психологічно благополучною людиною є та, яка завжди позитивно налаштована.

Серед свого оточення 87% підлітків-переселенців психологічно благополучними вважають усіх близьких, які їх оточують (родина, друзі тощо) і лише 13% опитаних серед свого найближчого оточення не змогли назвати жодної психологічно благополучної особи.

До чинників формування психологічного благополуччя підлітки-переселенці відносять: вплив соціуму (41%), емоційний стан людини (28%),

самовиховання та робота над собою (13%), наявність певних особистісних якостей (6%).

Рівень суб'єктивного благополуччя 97% досліджуваних оцінюють як високий і дуже високий, і лише один з опитуваних вважає рівень власного психологічного благополуччя середнім, оскільки зараз він знаходиться далеко від дому. Це може свідчити про деяку соціальну бажаність у відповідях підлітків, переселених із зони АТО.

Цікавим є твердження 69% опитуваних про те, що психологічно благополучна людина не обов'язково є успішною для соціуму, головне, щоб вона сама себе такою вважала. Третина опитаних вважає зовнішній успіх умовою психологічного благополуччя.

Таким чином, як показали результати анкетування, підлітки-переселенці психологічно благополучними вважають осіб, які здатні приймати себе такими, якими вони є, легко пристосовуються до нових умов та встановлюють контакти з іншими людьми, уміють справлятися з життєвими труднощами та можуть легко виражати власні емоції.

Для дослідження особливостей суб'єктивного психологічного благополуччя підлітків-переселенців ми використали методику діагностики психологічного благополуччя особистості Т.Д. Шеленкової, П.П.Фесенко [3]. Аналіз результатів за шкалами методики відображено на рис. 1.

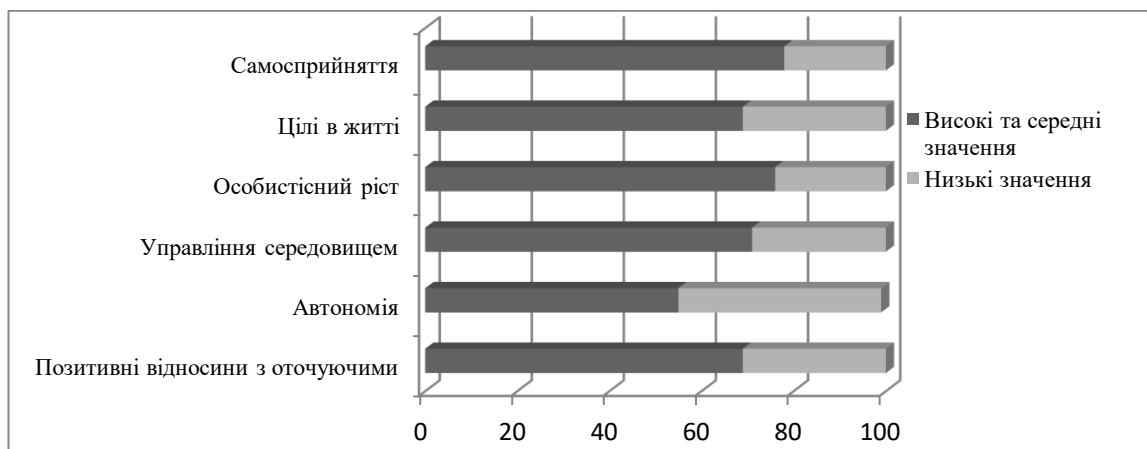


Рис. 1. Самооцінка психологічного благополуччя підлітків, переселених із зони збройного конфлікту, 2014 р.
(за методикою Т. Шеленкової, П.Фесенко)

Шкала «Позитивні відносини з оточуючими» відображає соціальну сторону Я особистості, її бажання або небажання спілкуватися з іншими. Високі та нормативні значення за цією шкалою виявилися у 66 % підлітків-переселенців. Тобто більшість опитаних підлітків-переселенців мають близькі, приємні, довірливі стосунки з оточуючими. Такі особи бажають проявляти турботу про інших людей, здатність до любові, емпатії та близькості, уміння знаходити компроміси у взаємостосунках.

Проте 34 % підлітків проявляють низькі значення за шкалою «Позитивні відносини з оточуючими», що свідчить про недостатність або взагалі відсутність близьких, довірливих стосунків з іншими людьми. Їм важко проявляти теплоту, відкритість та турботу про інших. Також вони схильні важко переживати ізолюваність та фрустрованість у стресових ситуаціях. Ця частина опитуваних не здатна йти на компроміси заради підтримання важливих особистісно-емоційних зв'язків.

Також дуже важливою характеристикою психологічного благополуччя особистості є залежність або незалежність її від думки оточення, самостійність у прийнятті рішення або прагнення робити так, як цього вимагає суспільство. Як виявило дослідження, високі та нормативні значення за шкалою «Автономія» наявні у 72 % досліджуваних, низькі – у 28%. Тобто, більшість підлітків-переселенців схильні до незалежності, здатності протистояти соціальному тиску та регулювати власну поведінку, оцінювати себе, виходячи з власних стандартів. Набагато менша частина досліджуваних схильна до залежності від очікувань та думок інших людей, особливо при прийнятті рішення, а також нездатності протистояти соціальному тиску.

Наступною шкалою є «Управління середовищем» (високі та нормативні значення – 81 %, низькі – 19 %). У більшій частині підлітків-переселенців є схильність до почуття упевненості та компетентності в управлінні повсякденними справами, здатність ефективно використовувати різноманітні життєві обставини. Проте четверта частина опитаних виражає тенденцію до нездатності справлятися з повсякденними життєвими

труднощами, неможливості змінити чи покращити умови свого життя, безпорадність у впливі на середовище.

Шкала «Особистісний ріст» виявляє готовність людини до змін своїх особистісних якостей та властивостей, удосконалення. Як показали дослідження, у 75 % підлітків, які переселені із зони збройного конфлікту, діагностовано високі та нормативні значення за цією шкалою, що свідчить про наявність у них бажання до безперервного саморозвитку, реалізовувати власний потенціал. Проте 25% підлітків-переселенців, на момент опитування, переживають особистісну стагнацію, відсутність відчуття особистісного прогресу, нудьгу та незацікавленість життям.

За шкалою «Цілі в житті» у 63% підлітків-переселенців проявляються високі та нормативні значення. Відповідно до цього, ми припускаємо, що у більшості з них є цілі у житті і вони відчувають сенс життя. А у 37 % досліджуваних низькі значення за цією шкалою, що вказує на відсутність у цих учнів конкретних життєвих цілей, неусвідомленості ними сенсу свого життя.

Високі та нормативні значення у 66 % опитаних за шкалою «Самоприйняття» свідчить про те, що підліткам-переселенцям із зони АТО притаманне позитивне ставлення до власного «Я», визнання і прийняття власної багатогранності, що включає як позитивні, так і негативні сторони особистості. Проте, третина досліджуваних учнів все ще не приймає себе такими, якими вони є. Вони незадоволені собою, розчаровані у власному минулому, бажають бути зовсім іншими, що є характерним для підліткового віку.

Отже, як показало емпіричне дослідження, у більшості підлітків, переселених із зони збройного конфлікту, переважає позитивний настрій, задоволеність собою та життям, проте третина опитаних відчуває психологічну дизгармонію і потребує особливого ставлення з боку оточення та психокорекційного втручання.

Література:

1. Гасюк М. Суб'єктивне сприйняття теперішнього, минулого та майбутнього у структурі психологічного благополуччя особистості / Мирослава Гасюк, Оксана Гринів // Соціальна психологія: наук. журнал / голов. ред. Ю.Ж. Шайгородський. – 2013. – № 55. – С. 10–16.
2. Максимова Н. А. Методичні рекомендації щодо організації та надання психологічної допомоги дітям та сім'ям вимушених переселенців [Електронний ресурс]/ Н. А. Максимова // Психологічні науки. – Режим доступу: <https://docviewer.yandex.ua>
3. Шевеленкова Т.Д. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) / Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко // Психологическая диагностика. – 2005. –№ 3. – С. 34-56.