

М. С. Кудінова

методист науково-методичного відділу,
викладач кафедри соціальної роботи
факультету реабілітаційної педагогіки та соціальної роботи,
Комунальний заклад вищої освіти
«Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія»
Запорізької обласної ради

ХАРАКТЕРИСТИКА КОМПОНЕНТІВ СТРЕСОСТІЙКОСТІ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКІЛ-ІНТЕРНАТІВ

У статті розглянуто та охарактеризовано компоненти стресостійкості учнів старших класів загальноосвітніх шкіл-інтернатів. Досліджено внутрішні та зовнішні ресурси стресостійкості. Визначено, що внутрішні ресурси поділяються на три групи: біологічні, особистісні та поведінкові. До особистісних ресурсів належать особистісний, емоційний, когнітивний та мотиваційно-вольовий компоненти. Ресурси та компоненти стресостійкості охарактеризовано відповідно до особливостей розвитку особистості у юнацькому віці та особливостей розвитку особистості учнів в умовах інтернатного навчального закладу.

Ключові слова: стресостійкість, ресурси стресостійкості, компоненти стресостійкості, учні старших класів, загальноосвітній інтернатний заклад.

Постановка проблеми. Сучасний етап розвитку українського суспільства характеризується значними політичними, соціальними, економічними і культурними перетвореннями, що спричиняють вплив стрес-факторів на дитину. При цьому основною проблемою є не сам вплив стрес-факторів (оскільки існування людини неможливе без них), а їхня різноманітність за природою походження, тривалістю й інтенсивністю впливу, специфічністю реакцій.

Однією з найбільш вразливих категорій, що страждають від впливу стрес-факторів, стають учні старших класів загальноосвітніх інтернатних закладів. По-перше, такі діти потребують додаткової постійної чи тимчасової підтримки в освітньому процесі з метою забезпечення їхнього права на освіту; по-друге, різноманітність, патогенез, природа та інтенсивність стресорів, що впливають на учнів інтернатних закладів, є ширшими порівняно зі здоровими однолітками; по-третє, юнацький вік є межею між дитинством та дорослістю.

Саме тому знання особливостей розвитку особистості у юнацькому віці та особливостей розвитку особистості учнів в умовах інтернатного навчального закладу дасть змогу підготувати молодих людей до стресових ситуацій життя, щоб вони були готові до них і реагували на них без шкідливих наслідків для свого здоров'я.

Мета статті – охарактеризувати компоненти та ресурси стресостійкості відповідно до особливостей розвитку особистості у юнацькому віці та особливостей розвитку особистості учнів в умовах інтернатного навчального закладу.

Виклад основного матеріалу. Стресостійкість особистості становлять дві групи ресурсів: зов-

нішні (соціальні) та внутрішні (особистісні). Внутрішні ресурси є фундаментом стресостійкості. Вони поділяються на три групи: біологічні, особистісні та поведінкові ресурси.

Біологічні ресурси стресостійкості зумовлюються генетичними факторами та властивостями нервової системи. О. Церковський, досліджуючи проблему стресостійкості, зазначає, що особи зі слабкою нервовою системою більш нестійкі до будь-яких видів стресу порівняно з особами з міцною нервовою системою. Рухливість нервових процесів забезпечує високу працездатність у напружених умовах. Натомість інертність нервових процесів спричиняє загальмованість, тривожність, замкненість. Безпосередньо впливають на перебіг стресу властивості темпераменту (екстраверсія, ригідність, імпульсивність) [38, с. 9–10].

До особистісних ресурсів належать особистісний, емоційний, когнітивний та мотиваційно-вольовий компоненти.

Характерологічними складниками особистісного компонента стресостійкості ми визначили самооцінку, саморегуляцію та позитивний образ «Я». Охарактеризуємо їх відповідно до особливостей розвитку особистості у юнацькому віці та особливостей розвитку особистості учнів в умовах інтернатного навчального закладу.

Основною особливістю особистісного розвитку старшокласників є помітний розвиток самосвідомості, самооцінки, що ґрунтується на самостійному аналізі й оцінці власної діяльності [23, с. 118].

Н. Божок визначила, що юнаки з низькою самооцінкою мають труднощі з адекватним аналізом та розумінням складної ситуації. Депресія та навіть схильність до суїциду корелюють з низькою самоо-

цінкою. Особистості з високою самооцінкою краще вирішують особисті та соціальні проблеми, мають високий рівень ефективного виконання завдань та кращу мотивацію до досягнення мети [7, с. 193].

На думку А. Андреевої [2, с. 39], С. Анохіної [3, с. 133], О. Церковського [38, с. 12], адекватна самооцінка сприяє підвищенню стресостійкості у складних умовах життєдіяльності, дає змогу оптимально використовувати власний потенціал, сприяє саморегуляції [3, с. 133]. Натомість, підкреслює О. Чернецька, низька самооцінка знижує опірність стресу [39, с. 125].

Т. Бондаренко, О. Вакуленко, Н. Комарова зазначають, що самооцінка старшокласника – учня загальноосвітньої школи-інтернату, здійснюється шляхом порівняння ідеального «Я» з реальним. Але ідеальне «Я» ще не вивірене і може бути випадковим, а реальне «Я» ще всебічно не оцінене самою особистістю [4, с. 83]. На думку Р. Карпушевської, під час навчання в закладі інтернатного типу в учнів може сформуватися негативне ставлення до себе, розвинути закомплексованість, невпевненість у собі [12, с. 402]. Т. Аксьоненко [1, с. 36], О. Кузьміна [16, с. 191], А. Наточій [21, с. 91] та О. Сосонна [31] додають, що відчуття власної неповноцінності, невпевненість у собі, неадекватна (занижена) самооцінка – найбільш типові характеристики учнів інтернатних закладів.

Юнацький вік є сензитивним для розвитку свідомої саморегуляції та самоконтролю власної поведінки. На основі саморегуляції розвивається вміння керувати собою відповідно до реалізації поставленої мети, вдосконалюється вміння спрямовувати свою поведінку відповідно до вимог життя та професійних й учбових задач [29, с. 87–88].

Важливою слід вважати думку С. Анохіної, яка зазначає, що для стресостійких учнів характерні конструктивні засоби подолання стресу, що базуються на механізмах регуляції і саморегуляції [3, с. 136]. Однак А. Наточій зазначає, що у учнів шкіл-інтернатів здебільшого спостерігаються низькі показники самоконтролю і саморегуляції [19, с. 81].

Саме в ранньому юнацькому віці головним новоутворенням є відкриття власного «Я», розвиток рефлексії, усвідомлення власної індивідуальності та її властивостей [16, с. 199–200]. У старшокласників образ «Я» залежить великою мірою від успішності їхньої діяльності і характеру взаємин з оточуючими, старшими й однолітками [23, с. 169].

За І. Бехом, у юнацькому віці негативна «Я-концепція» окреслюється когнітивною простотою й недостатньою розрізненістю елементів образу «Я»; обмеженістю лише формально-функціональними ознаками (успішність, ставлення до навчання тощо); суперечливістю образу «Я», критичною неузгодженістю між «Я-реальним» і «Я-ідеальним», високою його мінливістю й ситуативністю [5, с. 34].

О. Сідун узагальнює, що юнаки і дівчата з позитивним образом «Я» відрізняються високою (здебільшого адекватною) самооцінкою; високим рівнем самоповаги та аутосимпатії [30, с. 67].

Досліджуючи психологічні особливості стресостійкості, В. Степаненко вважає, що у разі позитивного образу «Я» стресостійкість є більш високою [34, с. 279]. Х. Стельмащук уточнює, що за несформованої Я-концепції рівень стресостійкості знижується [33, с. 91].

Цікавими для нас стосовно аналізу Я-концепції старшокласників інтернатних закладів є висновки, зроблені Л. Канішевською [36, с. 20] та О. Кізю [14, с. 8], про те, що сімейна депривація, яку зазнали діти, гальмує перебіг особистісного становлення, ускладнює процес позитивного самоствавлення, дисгармонізує образ «Я» та позначається на формуванні позитивної Я-концепції.

Проаналізуємо наступний, когнітивний компонент стресостійкості. Перш за все розглянемо загальну картину інтелектуального розвитку.

За даними досліджень з вікової психології українського науковця Р. Павелківа, у старшокласників помітно підвищується інтерес до школи й учіння, оскільки навчання набуває безпосереднього життєвого сенсу, пов'язаного з майбутнім. Одним з важливих новоутворень інтелектуальної сфери в юнацькому віці стає розвиток теоретичного мислення. Другою особливістю інтелектуального розвитку є виражена тяга до узагальнень, пошуку загальних закономірностей і принципів, що стоять за окремими фактами. Третьою характерною рисою є поширена юнацька схильність перебільшувати свої інтелектуальні здібності і силу свого інтелекту, рівень знань і самостійності, тягіння до показної, вигаданої інтелектуальності [22, с. 288–289].

На думку Дж. Вайлда, юнаки здатні розуміти і використовувати раціональне мислення в подоланні стресових та фрустраційних станів [42, с. 94]. Однак на противагу до вікової норми старшокласники інтернатних закладів характеризуються відставанням в інтелектуальному розвитку, нерозвиненістю пізнавальних процесів, низькою ерудицією, нестійкістю уваги, слабкою пам'яттю та мисленням (наочно-образним, абстрактно-логічним, вербальним), втратою інтересу до навчання [23, с. 12–14].

Далі зупинимось на таких важливих складниках когнітивного компонента, як навички оцінювати та планувати.

Старший шкільний вік є сензитивним у формуванні світогляду, виробленні стратегії життя, визначенні життєвих планів, формуванні вміння творити власну долю [23, с. 118–119]. Здатність оцінювати ситуацію, аналізувати власні ресурси, формувати план дій та реалізовувати його є ключовою у розбудові самостійного життя за межами інтернату.

Аналізуючи наукові роботи, присвячені формуванню життєвих навичок випускників інтернатних закладів, ми знайшли такі характеристики навичок планувати:

- учні не здатні реально оцінювати ситуацію і знайти раціональний вихід з неї;
- не вміють приймати рішення, планувати свої дії та нести за них відповідальність [12, с. 402];
- не вміють дивитись у майбутнє, пов'язуючи його з минулим, вони зациклені на теперішньому з домінуванням короточасних цілепокладань, не бажають аналізувати своє минуле [36, с. 20].

Емоційний компонент проявляється у ставленні особистості до складних життєвих ситуацій та реакції на них. Відповідно до цього він безпосередньо залежить від рівня тривожності (як особистісної, так і ситуативної) та емоційної стійкості.

Характеризуючи емоційну сферу сучасного юнацтва, дослідники (В. Шевченко, О. Байєр) насамперед зауважують на її особливій уразливості, схильності до підвищеної тривожності, до депресивних станів, нейротизму, агресії тощо [40]. Л. Канішевська, Л. Кузьменко, С. Свириденко додають, що старший шкільний вік характеризується емоційною нестійкістю, різкими коливаннями настрою. Сильні афективні спалахи нерідко змінюються підкреслено спокійним іронічним ставленням до оточуючих. Схильність до самоаналізу часто сприяє виникненню депресивних станів. Цілеспрямованість і наполегливість можуть поєднуватися з імпульсивністю і нестійкістю [23, с. 169].

Опишемо емоційний портрет сучасного учня старших класів інтернатного навчального закладу, спираючись на наукові роботи С. Анохіної [3, с. 134], А. Грітчиної [10, с. 394], О. Сосонної [31]. Отже, емоційний портрет характеризується: схильністю до нервових зривів, підвищеною вразливістю, депресивністю, пасивністю, порушенням емоційних контактів з оточуючими, емоційною нестриманістю або навпаки – замкненістю, емоційною напругою, обмеженою гамою емоцій, стереотипністю емоційних реакцій, неадекватністю форм емоційного реагування на заохочення та покарання (від пасивності до агресії) та емоційною лабільністю.

Дослідження тривожності в юнацькому віці особливо важливе, оскільки ця властивість зумовлює поведінку суб'єкта, де виявляються особистісні компоненти стресостійкості. Тривожність у юнацькому віці має дуже різні прояви, які коливаються від повної апатії до демонстративної жорстокості. Один із частих проявів тривожності в юнацькому віці – апатія, в'ялість, безініціативність [27, с. 52].

Однією з характеристик, притаманних вихованцям інтернатних закладів, за даними досліджень О. Кузьміної [16, с. 199], А. Мартиненко [17, с. 71], А. Наточія [20, с. 163], О. Сосонної [31], Г. Улунової [35, с. 3], є підвищена (висока) особистісна та ситуативна тривожність.

Дослідники (А. Андреєва, В. Степаненко, В. Харченко, О. Церковський) у своїх роботах відзначають залежність ступеня тривожності та міри схильності до стресу. О. Церковський зазначає, що тривожність детермінує всю систему взаємин особистості та взаємодіє з нейродинамічними та темпераментними властивостями, такими як слабка нервова система, неврівноваженість нервових процесів, сенситивність та емоційна збудливість [38, с. 10]. А. Андреєва зазначає, що висока стресостійкість включає в себе низьку особистісну та ситуативну тривожність [2, с. 39]. Натомість, стверджують В. Степаненко [34, с. 280] та В. Харченко [37, с. 223], до зниження стресостійкості призводять підвищена тривожність, песимістичне відношення до життєвої ситуації; замкнутість, ворожість.

Наступний компонент стресостійкості, виділений нами, – мотиваційно-вольовий, передбачає спрямованість особистості на досягнення наміченої цілі та подолання стресу. Під час аналізу цього компонента ми зупинимось на мотивації та локусі контролю.

Дослідження Л. Божович свідчать, що особистість юнацького віку головну увагу зосереджує на розвитку мотиваційної сфери: визначення свого місця у світі, формування світогляду, самоусвідомлення і моральну свідомість [6, с. 170].

Значне місце в мотиваційній сфері юнаків належить мотивації досягнення успіху й мотивації уникнення невдач як позитивної й негативної мотивацій, тому що досягнення успіху залежить від прагнення домогтися мети, упевненості в собі, здатності розвиватися й трудитися [28, с. 256].

Старшокласники інтернатних закладів мають слабкий прояв орієнтації на майбутнє, на життєві перспективи [16, с. 209], активність, упевненість у собі розвинені у вихованців надто слабо [20, с. 164].

Спираючись на думку Х. Стельмащук, зауважимо, що сила мотивів визначає значною мірою стійкість до стресів, підвищуючи мотивацію, можна збільшити стресостійкість [32, с. 192].

Д. Роттер наголошував, що вищу стресостійкість мають особи з внутрішнім локусом контролю [41, с. 490]. Однак аналіз робіт науковців привів нас до розуміння того, що у вихованців інтернатних закладів переважає зовнішній локус контролю. Правомірність нашої думки підтвердимо цитатами дослідників. Так, О. Кузьміна стверджує: «Старшокласники інтернатних закладів орієнтовані не на самооцінку, а на оцінку себе іншими» [16, с. 209], Л. Канішевська зауважує: «Їхня поведінка орієнтована на покроковий контроль з боку педагогів, <...> з'являється споживацька позиція «нам винні», «дайте» [23, с. 12–14, с. 246].

Продовжуючи наше дослідження, розглянемо поведінкові ресурси стресостійкості учнів стар-

ших класів загальноосвітніх шкіл-інтернатів у двох ракурсах. Перший – особливості поведінки у разі виникнення проблемних (стресових) ситуацій, другий – особливості комунікативної поведінки юнаків.

Під час аналізу юнацького віку потрібно звернути увагу на особливості поведінки у виникненні проблемних ситуацій. Так, М. Вовк зауважила, що юнацтву властива крайність у вирішенні проблем, що супроводжується вживанням алкоголю, наркотичних препаратів. Проте однією із крайніх форм переживання фрустраційних ситуацій є суїцидальні думки та суїцидальна поведінка [9, с. 121]. О. Сідун деструктивну поведінку юнаків називає узалежненою. Сутність узалежненої поведінки полягає в тому, що, намагаючись втекти від реальності, юнаки штучним шляхом змінюють власний психічний стан, що надає їм ілюзію безпеки, встановлення рівноваги [30, с. 69].

Є й інший вид поведінки юнаків – конструктивна, опанувальна або копінг-поведінка, яка натепер є одним із центральних понять у психології стресу та адаптації [8, с. 128].

Л. Кузнєцова визначає копінг-поведінку як особливий вид соціальної поведінки людини, що підтримує її здоров'я та психологічне благополуччя, адже дає змогу впоратися зі стресом чи складними життєвими обставинами шляхом активної цілеспрямованої взаємодії зі стресогенною ситуацією – її зміною або пристосуванням до неї [15, с. 96]. За такої поведінки використовуються конструктивні стратегії (копінг-стратегії), які приводять зрештою до подолання важкої ситуації [24, с. 96].

Такі вчені, як М. Доннік [11, с. 66] та О. Сосонна [31], відзначають, що учні шкіл-інтернатів не мають досвіду соціальної поведінки, непристосовані до дорослого самостійного життя, у них несформоване вміння побутового самообслуговування, відсутні позитивні стереотипи сімейних стосунків. Окрім цього, вони легко піддаються негативним зовнішнім впливам, не здатні чинити їм опір, не готові відповідати за свої вчинки та вирішувати життєві проблеми.

Наступний компонент поведінкових ресурсів стресостійкості – комунікативна поведінка юнаків.

Однією з головних тенденцій раннього юнацького віку є переорієнтація спілкування на однолітків [36, с. 15]. О. Кузьміна стверджує, що спілкування в цей період набуває низки специфічних рис: розширення кола контактних груп, у які включається старшокласник, і водночас велика вибірковість у спілкуванні, яка виявляється, зокрема, у чіткій диференціації груп спілкування на товариські, з досить широким складом членів і обмеженою інтенсивністю спілкування всередині них, і дружні, з якими підліток ідентифікує себе й які він прагне використовувати як стандарт для самооцінки та як джерело цінностей [16, с. 204].

Старшокласники інтернатних закладів характеризуються підвищеною потребою у спілкуванні з ровесниками [16, с. 201]. Однак, як зазначає Т. Аксьоненко, значна частина дітей мають проблеми у спілкуванні. Як пояснює вчена, наявність комунікативних деструктивних тенденцій викликана дефіцитом спілкування з батьками, нестачею тактильних та емоційних контактів з близькими [1, с. 37–38].

А. Машкаринець-Бутко таку ситуацію теж пояснює дефіцитом адекватного спілкування з дорослими та дітьми, що є характерним для вихованців інтернатних установ. Дефіцит зумовлює розвиток неадекватності в побудові моделі подальшого спілкування: переважання захисних форм поведінки у конфліктних ситуаціях, що проявляється в нездатності до конструктивного вирішення проблемних ситуацій, агресивних спалахах, прагненні перекласти відповідальність на інших [18, с. 117].

Продовжуючи логіку нашого дослідження, розглянемо зовнішні ресурси стресостійкості учнів старших класів загальноосвітніх шкіл-інтернатів. Зовнішні ресурси стресостійкості є результатом соціального впливу. До таких ресурсів ми відносимо: наявність гідних побутових умов, комфортний статус у соціальній групі та соціальну захищеність.

Спираючись на результати наукових досліджень, присвячених вихованню дітей у сучасних загальноосвітніх школах-інтернатах, ми визначили, що суттєвою проблемою більшості учнів закладів інтернатного типу є відсутність вільного простору (місця), де молода особа могла б бути наодинці із собою; постійне перебування у вузькому комунікаційному просторі; відсутність власних речей (крім одягу та предметів особистої гігієни) [20, с. 163–164; 11, с. 70; 26, с. 364; 13, с. 102; 16, с. 169]. Така територіальна депривація унеможлиблює «внутрішню свободу», призводить до психологічної та емоційної самотності, перешкоджає усвідомленню себе автономною особистістю, зумовлює в майбутньому споживацьке ставлення до життя та знижує ступінь підготовки до діяльності в конкурентному середовищі. Загалом, соціальна ситуація розвитку вихованців закладів інтернатного типу характеризується як дериваційна.

Л. Канішевська зазначає, що у дітей, які виховуються у закладах інтернатного типу, або повністю відсутня можливість засвоєння соціального досвіду батьків, або цей досвід має негативний асоціальний характер [36, с. 17]. Т. Позняк та І. Бельська додають, що протягом свого життя їм завжди доводиться діяти так, як кажуть, дотримуватися норм і правил статуту школи інтернатного типу, у якій мешкають і навчаються. Такі діти постійно перебувають в одному й тому ж середовищі, спілкуються з одними й тими ж людьми, можуть обирати друзів лише з тих, хто навчається з ними [25, с. 100]. Р. Карпушевська підкреслює,

що життя вихованців інтернатних закладів залишається переважно шкільним, і реально вони відірвані, виключені із соціальної діяльності, як такої [12, с. 402].

За даними досліджень науковців, однією з найважливіших проблем випускників закладів інтернатного типу є їхня соціальна незахищеність, відсутність матеріальної та моральної підтримки, відсутність житла, постійного місця роботи [23, с. 12–14; 20, с. 163–164].

Висновки. Аналіз досліджень і теоретичні узагальнення щодо вивчення компонентів стресостійкості учнів старших класів загальноосвітніх шкіл-інтернатів дав змогу встановити, що старший шкільний вік є складним, суперечливим, визначальним етапом життєвого шляху особистості і має свої проблематичні аспекти. Юнаки переходять від несамотійного та залежного дитинства до самотійного й відповідального дорослого життя. Такий перехід для учнів інтернатних закладів є стресовим і характеризується підвищеною тривожністю та емоційністю, суперечливістю образу «Я», неадекватною самооцінкою, домінуванням екстернального локусу контролю, низькою мотивацією досягнення успіху, узалежненою поведінкою, соціальними негараздами та психологічними труднощами дорослішання. Далеко не всі юнаки мають оптимальний рівень сформованої стресостійкості. У результаті молоді люди виявляються неготовими до подолання стресових ситуацій життя без шкідливих наслідків для свого психологічного здоров'я.

Література:

1. Аксененко Т.А. Педагогические условия социализации воспитанников школы-интерната : дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.03. Пензенский государственный педагогический университет имени В.Г. Белинского. Пенза. 2002. 139 с.
2. Андреева А.А. Стрессоустойчивость как фактор развития позитивного отношения к учебной деятельности у студентов : дисс. ... кандидата психол. наук : 19.00.07. Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина, Тамбов, 2009. 155 с.
3. Анохина С.А. Динамика развития стрессоустойчивости подростков. *Педагогика, психология, философия*. 2007. № 2 (34). С. 130–136.
4. Бондаренко Т.В., Вакуленко О.В., Комарова Н.М. Методичні рекомендації для соціальних працівників щодо соціального супроводу випускників соціальних закладів (зокрема інтернатних). Київ : Держсоцслужба, 2006. 168 с.
5. Бех І.Д. Образ «Я» як мета формування і розвитку особистості. *Педагогіка та психологія*. 1998. № 2. С. 30–40.
6. Божович Л.И. Проблемы формирования личности: избр. психол. тр. Москва : Московский психолого-социальный институт, Воронеж : НПО «МОДЭК», 2001. 352 с.
7. Божок Н. Психологічні особливості юнацького віку та їх вплив на формування фрустраційної толерантності майбутнього фахівця. *Психологія особистості*. 2013. № 1 (4). С. 187–194.
8. Бохонкова Ю.О. Психологічні особливості прояву випереджальної стратегії поведінки особистості. *Науковий вісник Мукачівського державного університету*. 2015. № 2 (2). С. 126–130.
9. Вовк М.В. Особливості переживання фрустраційних ситуацій юнацького віку. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2013. № 19. С. 118–124.
10. Грітчина А.І. Підготовка старшокласників інтернатних закладів до сімейного життя як соціально-педагогічна проблема. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді* : збірник наукових праць. 2010. № 2 (14). С. 391–398.
11. Доннік М.С. Соціальний гуртожиток – шлях до самотійності випускників шкіл-інтернатів. *Наукові записки. Серія «Педагогічні науки»*. 2009. № 83. С. 66–70.
12. Карпушевська Р.Л. Особливості виховання самотійності у старших підлітків в умовах закладу інтернатного типу. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2009. № 13. С. 399–406.
13. Кахіані Ю.В., Бондарчук А.О. Заклад інтернатного типу як суб'єкт соціально-педагогічної діяльності. *Young Scientist*. 017. № 10.1 (50.1). С. 101–105.
14. Кізь О.Б. Формування психологічної готовності вихованців інтернатних закладів до створення сім'ї : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова. Київ, 2003. 30 с.
15. Кузнєцова Л.М. До проблеми копію у життєдіяльності сучасного студентства. *Сучасна психологія: теорія і практика*: мат-ли II Міжнародної наук.-практ. конф. (м. Івано-Франківськ, 6–7 травня 2016 р.). Херсон : Видавничий дім «Гельветика», 2016. С. 98–102.
16. Кузьміна О.В. Теоретико-методичні засади формування життєвої компетентності учнів старших класів загальноосвітніх шкіл-інтернатів : дис. ... доктора пед. наук : 13. 00. 05. Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова. Київ. 2012. 571 с.
17. Мартиненко А.Л. Соціально-педагогічна реабілітація вихованців загальноосвітніх шкіл-інтернатів. *Таврійський вісник освіти*. 2009. № 4 (28). С. 68–76.
18. Машкаринець-Бутко А.І. Особливості розвитку дітей-вихованців загальноосвітніх шкіл-інтернатів. *Науковий вісник Ужгородського націо-*

- нального університету. Серія «Педагогіка, соціальна робота». 2013. № 27. С. 116–119.
19. Наточій А.М. Загальноосвітні школи-інтернати у сучасному освітньому просторі України. *Наука і освіта*. 2006. № 1/2. С. 80–84.
 20. Наточій А.М. Особливості виховання підлітків у сучасних загальноосвітніх школах-інтернатах України. *Science and Education a New Dimension*. 2013. Vol. 1. P. 161–166.
 21. Наточій А.М. Теоретичні основи виховання моральних і соціальних цінностей у підлітків сучасних загальноосвітніх шкіл-інтернатів України. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. 2014. № 19. P. 90–93.
 22. Павелків Р.В. Вікова психологія : підручник. Київ : Кондор, 2015. 469 с.
 23. Підготовка учнів інтернатних закладів до життєдіяльності у відкритому суспільстві : навчально-методичний посібник / Л.В. Канишевська, Л.В. Кузьменко, С.О. Свириденко та ін. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013. 336 с.
 24. Подорожня А.В. Проблема дослідження копінг-поведінки. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2011. Т. 2. Вип. 94. С. 93–97.
 25. Позняк Т.М., Бельська І.А. Особливості ціннісно-сміслової сфери підлітків – вихованців закладів інтернатного типу. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2014. Вип. 121(2). С. 98–102.
 26. Поліщук О.В. Особливості правового виховання молодших підлітків шкіл-інтернатів. *Педагогічний дискурс*. № 14. 2013. С. 363–367.
 27. Прокоф'єва О.О., Говар А.О. Попередження тривожності в учнів перед складанням зовнішнього незалежного оцінювання засобами психологічного тренінгу. *Tendencje, zbiory danych, innowacje, praktyka w nauce: zbiór raportów naukowych* (Lublin, 29–30.04.2014). Warszawa : Wydawca: Sp. z o.o. "Diamond trading tour", 2014. P. 52–54.
 28. Савченко К. Взаємозв'язок показника мотивації успіху й рівня актуалізації особистісних мотивів у студентів і слухачів, що здобувають другу вищу освіту. *Психологія особистості*. 2013. № 1 (4). С. 255–262.
 29. Сидоренко Н.І. Розвиток саморегуляції в юнацькому віці. *Актуальні проблеми психологічної підготовки в системі вищої школи: мат-ли міжнар. наук.-практ. конф.* (Одеса, 29 квітня 2005 р.). Одеса : Південноукраїнський державний педагогічний університет ім. К.Д. Ушинського, 2005. С. 87–92.
 30. Сідун О.Ю. Сугестивність як детермінанта узалежнених форм поведінки в юнацькому віці : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова. Київ, 2018. 270 с.
 31. Сосонна О.А. Рівень розвитку життєвих компетенцій вихованців спеціальних закладів, шляхи корекції соціальної адаптації. URL: <http://www.onvk.kh.ua/metodichna-skrinka> (дата звернення: 6.02.2019).
 32. Стельмащук Х. Психологічний механізм стресостійкості підлітків-сиріт. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2014. № 4. С. 189–198.
 33. Стельмащук Х.Р. Особливості самоставлення та міжособистісної взаємодії у дітей-сиріт, що виховуються в закладах інтернатного типу. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2017. № 4 (том 1). С. 91–96.
 34. Степаненко В.В. Психологічні особливості стресостійкості студентів. *Актуальні питання сучасної психології*. 2015. Т. 1. С. 276–282.
 35. Улунова Г.Є. Психологічна корекція ускладненого спілкування в учнів шкіл-інтернатів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова. Київ, 2006. 24 с.
 36. Формування цінностей сімейного життя у вихованців закладів інтернатного типу : монографія / Канишевська Л.В. та ін.; Харків : «Друкарня Мадрид», 2015. 222 с.
 37. Харченко В.Є. Соціально-психологічні особливості стресостійкості (на прикладі педагогічної діяльності). *Актуальні проблеми психології*. Т. 7. № 20. Ч. 2. С. 221–227.
 38. Церковский А.Л. Современные взгляды на проблему стрессоустойчивости. *Вестник ВГМУ*. 2011. ТОМ 10. № 1. С. 6–19.
 39. Чернецкая О.Г. Из опыта коррекции психофизиологической саморегуляции стрессоустойчивости личности подростка. *Наука и современность – 2010: материалы V Международной научно-практической конференции*. URL: http://dev.zrns.ru/2konf_arhiv_ns5_2.html (дата обращения: 21.01.2019).
 40. Шевченко В.С., Байер О.О. Особливості емоційної та вольової сфери у розвитку осіб юнацького віку. *Scientific researches and their practical application. Modern state and ways of development* (6–18 October 2015). URL: <https://www.sworld.com.ua/konfer40/20.pdf> (дата звернення: 26.02.2019).
 41. Rotter J. B. Internal Versus External Control of Reinforcement. *American Psychologist*. 1990. Vol. 45. № 4. P. 489–493.
 42. Wilde J. Treating the BIG Three (Depression, Anxiety, and Anger) in Children and Adolescents. Washington, D. C. : Accelerated Development, 1996. 183 p.

Кудинова М. С. Характеристика компонентов стрессоустойчивости учеников старших классов общеобразовательных школ-интернатов

В статье рассмотрены и охарактеризованы компоненты стрессоустойчивости учащихся старших классов общеобразовательных школ-интернатов. Исследованы внутренние и внешние ресурсы стрессоустойчивости. Определено, что внутренние ресурсы делятся на три группы: биологические, личностные и поведенческие. К личностным ресурсам относятся личностный, эмоциональный, когнитивный и мотивационно-волевой компоненты. Ресурсы и компоненты стрессоустойчивости охарактеризованы в соответствии с особенностями развития личности в юношеском возрасте и особенностями развития личности учащихся в условиях интернатного учебного заведения.

Ключевые слова: стрессоустойчивость, ресурсы стрессоустойчивости, компоненты стрессоустойчивости, ученики старших классов, общеобразовательное интернатное заведение.

Kudinova M. S. Characterization of stress-resistance components of senior pupils at general-education boarding schools

The article deals with the stress-resistance components of senior pupils at general-education boarding schools. The internal and external resources of stress-resistance were researched. The internal resources were divided into three groups: biological, personal and behavioral. The personal resources include personal, emotional, cognitive and motivational-volitional components. The stress-resistance resources and components were characterized in accordance with personality development aspects in adolescence and personality development aspects in conditions of boarding schools.

Key words: stress-resistance, stress-resistance resources, stress-resistance components, senior pupils, general-education boarding school.