

СМИСЛОЖИТТЄВІ ЦІННОСТІ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

У статті розглядається проблема смисложиттєвих цінностей підлітків в умовах війни. Доведено, що психолого-педагогічна допомога підліткам має спрямовуватися на розвиток: стійкості усіх суб'єктів виховного процесу; планування життя; врахування досвіду виживання в умовах війни.

Ключові слова: *смисложиттєві цінності, підлітки, війна, досвід виживання, емоційна стійкість, планування життя.*

Життя людини за своїм наповненням суттєво відрізняється у мирний і воєнний час, що проявляється у ставленні особистості до самої себе, до інших людей, до навколишнього. На відміну від мирного часу, коли особистість може вибудовувати середні та далекі перспективи, планувати своє майбутнє, в умовах війни зростає фактор невизначеності, який має значний вплив на смисложиттєву сферу особистості підлітка.

Війна – це збройна боротьба між країнами, державами за території, ресурси, сфери впливу, що супроводжується нав'язуванням чужорідної політики, з метою зміни політичного чи суспільного устрою, відмови від свободи, права вибору та супроводжується економічними і людськими втратами. Війна – це завжди руйнація, і не лише військових чи цивільних об'єктів, а й, насамперед, звичного життя людини, що викликає стрес.

Ми розуміємо стрес як реакцію організму на зовнішні сильні подразники. Стрес як психічне напруження є відповіддю організму на екстремальні умови, надзвичайні ситуації, які виникають під час війни.

За Г. Сельє можна виділити 3 стадії розвитку стресу:

1. Тривога (включає фази шоку і протишоку, що дозволяє індивіду мобілізувати свої сили з метою боротьби або втечі від небезпеки).
2. Адаптація (приспосовування до обставин, які склалися. На цьому етапі зростає опірність і стійкість особистості до випробувань, негативних чинників).
3. Виснаження (розлад механізмів саморегуляції) [1].

Під час війни неможливо уникнути стресів, які обов'язково позначаються на духовному і психологічному здоров'ї дітей підліткового віку. Водночас,

стреси мають не лише негативний вплив, вони також допомагають вижити у несприятливих умовах, виявляючи стійкість, за умови, якщо людина має чіткі життєві цілі і смисл життя.

Педагогам і психологам у роботі з дітьми підліткового віку слід звертати увагу на події, які є стресогенними для вихованців.

Проведена бесіда з педагогами і батьками показала, що найбільшими стресорами для підлітків є сирени, бомбардування та обстріли, навіть якщо вони далеко; паніка дорослих; різного роду диверсійні дії і теракти; комендантська година та обмеження воєнного часу; руйнування житлових будинків; необхідність перебувати у бомбосховищах; інформація про масове насилля, полонених і тортури. Для дітей, які опинилися в окупації – її наслідки, масове насилля, виживання у надзвичайних ситуаціях, постійні загрози життю, втрати рідних, ризику, пов'язані з евакуацією тощо. Усе це позначається на уявленнях підлітків про життя і смисложиттєві цінності.

В умовах війни зростає необхідність формування стресостійкості у дітей підліткового віку, як необхідної умови вирішення життєвих задач без шкоди для власного життя чи втрат.

Рівень стресостійкості залежить від здатності особистості адекватно оцінювати ситуацію і власні можливості, навичок самоконтролю, вмотивованості.

Психолого-педагогічна допомога підліткам має спрямовуватися на розвиток:

- емоційної стійкості усіх суб'єктів виховного процесу;
- планування життя, яке має на меті організувати своє життя і спрямовувати до важливої мети;
- врахування досвіду виживання в умовах війни.

У період війни у підлітків спостерігаються гострі емоційні реакції на те, що відбувається, емоційні перепади, істерики, надмірне збудження, стан ступору тощо. Під впливом драматичних подій може втратитися здатність до співпереживання (дереалізації), як захисна реакція психіки. Ті, що перебувають

у безпеці, далеко від військових дій, відчувають провину або комплекс того, хто вижив. Виходячи з цього, емоційна стійкість допомагає особистості справитися з негативним досвідом, який вона отримала. Емоційна стійкість дозволяє пристосуватися до нових реалій, яких раніше не було та сприймати труднощі як тимчасові. Також це здатність приймати рішення в умовах серйозних життєвих стресорів [2].

Емоційна стійкість поєднує фізичні (здоров'я, енергійність, витривалість), психологічні (самооцінка, саморегуляція, увага, цілеспрямованість) та моральні (любов, партнерство, ідентичність) характеристики .

Підвищення рівня емоційної стійкості здійснюється за рахунок розвитку: самосвідомості особистості; самоконтролю особистості; критичного мислення; сили волі, рішучості та наполегливості; міжособистісних стосунків та комунікацій.

Війна – це невизначеність, а також руйнування життєвих планів і майбутнього особистості, що викликає тривогу і розгубленість у підлітків.

Методика «Толерантність до невизначеності» С. Бандера спрямована на визначення інтолерантності до форс-мажорних непередбачуваних та неконтрольованих ситуацій. Підлітки, які разом з батьками покинули свої домівки, переживають тривожність, мають доволі розмиті перспективи на майбутнє, мають проблеми з адекватним сприйняттям нової чи незвичної інформації, що позначається на прийнятті рішень у нестандартних ситуаціях та їхній поведінці в умовах невизначеності. Такі діти з невизначеними смисложиттєвими цінностями, відсутністю планів на майбутнє потребують психологічної підтримки та колекційної роботи.

Для школярів з песимістичним баченням власного призначення, невизначеною життєвою перспективою, низьким рівнем осмисленості власного життя характерна агресивна деструктивна поведінка, тиск на інших, конфронтація. Дітям з пасивною позицією більше притаманна втеча чи уникнення вирішення проблем, надмірна обережність та поміркованість у прийнятті рішень.

Важливо орієнтувати підлітків на заміну довгострокових планів на короткострокові, планування свого дня, оскільки в умовах війни людина не може контролювати своє життя як завжди.

Однак, навіть для короткострокових планів варто продумувати альтернативу.

В умовах, коли рішення необхідно ухвалювати терміново, незважаючи на обставини, їх краще обговорити, зважити всі «за» і «проти».

Виконання щоденних обов'язків та дотримання гігієни знижує напругу і додає почуття стабільності під час війни.

Дослідження підтвердило, дівчата і хлопці по-різному мотивовані на досягнення (вироблення) власних смисложиттєвих цінностей. Це виявляється у тому, що дівчата більше мотивовані на результат, тоді як хлопці – на самовдосконалення і змагання.

У хлопців і дівчат пріоритетними є різні потреби: у хлопців домінує потреба досягнень, у дівчат – емоційного прийняття. Також привертає увагу той факт, що хлопці і дівчата мотивовані на досягнення у різних видах діяльності. Якщо дівчата більше вмотивовані на уникнення невдач, то хлопці – на ризиковану поведінку заради високої мети.

Ще одним важливим чинником є врахування досвіду минулих поколінь виживання в умовах війни. Усвідомлення підлітками того факту, що війну переживали їхні дідуся і бабусі, інші члени сім'ї допомагає краще зрозуміти і свої можливості, потенції, налаштуватися на виживання у несприятливих умовах. Досвід облаштування безпечних місць при загрозі обстрілів, розподіл ресурсів, піклування про інших людей, допомога, волонтерство, навчання, саморозвиток є важливою умовою розвитку смисложиттєвої сфери зростаючої особистості.

Питання смисложиттєвих цінностей підлітків в період війни є умовою виживання. На цьому наголошував В. Франкл, який радив:

- 1) практику глибоких роздумів («уяви, що живеш вдруге...»);
- 2) «витискати» смисл навіть із страждань;

- 3) обрати відповідальність;
- 4) допомогти віднайти смисл іншим [3].

На підтвердження цих положень, у статті «Динаміка та цінності» В. Франкл писав: «Чи впливають які-небудь обставини, внутрішні або зовнішні, на конкретного індивіда або ні, та в якому напрямі здійснюється цей вплив – все залежить від індивідуального вільного вибору. Не умови примушують мене, а я визначаю, піддаватися ним чи ні. Нема нічого такого, про ще можна було б сказати, що це повністю обумовлює людину, не залишаючи їй хоча б найменшої свободи. Ніякі події, ніякі сили не в змозі повністю обумовити смисл буття людини. Людина, зрештою, робить це сама. Вона визначає не лише свою долю, але також саму себе, оскільки формує та оформляє не лише шлях свого життя, але також своє власне «я» [4].

Таким чином, смисложиттєві цінності виступають умовою виживання підлітків у період війни через формування емоційної стійкості, планування життя та врахування досвіду виживання в умовах війни.

Список використаних джерел

1. Сельє Г. Стресс без дистресса. Москва: Прогресс, 1982. 125 с.
2. Kaplan, C.; Turner, S.; Norman, E.; Stillson, K. Promoting Resilience Strategies: A Modified Consultation Model. · Children & Schools , Vol. 18 (3). Issue 3. July 1996. P. 158–168.
3. Франкл В. *Человек в поисках смысла*. Москва: Прогресс, 1990. 372 с.
4. Франкл В. Динаміка і цінності. Vision. 2002. URL: <https://www.management.com.ua/vision/vis002.html> (дата звернення: 19.04.2022).

Л.В. Канішевська, м. Київ

ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ ДО ВІДПОВІДАЛЬНОГО БАТЬКІВСТВА У СТАРШОКЛАСНИКІВ ІНТЕРНАТНИХ ЗАКЛАДІВ

У статті визначено фактори, що значно ускладнюють процес формування готовності до відповідального батьківства у старшокласників інтернатних закладів; визначено критерії і показники готовності до відповідального батьківства у зазначеного контингенту здобувачів освіти; схарактеризовано педагогічні умови формування готовності до відповідального батьківства у старшокласників інтернатних закладів.

Ключові слова: *відповідальне батьківство, готовність до відповідального батьківства; старшокласники інтернатних закладів, критерії і показники готовності до відповідального батьківства, педагогічні умови.*