

призводить, як засвідчують результати дослідження, до виникнення міжособистісних конфліктів і булінгу в шкільному середовищі. Актуальними є подальші дослідження, що статистично підтверджують наявність прямого взаємозв'язку, і розробка на основі отриманих результатів методичних рекомендацій для соціальних працівників і практичних психологів щодо заходів, спрямованих на розвиток емоційного інтелекту підлітків і запобігання булінгу.

### Література

1. Olweus D. Bullying at school: Prevalence estimation, a useful evaluation design, and a new national initiative in Norway. *Association for Child Psychology and Psychiatry Occasional Papers*. 2004. № 23. P. 5–17.
2. Андреева И. Н. О новой теории эмоционального интеллекта. *Вестник БГУ*. 2011. Серия 3. С. 48–52.
3. Власова О. І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку. Київ: ВПЦ Київський університет, 2005. 308 с.
4. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект: пер. с англ. А. П. Исаевой. Москва : АСТ, 2009. 478 с.
5. Люсин Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн. *Психологическая диагностика*. 2006. № 4. С. 3–22.
6. Норкина Е. Г. Методика на выявление «Буллинг-структуры». *Таврический научный обозреватель*. 2016. Т. 8. № 3. С. 170–174.
7. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість особистості. *Психологія і суспільство*. 2004. № 4. С. 95–109.

**Марценюк М. О.,**

*кандидат психологічних наук, старший викладач  
Мукачівський державний університет*

## **ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ПРИЧИН ПОРУШЕНЬ ЗДОРОВОЇ ПОВЕДІНКИ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ**

Актуальність проблеми збереження здоров'я викликає все більший інтерес у представників різних наук, тому що здоров'я – це необхідна умова активної та нормальної життєдіяльності людини.

На сьогодні стан фізичного та психічного здоров'я молоді набуває особливої гостроти, оскільки сучасна ситуація обтяжується високими

показниками захворюваності молоді, погіршенням екологічної, економічної, епідеміологічної ситуації, морально-духовною кризою. Значна частина причин, що негативно впливає на стан здоров'я, є наслідком певної поведінки людини, що веде до виникнення хвороб, переходу їх у хронічний стан, дострокового виснаження адаптаційного потенціалу [3].

Важливість осмислення та вивчення питання здоров'я у нашій країні і за кордоном сприяє формуванню наукового напрямку – психологія здоров'я. У 70-х роках минулого століття саме цей термін було запропоновано для окреслення нової сфери застосування психології. Термін отримав загальне визнання, і його прийняття стало чимось більшим, ніж просто виділення певної сфери застосування психології. Відбулася зміна орієнтації, перенесення акценту з хвороби на здоров'я і його детермінанти. Батьком психології здоров'я вважають видатного американського психолога Д. Матараццо (Josef Mattarazzo), а батьківщиною – Сполучені Штати Америки. Назва, запропонована Д. Матараццо, є загальноприйнятною і цитованою у текстах [2].

Теоретичний аналіз питання «здоров'я» та «здорова поведінка» в наукових джерелах засвідчив стійкий інтерес до нього з боку лікарів, психологів, педагогів. До них зверталися В. Ананьєв, Г. Апанасенко, Б. Братусь, С. Белічева, С. І. Болтівець, О. Ф. Бондаренко, О. Губенко, І. Гоян, О. Движона, В. Клименко, Н. Завидівська, О. Кокун, Г. Ложкін, С. Максименко, Н. Максимова, В. Моляко, К. Мілютіна, Г. Нікіфоров, В. Носков, Т. Титаренко, І. Толкунова, Т. Хомуленко, Н. Шевченко та інші.

Вони стверджують, що питання здоров'я найбільш гостро постає у період формування особистості, зокрема у юнацькому віці, оскільки цей період особистісного розвитку вагомо впливає на формування фундаментальних психологічних структур, суб'єктність у діяльнісних, індивідуальних і соціальних, стихійних і свідомих вимірах індивіда, а також були описані підходи до класифікацій порушень поведінки.

Мета нашої роботи полягає у емпіричному дослідженні психологічних причин порушення здорової поведінки в юнацькому віці.

У роботі були використані: теоретичний аналіз і систематизація науково-теоретичних й методичних джерел; емпіричні методи (стандартизовані методики, спостереження, бесіди); методи обробки та інтерпретації даних (кількісні та якісні із застосуванням методів математичної статистики).

Емпіричне дослідження проводилося на базі ЗОШ міста Мукачева, у якому прийняли участь учні 10 й 11 класів в кількості 55 осіб. Дослідження проводилося з використанням ряду психодіагностичних методик, а саме:

1. *Опитувальника порушень здорової поведінки (автори О. Л. Луценко та О. Є. Габелкова)*, що був створений вітчизняними психологами як інструмент для вивчення схильності сучасної людини до ведення певного способу життя. Цей опитувальник дає змогу проаналізувати фактори, що впливають на причини порушень здорової поведінки в юнацькому віці [1].

2. *Тест життєстійкості (С. Мадді, переклад і адаптація Д. О. Леонтєва, Е. І. Расказова)*, який був відібраний і використаний в нашому дослідженні для визначення міри здатності особистості витримувати стресову ситуацію, зберігаючи внутрішню збалансованість і не знижуючи успішність діяльності[4].

3. *Тест «Сенсожиттєві орієнтації» (методика СЖО Д. О. Леонтєва)* був взятий для того, щоб дослідити психоемоційний стан людини, оцінити «джерело» сенсу життя, який може бути знайдений людиною в майбутньому (цілі), у сьогоденні (процес) або минулому (результат) – чи в усіх трьох складових життя [4].

Для того, щоб краще зрозуміти психологічні причини порушень здорової поведінки у юнацькому віці нами був застосований кореляційний аналіз з використанням критерію для незалежних вибірок Пірсона.

Проведений нами кореляційний аналіз показав, що значимо корелюють між собою шкали «Залученість» та «Тяга до куріння» ( $r = 0,407$ ), «Прийняття ризику» та «Тяга до алкоголю» ( $r = 0,535$ ), «Локус-Життя» та «Локус-Я» ( $r = 0,423$ ), «Прийняття ризику» та «Саморуйнівна поведінка» ( $r = 0,515$ ). Як бачимо, у молодих людей тяга до куріння може пов'язуватися із почуттям

залученості, належності. У людей з високими балами за цією шкалою породжується відчуття непотрібності, відторгненості, вони відчувають себе «поза» життям. Такі люди, надаючи перевагу палінню, шкодять собі та навколишньому середовищу.

Молода людина, яка розглядає життя як спосіб набуття досвіду, зазвичай готова діяти за відсутності надійних гарантій успіху, ризикувати, вважаючи що прагнення до простого комфорту і безпеки збіднює життя особистості. Така поведінка властива особистостям з високим рівнем по шкалі «Прийняття ризику». Проте людина, яка тяжіє до алкоголю та схильна до саморуйнівної поведінки, не здатна розумно й раціонально керувати своїм життям, а ризикує заради отримання тимчасового задоволення, яке може призвести до виникнення різного роду залежностей, аутодеструкцій (наркозалежну поведінку, самопорізи, комп'ютерну залежність, харчові адикції, рідше — суїцидальну поведінку), деградації особистості і як результат – зруйнуване життя.

Високі бали за шкалами «Локус-Життя» та «Локус-Я» відповідають уявленню про себе як про сильну особистість, яка має достатню свободу вибору, щоб побудувати своє життя відповідно до своїх цілей і завдань, і уявленнями про його сенс, а також здатність у повсякденному житті керувати своїм життям, самостійно приймати рішення. Узагальнені дані кореляційного аналізу за Пірсоном представлено у табл. 1.

Таблиця 1

**Кореляція R -Пірсона**

Шкала 1	Шкала 2	R -Пірсона
Цілі	Процес	$r = 0,287$
Цілі	Залученість	$r = -0,275$
Процес	Локус – Я	$r = -0,313$
Процес	Прийняття ризику	$r = -0,337$
Результат	Порушення харчування	$r = -0,269$
Локус – Я	Локус – Життя	$r = 0,423$
Локус – Я	Процес	$r = -0,313$

Локус – Життя	Локус – Я	$r = 0,423$
Залученість	Цілі	$r = -0,275$
Залученість	Тяга до куріння	$r = 0,407$
Контроль	Зневага безпекою	$r = -0,669$
Прийняття ризику	Процес	$r = -0,337$
Прийняття ризику	Тяга до алкоголю	$r = 0,535$
Прийняття ризику	Гонитва за модним іміджем	$r = -0,582$
Прийняття ризику	Саморуйнівна поведінка	$r = 0,515$

Відзначимо, що обернено корелюють між собою шкали «Прийняття ризику» та «Гонитва за модним іміджем», ( $r = -0,582$ ), а також «Контроль» та «Зневага безпекою» ( $r = -0,669$ ). Очевидно, чим вищий рівень прийняття ризику у молодій людині, тим менше вона піддається почуттю та бажанню слідувати модним тенденціям, тим більше вона схильна ризикувати, піддаватися небезпеці. І відповідно, чим менший контроль над цим процесом, тим вищий рівень зневаги безпекою.

Отже, у результаті емпіричного дослідження було виявлено низку причин порушень здорової поведінки в юнацькому віці:

- низький ступінь обізнаності або компетентності молоді в галузі здоров'я, знання основних чинників ризику і антиризиків, розуміння ролі здоров'я в забезпеченні ефективності життєдіяльності та довголіття;

- відсутність послідовної і безперервної системи навчання здоров'ю, навичкам ЗСЖ, взірців та методик самозбережної поведінки, з наступним відтворенням їх у власному способі життя;

- відсутність пріоритету здоров'я як життєвого пріоритету та мотивації на здоровий спосіб життя і культуру здоров'я;

- зловживання батьками алкогольними напоями, конфлікти в родині, тобто агресивне соціальне середовище та негативна модель поведінки;

- санітарно-гігієнічні проблеми та незадовільна організація харчування.

Якщо говорити про психологічні причини, то головними серед них

виступають: невпевненість в собі, неадекватна самооцінка, низька стресостійкість, емоційна невірноваженість та некомпетентність, вплив оточення однолітків (переважно негативного характеру), юнацький максималізм, низький вольовий самоконтроль, схильність до саморуйнівної поведінки.

Отримані результати дають змогу кращим чином з'ясувати чи дотримуються учні здорової поведінки та дослідити причини цих порушень в юнацькому віці, а також виявити проблемних учнів, вказати ймовірну причину цих порушень для подальшого надання психологічної допомоги, консультаційної та корекційної роботи.

### **Література**

1. Луценко Е. Л., Габелкова О. Е. Опросник нарушений здорового поведения. *Вопросы психологии*. 2013. № 5. С. 142–153.
2. Психологія здоров'я людини / за ред. І. Я. Коцана. Луцьк : РВВ – Вежа Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011. 430 с.
3. Титаренко Т. М., Лепіхова Л. А., Кляпець О. Я. Формування в молоді настанов на здоровий спосіб життя : метод. реком. Київ : Міленіум, 2006. 123 с.
4. Энциклопедия психодиагностики. Психодиагностика взрослых / ред.- сост. Д. Я. Райгородский. Самара : Изд. дом Бахрах – М, 2009. Т. 2. 704 с.

**Мар'яненко Л. В.,**  
*кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник  
Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України*

## **ОСОБИСТІСНА ВЗАЄМОДІЯ ВЧИТЕЛЯ З УЧНЯМИ В КОНТЕКСТІ ГУМАНІСТИЧНОЇ ПАРАДИГМИ**

У 70-ті роки минулого століття на Заході виникає рух психолого-гуманістичного навчання (К. Роджерс, А. Маслоу, Р. Бернс та ін.) на противагу біхевіористичному напрямку в навчанні. За К. Роджерсом, успішний чи неуспішний вчитель – це той, який вміє або не вміє забезпечувати учневі свободу учіння. Справжнє учіння має захопити особистість учня цілком. Це



# МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: [www.msu.edu.ua](http://www.msu.edu.ua)

E-mail: [info@msu.edu.ua](mailto:info@msu.edu.ua), [pr@mail.msu.edu.ua](mailto:pr@mail.msu.edu.ua)

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>