

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ОСВІТА І ЗДОРОВ'Я ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ

ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,
СПОРТУ І ЗДОРОВ'Я



Український державний університет
імені Михайла Драгоманова

2023 р.

статнього рівня знань із певної теми, методики чи дисципліни в підготовці майбутнього медика та спонукання до самооцінки і самоаналізу власних можливостей, якостей, результатів професійної діяльності – основна умова ефективної самоосвіти.

Але студенту потрібно чітко розуміти, що самоосвіта – це не відновлення знань, які він отримує в період навчання, а ознайомлення з новітніми дослідженнями, пошук нових методик і методів діагностики та лікування, розгляд проблем, що вивчаються на високому науковому рівні. Загальна характеристика процесу самоосвіти у навчальному закладі є керованим процесом (із боку адміністрації навчального закладу, завідувачів відділень, студентського самоврядування). Також процес самоосвіти є самокерованим із боку самого студента, який має розуміти, що бути гарним професіоналом у своїй майбутній спеціальності означає перебувати в постійному професійному пошуку, зростанні та розвитку. Майбутня спеціальність студента-медика надзвичайно складна й вимагає від нього глибоких і різнобічних професійних знань, умінь, навичок, що є основою професійної компетенції. Аби студент був мотивованим на самоосвіту та подальший саморозвиток і самовдосконалення, в нього має бути чітке й адекватне

уявлення про свою майбутню професійну діяльність. Щоб бути професіоналом у своїй спеціальності, студент має відповідати високим вимогам, які перед ним поставить суспільство.

Без навчання протягом усього життя в сучасному світі не обійтись, адже будь-яка освічена людина має володіти чималим багажем знань. Дуже важливо, до того ж, цей багаж постійно оновлювати, інакше важко буде наздогнати стрімкий перебіг життя. Узагалі для навчання «на відстані» потрібно мати сильну мотивацію і самоорганізацію, бо самоосвіта, це передусім здатність студента працювати самостійно. Для когось це є перевагою, а для когось, навпаки, – недоліком, – усе залежить від людини та її характеру.

Тому активізація самостійної роботи сприяє розвитку особистості по збагаченню своїх знань, розумінню світу, свого місця та професії в ньому.

Отже, самоосвіта – це організована, самостійна, систематична, пізнавальна діяльність, спрямована на досягнення суспільно значущих освітніх цілей, задоволення пізнавальних інтересів, загальнокультурних і професійних запитів і підвищення професійної кваліфікації; будується зазвичай за зразком систематизованих форм навчання, але регулюється самим суб'єктом.

Список використаних джерел

1. Білоусова Л.І., Кисельова О.Б., 2012 ISSN 2076-8184. Інформаційні технології і засоби навчання. 2012. №1 (27). Режим доступу до журналу: <http://www.journal.iitta.gov.ua>
2. Васіна Т. Л. Парадигма особистісно-орієнтованого навчання / Т. Л. Васіна // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт : зб. – Чернігів : ЧДПУ, 2008. – № 55, т. 1. – С. 77–79.
3. Пришупа Ю. Ю. Формування самоосвітньої компетентності майбутніх інженерів-будівельників у процесі професійної підготовки: дис. ... к.пед.наук: 13.00.04. Національний авіаційний університет. Київ, 2016. 227 с.
4. Сухомлинський В. О. Вибрані твори. В 5 т. Т. 5. Статті / В. О. Сухомлинський. – К. : Рад. шк., 1977. – 639 с.
5. Український педагогічний словник / уклад. С. Гончаренко. – Київ : Либідь. – 376 с. 2.

ВПЛИВ ФАКТОРІВ РОДИННОГО СЕРЕДОВИЩА НА ПСИХО-ЕМОЦІЙНИЙ СТАН ПІДЛІТКІВ

Лапікура Олесь Валерійович

науковий співробітник ДУ Інститут педіатрії, акушерства і гінекології імені академіка О.М. Лук'янової НАМН України

Слободченко Людмила Миколаївна

науковий співробітник ДУ Інститут педіатрії, акушерства і гінекології імені академіка
О.М. Лук'янової НАМН України

Слепакурова Ірина Володимирівна

інженер ДУ Інститут педіатрії, акушерства і гінекології імені академіка О.М.
Лук'янової НАМН України

Родина протягом усього періоду дорослішання грає одну з визначальних ролей у формуванні особистості дитини: її емоційно-вольової, моральної сфери, характеру, особливості поведінки. Родина є першою в житті дитини спільнотою або малою групою, завдяки якій вона долучається до цінностей культури, освоює перші соціальні ролі [1, с.7-24; 2, с.299-310; 3, с.21-87].

Особливий інтерес до питань сімейного життя і, зокрема, дитячо-батьківських відносин з'явився в останні роки в зв'язку з кризовим станом сучасної сім'ї, збільшенням кількості проблемних сімей. У несприятливому сімейному оточенні вклад особистісних особливостей дитини в результаті є більший, ніж в сприятливих родинах. При несприятливому співпадинні індивідуальних особливостей та умов виховання ризик несприятливого розвитку може збільшитись. Сімейні чинники захисту істотно знижують ризик несприятливого розвитку при наявності особистісної сприйнятливості. На жаль, сім'ї, де є проблемні підлітки, обстеженні часто виявляються соціально деградованими, з відверто аморальним способом життя [4, с.275-302; 5, с.10-15; 6, с.203-214].

Серед порушень взаємовідношень між батьками і дітьми основними можна вважати нереальні батьківські очікування, деривацію; низьку якість взаємодії; надмірне сприяння вимогам дитини, надмірні взаємозалежність та потяг дитини до самореалізації. Дослідження і своєчасна корекція неадекватних сімейних стосунків дозволяють не лише компенсувати певні проблеми, відхилення у психосоціальному розвитку дитини, але й у багатьох випадках запобігти таким негативним формам компенсації як алкоголізм, наркоманія, агресивність, правопорушення та суїциди серед неповнолітніх [7, с.757; 8, с.37-50; 9, с.811-826; 10, с.1934-1944; 11, с.39-59; 12, с.92-97; 13, с.1-12].

Отже, саме батьки є першим суспільним середовищем дитини, а батьківська любов є гарантією благополуччя дитини, підт-

римки її психічного здоров'я. Відсутність або недостатність емоційного та довірливого спілкування батьків з дитиною, їхньої теплоти і ласки приводить її до стану психічної деривації. Емоційне благополуччя в дитинстві забезпечує довірливе та активне відношення до суспільства, високу самооцінку, сформований самоконтроль, емоційний комфорт в родині та поза родиною.

Метою даної роботи було дослідження впливу факторів родинного середовища на психо-емоційний стан підлітка. Для виконання цієї задачі на базі програми «Сім'я і діти України» були проаналізовані дані анкет – «Анкети підлітка 15-18 років» та «Анкети матері підлітка 15-18 років». У дослідженні приймали участь 1075 підлітків 15-18 років та їх матерів, серед яких було виділено дві групи згідно відповідей підлітків щодо їхнього психоемоційного стану – 425 особи, які склали групу «агресивних» підлітків та 439 особи, які увійшли до групи «неагресивних» підлітків [14, с.213-218; 15, с.460-469; 16, 17].

В результаті проведеного дослідження аналіз складу сім'ї виявив, що наявність мачухи чи вітчима в більшій мірі впливали на прояви агресії у підлітків (66,7 % та 61,4 % у «агресивній» групі, відповідно), ніж проживання з рідними батьками, де аналогічний показник склав 48,8 % випадків за наявності матері в домі та 45,1 % – за наявності рідного батька, відповідно. Встановлено, що наявність батька позитивно впливає на психоемоційний стан підлітків, нівелюючи навіть негатив від наявності вітчима в родині. Вивчення матеріального добробуту українських родин показало, що для підлітків із сімей з низьким його рівнем характерний менший рівень агресії. Наявність батька у складі родини як з позицій підлітків, так і їх матерів, асоційована з більш високим рівнем матеріального добробуту, ніж за його відсутності. Спілкування з рідними батьками є важливим фактором психосоціалізації підлітків та проявів її девіантності. Дефіцит спіл-

кування підлітків з батьками демонструє значимий зв'язок з підвищеною агресивністю, рівень якої дещо відмінний в залежності від тем, на які бракує спілкування: теми майбутнього підлітків (навчання, робота) та їхнього здоров'я (по 66,7 % – в «агресивній» групі), здорового способу життя (61,0 % «агресивних» підлітків), правильної поведінки в суспільстві та з однолітками (60,2 % в «агресивній» групі), небезпечності зараження інфекціями статевих шляхів та поінформованості щодо протизаплідних засобів (54,9 % та 54,4 % респондентів в «агресивній» групі, відповідно). Проте, варто зауважити, що на психоемоційний стан підлітків більше впливає саме факт спілкування з батьками в цілому, а не окремі теми. Доведено, що стресові ситуації в родинному колі в різній мірі корелюють з підвищеним рівнем агресії підлітка. Найбільш вагомим виявилися факти регулярних конфліктів з батьками або конфліктів загалом у сім'ї – це торкнулось 71,4 % та 63,6 % підлітків з агресивної групи, відповідно, в той час, як втрата роботи одним із батьків, серйозна хвороба в когось із сім'ї, розлучення батьків, поява нових батьків, смерть когось із родини визначили менший вплив. Також надвичайно важливим чинником впливу на психоемоційний стан підлітків є вибір батьками методів впливу на підлітків, особливо під час вирішення ситуацій з підвищеним емоційним фоном. В залежності від частки підлітків в «агресивній» групі ці методи можна поділити на позитивні (наприклад, дати дитині можливість викричатися, серед підлітків, матері яких вказують на

цей метод, до «агресивної» групи належить лише 42,9%) та негативні, тобто такі, які корелюють з високими значеннями частки «агресивних» підлітків (виганяти підлітка з кімнати – 83,3%, вступати з ним у перепалку – 71,8%, погрожувати – 75,0%, бити – 81,4%). Слід відзначити, що такий метод, як заспокоєння та роз'яснення проблеми також асоціюється з підвищеною агресивністю (63,3%), що може свідчити про невміння матерів правильно його застосовувати.

Таким чином, можна стверджувати, що вплив факторів родинного середовища на психо-емоційний стан підлітків вимагає від батьків не тільки широти знань, а й постійного пошуку та творчості. А ми нерідко, виявивши в дітях те, що нас не влаштовує або турбує, намагаємося негайно це придушити своєю волею і сподіваємося лише на неї, йдучи від роздумів, від самокритичного ставлення до себе, своїх дій. Тільки ніяк не придатний такий метод для впливу на дитину: занадто дорого обходяться помилки, занадто складно їх потім виправляти. Навіть, якщо діти не викликають тривоги, ніколи не зайве зупинитися, озирнутися, задуматися, якими вони ростуть, і чи все правильно роблять батьки та родина. Отже, результати дослідження мають бути застосовані в системі роботи з родиною з метою роз'яснення негативного впливу особливостей виховання підлітків на їх психіку, переконання родини у необхідності переглядати відношення до дитини, надаючи їй можливість відчувати себе особистістю.

Список використаних джерел

1. Avalos M., Ramírez-Cruz J.C., Oropeza R., Alvarez R., Rodríguez G. School Well-being and Academic Performance in High School Students. *Rev. Int. PEI*. 2018;6:7–24.
2. McMahon G., Creaven A.-M., Gallagher S. Stressful Life Events and Adolescent Well-Being: The Role of Parent and Peer Relationships. *Stress Health*. 2020;36:299–310. doi: 10.1002/smi.2923.
3. [Bi X, Yang Y, Li H, Wang M, Zhang W, Deater-Deckard K. Parenting Styles and Parent-Adolescent Relationships: The Mediating Roles of Behavioral Autonomy and Parental Authority. *Front Psychol*. 2018;9:2187. Published 2018 Nov 13. doi:10.3389/fpsyg.2018.02187.](#)
4. Bush K., and Peterson G. "Parent-child relationships in diverse contexts", in *Handbook of Marriage and the Family*, eds G. Peterson, and K. Bush (Boston, MA: Springer). 2013;275–302. doi: 10.1007/978-1-4614-3987-5_13.
5. Pérez JC, Cumsille P, Martínez ML. Brief report: Agreement between parent and adolescent autonomy expectations and its relationship to adolescent adjustment. *J Adolesc*. 2016;53:10-15. doi:10.1016/j.adolescence.2016.08.010.
6. Dutkevych T.V. Osoblyvosti orhanyzatsii psykholohichnoi korektsii asotsialnoi povedinky pidlitkiv // *Problemy suchasnoi psykholohii*. 2014;24:203-214. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2014-24.%25p>.

7. [Cabrera FJP, Herrera ADRC, Rubalcava SJA, Martínez KIM. Behavior Patterns of Antisocial Teenagers Interacting with Parents and Peers: A Longitudinal Study. Front Psychol. 2017;8:757. Published 2017 Jun 2. doi:10.3389/fpsyg.2017.00757.](#)
8. [Braga T. et al. Unraveling the link between maltreatment and juvenile antisocial behavior: A meta-analysis of prospective longitudinal studies. Aggression and Violent Behavior. 2017;33:37-50. https://doi.org/10.1016/j.avb.2017.01.006.](#)
9. Jalling C, Bodin M, Romelsjö A, Källmén H, Durbeej N, Tengström A. Parent Programs for Reducing Adolescent's Antisocial Behavior and Substance Use: A Randomized Controlled Trial. *J Child Fam Stud*. 2016;25:811-826. doi:10.1007/s10826-015-0263-y
10. Obando D, Trujillo A, Trujillo CA. Substance use and antisocial behavior in adolescents: the role of family and peer-individual risk and protective factors. *Subst Use Misuse*. 2014;49(14):1934-1944. doi:10.3109/10826084.2014.956365.
11. Slattery T.L., Meyers S.A. Contextual Predictors of Adolescent Antisocial Behavior: The Developmental Influence of Family, Peer, and Neighborhood Factors. *Child Adolesc Soc Work*. 2014;31:39–59. <https://doi.org/10.1007/s10560-013-0309-1>
12. Strokach L.M., Zakharchuk T.P. Vplyv batkivskoi simi na formuvannia statevo rolovykh ustanovok i uiavlennia starshoklasnykiv pro maibutnie simeine zhyttia // *Psykhologichnyi chasopys*. – 2015;1(1):92-97. doi:10.31108/1.2015.1.1.13
13. Roostin Erna. Family influence on the development of children. *Journal of Primary Education*. 2018;1(2):1-12. doi:10.22460/pej.v1i1.654
14. Hryhorczuk DO, Monaghan S, Lukyanova E, et al. Collaborative research and research training through the «Family and Children of Ukraine» research program. *Int J Occup Environ Health*. 1999;5(3):213-218. doi:10.1179/oeh.1999.5.3.213
15. European longitudinal study of pregnancy and childhood (ELSPAC). *Paediatr Perinat Epidemiol*. 1989;3(4):460-469. doi:10.1111/j.1365-3016.1989.tb00533.x
16. World Health Organization. Regional Office for Europe. (1999). European longitudinal study of pregnancy and childhood (ELSPAC) : report on a WHO meeting, Bristol, United Kingdom 13-18 September 1999. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/108279>.
17. World Health Organization. Regional Office for Europe. European longitudinal study of pregnancy and childhood (ELSPAC) : report on a WHO meeting, Bristol, United Kingdom 13-18 September 1999. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/108279>.

ФІЗИЧНИЙ ТА ДУХОВНИЙ ГАРТ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ УКРАЇНСЬКОЇ БОЙОВОЇ КУЛЬТУРИ

Литвиненко Андрій Миколайович

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент Харківського національного університету радіоелектроніки

В останнє десятиліття, на кафедрі фізичного виховання та спорту Харківського національного університету радіоелектроніки, одним з пріоритетних напрямків педагогічної діяльності стало широке застосування традиційних для української бойової культури методик фізичного та духовного гарту студентської молоді [2, с. 12; 3, с. 132; 6, с. 8]. Українська бойова культура переважно формувалась в визвольній боротьбі передового загону нації - Запорізького козацтва з іноземними загарбниками [2, с. 6]. Спочатку формування системи підготовки воїнів, домінуючим був емпіричний підхід до відбору

найбільш ефективних методів бойового вдосконалення. Із завоюванням незалежності Української держави, групою найбільш кваліфікованих спортивних фахівців, була проведена наукова селекція традиційних дидактичних методик і на основі останніх досягнень сучасної теорії фізичного виховання та спорту створено оновлену методологічну та методичну базу розвитку української бойової культури [1, с. 40; 4, с.13; 7, с. 234].

В Харківському національному університеті радіоелектроніки отримали найбільший розвиток два національних виду спортивних єдиноборств – хортинг та козацькій