

Тобто більшість таких досліджуваних не мають потреби в створенні теплих, емоційно значимих стосунків з іншими людьми. Окрім цього визначено, що фактично однаковою мірою підліткам обох груп властивий мотив уникнення самотності, який зафіксований у 51% учнів з позитивним і негативним соціометричним статусом (46%). Такі страхи досліджуваних виражаються у прагненні встановлювати стосунки з оточуючими на основі вираженого небажання бути на самоті, залишитись самотніми.

Висновки. Отже, підлітки з різним соціометричним статусом в учнівському колективі мають відмінності у прояві почуття самотності. Підлітки, які мають несприятливу позицію в колективі переважно мають високий рівень почуття самотності, що виявляється у відсутності доступного кола соціального спілкування та втраті зв'язку з оточуючими. Натомість, підлітки із позитивним соціометричним статусом у колективі не характеризуються прагненням до уникнення соціальних контактів, ізолюванням себе від інших людей та мають прояви прихильності у стосунках.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Психологія розвитку особистості у підлітковому та ранньому юнацькому віці: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / за ред. К.В. Седих. Полтава: Астравія, 2018. 342 с.
2. Харченко А.С. Психологічні особливості ціннісного ставлення до здоров'я сучасних підлітків. Психологія і особистість. 2017. № 1. С. 174-182.
3. Харченко А.С. Особливості психологічного благополуччя студентів різних профілів підготовки. Молодий вчений. 2021, 4 (92): 175-178.

## РОЛЬ СІМ'Ї У ФОРМУВАННІ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ ОСОБИСТОСТІ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

**Готич В. О.**

*Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника  
victoria.hotych@pnu.edu.ua*

У житті кожної людини сім'я із перших днів життя займає основну роль. Саме у сім'ї відбувається дорослішання, виховання дітей, підготовка до життя в суспільстві, набувається життєвий досвід, формуються цінності та моральні якості. Особливо у сучасних умовах життя під тиском зовнішніх подій, зокрема повномасштабного вторгнення на територію нашої країни, зростає цінність сімейних стосунків, зміцнення міжособистісних сімейних та родинних стосунків на основі механізмів підтримки та допомоги.

Посттравматичне зростання, за R. Tedeschi та L. Calhoun, – це процес ро-

звитку особистості та перебудова світосприйняття унаслідок пережитого травмування з акомодациєю набутого досвіду що означає свого роду рух за межі передтравматичного рівня адаптації [2].

Посттравматичне зростання, в першу чергу, включає якісну трансформацію чи якісну зміну функціонування людини – оскільки, це не просто повернення до попереднього рівня функціонування, для деяких людей цей процес стає досвідом самовдосконалення.

Сім'я відіграє важливу роль у формуванні посттравматичного зростання особистості юнацького віку.

Під час травматичної події, наприклад, смерті батька або матері, розпаду родини або втрати будь-якої іншої важливої людини, сім'я може допомогти особистості юнацького віку зрозуміти та пережити свої емоції, навчити ефективно керувати емоційним станом та розвиватися в процесі адаптації до нових життєвих обставин.

Сім'я в процесі посттравматичного зростання особистості юнацького віку може виконувати наступні функції:

1. Підтримка емоційного благополуччя: сім'я може допомогти юнацькій особистості знайти способи вираження своїх емоцій, сприяти відновленню позитивних емоцій, а також розвивати емоційну стійкість та здатність до саморегуляції.

2. Створення сприятливої атмосфери для здорового розвитку юнацької особистості, де панує позитивний настрій, присутність довіри та взаєморозуміння.

3. Створення позитивної ідентичності: сім'я може допомогти юнацькій особистості визначити свої цілі та плани на майбутнє, що дозволяє їй розвивати позитивну ідентичність та стійкість в складних життєвих умовах\ ситуаціях.

4. Забезпечення безпеки та захисту юнацькій особистості від потенційних небезпек, що можуть виникнути після травматичної події.

5. Надання підтримки та допомоги в складних життєвих ситуаціях. Наприклад, сім'я може допомогти з організацією психологічної підтримки, лікуванням або знайти інші ресурси для поліпшення стану юнацької особистості.

6. Розвиток соціальних навичок, які допоможуть встановлювати стійкі стосунки з іншими людьми. Це може бути особливо важливим після травматичної події, яка може вплинути на спосіб взаємодії з іншими людьми.

7. Розвиток навичок рефлексії та самоаналізу, які допоможуть їй краще зрозуміти свої емоції, думки та почуття.

8. Розвиток особистісної зрілості: сім'я може допомогти юнацькій особистості розвивати особистісну зрілість та відповідальність, які допоможуть їй краще вирішувати проблеми та долати труднощі в майбутньому.

Всі вище вказані функції ми можемо віднести до напрямку посттравматичного зростання особистості за R. Tedeschi та L. Calhoun - зміни в міжособистісних стосунках, що відображають уявлення людей з ознаками ПТЗ про зближення одне з одним, покращення та поглиблення сімейних та родинних стосунків.

Науковці так описують новоутворення ПТЗ у міжособистісних стосунках: надається висока оцінка іншим, особливо родичам, друзям, знайомим, зростання цінності стосунків, альтруїзм і відданість, здатність приймати допомогу, підвищена чутливість стосовно інших та відкритість до нових форм поведінки; звертає на себе готовність проявляти і виражати свої почуття; щире співчуття іншим дозволяє встановлювати більш близькі та глибокі стосунки; підвищена довіра до світу допомагає ефективнішому використанню соціальної підтримки, а набута впевненість дає можливість впливати на стосунки, керувати ними, утримувати їх [1].

Отже, за допомогою підтримки від сім'ї, родини, людина юнацького віку може знайти засоби для пристосування до травматичного досвіду та розвитку відповідних ресурсів для подальшого життя.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Calhoun L. G., Tedeschi R. G. The foundations of posttraumatic growth: New considerations. *Psychological Inquiry*. 2004. №5. P. 93-102.
2. Calhoun L. G., Tedeschi R. G. Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*. 2004. №1. Vol.15. P. 1-18.

## THE PROBLEM OF PERSONAL PROFESSIONAL SELF-ACTUALIZATION DURING THE DEPRESSIVE DISORDER

**Гутиря М. О.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка  
marvaspsy@gmail.com*

Formulation of the problem. Each person is born with their own personal potential, which can be realized in the course of life and bring a person a sense of fullness of his own life, a feeling of happiness. The chance of success is enhanced by one's own abilities and skills acquired in a certain activity. It is quite important that the activity directs the individual to the development of those qualities that correlate with his/her personal potential. This is what allows a person to feel the maximum realization of personal capabilities. It is important to pay attention to