

національного університету імені Богдана Хмельницького. Серія «Педагогічні науки». 2020. № 1. С. 32-36.

3. Острога М., Шамо́ня В., Шерше́нь О. Цифрові освітні платформи як інструмент реалізації неформальної освіти. *Освіта. Інноватика. Практика*. 2022. № 4 (10). С. 27-36.

ЗНАЧЕННЯ ГАРМОНІЙНОЇ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ ДЛЯ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ

Шашенкова А. О.

молодший науковий співробітник,
Державної установи «Інститут охорони здоров'я дітей та підлітків, Національна академія медичних наук України»,
здобувачка третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти,
Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди,
м. Харків, Україна

Студентський період життя багатьма вченими визначається як складний, переломний період, що характеризується чисельними кризами й суперечностями. Нові освітні стандарти вищої освіти перетворюють освітній процес на важке конкурентне змагання, насичене різноманітними стресогенними чинниками. Окрім того, сучасна військово-політична ситуація й гуманітарна криза, що переживають громадяни України, також згубно позначаються на ментальному здоров'ї молоді. Усе перелічене актуалізує необхідність формування у студентів особливих внутрішніх резервів, здатних протидіяти деструктивним впливам. Одним з таких ресурсів є злагоджена копінг-поведінка.

Копінг-поведінка – гармонійно взаємопов'язана сукупність когнітивних, емоційних й поведінкових стратегій подолання, що «вмикаються» у стресогенних ситуаціях, сприяють усуненню або зменшенню несприятливого впливу негативних факторів, унаслідок чого відновлюється психологічний добробут особистості.

М. Мартіросян на основі вчення про допінг Р. Лазаруса називає такі провідні функції копінг-поведінки, як: зменшення згубного впливу стресорів і підвищення можливостей поновлення активності; терпіння, адаптація, управління, трансформація життєвих обставин; утвердження позитивного «Образу Я», упевненості у власних силах; підтримка емоційного балансу та внутрішнього балансу особистості; збереження гармонійної й ефективної взаємодії з іншими людьми [2, с. 42-43].

Слід зазначити, що копінг-поведінка утворена поєднанням найбільш типових для людини копінг-стратегій, вибір яких залежить від частоти виникнення, інтенсивності і тривалості стрес-чинників, а також психологічних характеристик самої особистості.

Індивідуально-своєрідна копінг-поведінка може бути позитивно або негативно зарядженою в залежності від характеру обраних стратегій. Так, до умовно конструктивних стратегій додання відносимо такі: «оптимізм» (емоційно-

саногенне відреагування), «активне співробітництво» (долання ситуації за участю сторонньої допомоги), «творчість» (утілення фантазії у творі мистецтва), «гумор» (переосмислення труднощів з підкресленням їх кумедних сторін), «конструктивна активність» (активна діяльність з вирішення проблемної ситуації); умовно негативними є «агресія» (емоційно-патогенне відреагування, спрямоване на інших людей або ситуацію), «аутоагресія» (емоційно-патогенне відреагування, спрямоване на себе), «покірність» (емоційно-пригнічений стан), «пасивність» (відмова від діяльності, очікування, вагання), «пасивне співробітництво» (передача відповідальності за вирішення ситуації іншим людям), «фаталізм» (переживання поразки, очікування найбільш несприятливого вирішення). Безперечно, гармонійною або злагодженою є копінг-поведінка, утворена ефективними позитивними або нейтральними копінг-стратегіями, помірковано підібраними залежно від ситуацій.

Злагоджена копінг-поведінка допомагає молодій людині ефективно долати кризові ситуації у всіх сферах життя (академічній, особистісній, міжособистісній, професійній), а також стає запорукою подальшої успішної професійної самореалізації, що є особливо актуальним для студентів педагогічного профілю навчання.

Статистично доведено, що педагогічний фах може мати негативний вплив на психоемоційне здоров'я особистості. Так, 60 % учителів постійно відчують психологічний дискомфорт під час виконання професійної діяльності; 85 % перебувають у стані хронічного професійного стресу; для 85 % жінок-педагогів професійна діяльність деструктивно позначається на сімейних стосунках [1, с. 66]. У таких обставинах педагогам необхідна дієва й позитивна копінг-система для протидії стресогенним чинникам.

Важливо зазначити, що копінг-поведінку можна вдосконалювати в будь-якому віці, головне – мотивація, поінформованість про шляхи оптимізації стресоподолання й систематичність самозміни. Форми та методи такої роботи різноманітні, як-от: індивідуальні (робота з коучем) і групові (тренінг), прості (самоаналіз) і комплексні (низка засобів, об'єднаних однією метою), безпосередні (робота саме над позитивною зміною копінг-поведінки) та опосередковані (поліпшення копіngu через розвиток інших конструктивів).

Отже, злагоджена копінг-поведінка є важливою у студентський період життя особистості; вона набуває особливого значення для здобувачів, майбутній фах яких є насиченим стрес-чинниками, наприклад, для педагогів. Працівники закладів освіти статистично частіше за інших спеціалістів піддаються пролонгованому та інтенсивному впливу різноманітних стресорів. Із метою озброєння педагогів особливими профілактичними та фасилітуючими ресурсами необхідно вдосконалювати їхню копінг-поведінку, а найбільш сприятливим етапом їхньої професіоналізації в означеному контексті є період навчання в закладі вищої освіти.

Перспективу подальших досліджень вбачаємо в експериментальному виявленні впливу саморегуляції й соціо-емоційної компетентності на оптимізацію копінг-поведінки студентів педагогічного профілю навчання.

Список використаних джерел

1. Дзюба Т. М. Професійне здоров'я педагога: ризики потенційного та руйнівного впливу. *Досягнення та перспективи дослідження феномену здоров'я у сучасній психологічній науці*: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (Вінниця, 24 листоп., 2016 р.). Вінниця, 2016. С. 66-72.
2. Мартіросян М. В. Копінг-стратегії професійної стійкості особистості адвоката : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Луцьк, 2019. 228 с.

НЕЙРОПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ МІЖПІВКУЛЬНОЇ ВЗАЄМОДІЇ У ДІТЕЙ ІЗ СИНДРОМОМ ДАУНА

Шевченко Ю. В.

здобувачка третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти,
Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка,
м. Київ, Україна

Методологічну основу представленого дослідження склали базові уявлення сучасної нейропсихології розвитку про закономірності становлення вищих психічних функцій в онтогенезі, а саме: теорія системної динамічної локалізації вищих психічних функцій та концепція структурно-функціональних блоків О. Лурії, екстракортикальний принцип організації мозку Л. Виготського, теорія поетапного формування розумових дій П. Гальперіна, принцип динамічної «хромогенної» організації й локалізації функції дитини Л. Виготського та дослідження провідних нейропсихологів, спеціальних психологів, корекційних педагогів Т. Ахутіної, І. Беха, Т. Візель, О. Гвоздєва, Ж. Глозман, Р. Лалаєвої, О. Зимньої, М. Жинкіна, К. Крутій, О. Лурії, Л. Савінової, Г. Семенович, Є. Соботович [1, с. 88].

Нейропсихологічна діагностика дітей із синдромом Дауна показує стійкі порушення в розвитку міжпівкульної взаємодії. Спотворення в розвитку міжпівкульної взаємодії пов'язані з незрілістю в розвитку вищих психічних функцій та навчальних навичок. За такими особливостями розвитку, як синдром Дауна, завжди стоїть органічне ушкодження при формуванні головного мозку.

Отже, ряд дослідників порушень нервово-психічного розвитку звертають увагу саме на морфофункціональні порушення в дозріванні комісур, що відповідають за міжпівкульну взаємодію. Для діагностики функціональної несформованості міжпівкульної взаємодії пропонуються такі критерії: розлади реципрокної координації рук; відсутність латеральних переваг; дзеркальні помилки в процесі сприйняття, запам'ятовування, написання інформації; спотворене поле сприйняття (сприйняття інформації праворуч наліво, ігнорування однієї зі сторін аркуша); «крайові» ефекти щодо пам'яті; фонематичні помилки при обстеженні пам'яті, письма та деякі інші своєрідні показники [3, с. 45].

Координація рухів на рівні великої моторики у дітей із синдромом Дауна порушена: рухи розрізнені, права та ліва частини тіла функціонують по-різному. Дитина може ходити, емоційно реагувати на те, що відбувається, але права і ліва