

**В. Н. Атрохова**

Научный руководитель: О. А. Короткевич

Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины,

г. Гомель, Республика Беларусь

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОТЕРЬ И ПРИОБРЕТЕНИЙ ПЕРСОНАЛЬНЫХ РЕСУРСОВ В СТРЕССОВОЙ СИТУАЦИИ ПОДРОСТКАМИ ИЗ НЕПОЛНЫХ СЕМЕЙ**

*Ресурсные концепции стресса предполагают, что ключевым механизмом его развития является потеря ресурсов. Стресс возникает в ситуациях, которые потенциально угрожают потерей ресурсов и / или препятствуют возмещению израсходованных ресурсов. В статье рассмотрены психологические особенности потерь и приобретений персональных ресурсов в стрессовой ситуации подростками из неполных семей и приведены данные эмпирического исследования.*

*Ключевые слова: стресс, стрессовые ситуации, потеря персональных ресурсов, приобретение персональных ресурсов, подросток, подростковый возраст, семья, неполная семья.*

Концепции ресурсов в ситуации психологического стресса рассматривают адаптивность и способность противостоять трудным жизненным ситуациям. Ресурсы, как «позитивные черты личности», «значимый капитал каждой личности», внутренние силы, существенно расширяют возможности человека, делают его более продуктивным, жизнестойким, успешным, также они являются фактором эффективности и осознанности жизни [1].

С самого рождения человек попадает в общество, растет, развивается и умирает в нем. На развитие человека оказывает влияние множество различных факторов, как биологических, так и социальных. Главным социальным фактором, влияющим на становление личности, является семья. Важность семьи как института воспитания обусловлена тем, что в ней ребенок находится в течение значительной части своей жизни, и по длительности своего воздействия на личность ни один из институтов воспитания не может сравниться с семьей. В ней закладываются основы личности ребенка.

При анализе статистики браков и разводов за 2021 год было выявлено, что в Беларуси было заключено 59 649 браков, почти 51 тысяча из которых – среди городского населения. Развелось же 34 386 пар. Почти 30 тысяч – в городах. В течение 1 года – 4 лет семейной жизни развелось 25,5 % пар. Среди тех, кто прожили вместе 5–9 лет, доля разводов – 29,4 %. Эти данные наглядно показывают, как возрастает количество неполных семей за последние годы. В Беларуси практически каждая пятая семья с детьми – неполная (19,6 %).

Было проведено эмпирическое исследование на базе ГУО «Средняя школа № 24 города Гомеля». Выборочную совокупность составили 126 человек. Средний возраст испытуемых составил 15–16 лет. В исследовании участвовали 47 подростков из неполных семей и 79 – из полных семей.

Психодиагностический инструментарий:

– опросник «Потери и приобретения персональных ресурсов» (Тест ОППР) Н. Водопьянова, М. Штейн;

– опросник, определяющий склонность к развитию стресса (по Т.А. Немчину и Ф.У. Тейлору);

– методика «Оценка нервно-психического напряжения» (Т.А. Немчин).

В ходе проведения методики «Опросник Потери и приобретения персональных ресурсов (Н. Водопьянова, М. Штейн)» были получены результаты, представленные в таблице 1.

**Таблица 1 – Результаты исследования уровня ресурсности подростков из полных и неполных семей с помощью опросника «Потери и приобретения персональных ресурсов (Н. Водопьянова, М. Штейн)»**

Уровень ресурсности	Состав семьи	
	Полная	Неполная
Высокий	17,7 %	10,6 %
Средний	68,4 %	70,2 %
Низкий	13,9 %	19,2 %

Согласно данным, представленным в таблице 1, можно сказать, что наиболее высокий уровень ресурсности присущ подросткам из полных семей (17,7 %). У подростков с высоким уровнем больше сбалансированы жизненные разочарования и достижения. Также у личности наблюдается высокий адаптационный потенциал и меньше стрессовая уязвимость. Низкий уровень ресурсности свойственен детям из неполных семей и наблюдается у 19,2 % испытуемых. В то время, как у подростков из полной семьи низкий уровень присущ только 13,9 %. Подростки с низким уровнем больше подвержены стрессу и потере персональных ресурсов личности. Это может быть связано с тем, что в неполной семье подростку практически не уделяют внимания, поэтому на него влияют отрицательные примеры. Чаще всего в неполных семьях отсутствует одна сильная линия воспитания, что обычно рождает слабый характер. Выявленные различия позволяют сделать вывод, что подростки из неполных семей более чувствительны к потере и приобретению персональных ресурсов.

Далее необходимо было установить склонности подростков к развитию стресса, для чего использовалась методика «Опросник, определяющий склонность к развитию стресса (по Т. А. Немчину и Ф. У. Тейлору)». Анализ полученных результатов представлен в таблице 2.

**Таблица 2 – Результаты исследования по уровню «стрессоустойчивости» подростков из полных и неполных семей с помощью методики «Опросник, определяющий склонность к развитию стресса (по Т. А. Немчину и Ф. У. Тейлору)»**

Уровень стрессоустойчивости	Состав семьи	
	Полная	Неполная
Высокий	21,5 %	25,5 %
Средний	65,8 %	66 %
Низкий	12,7 %	8,5 %

Согласно данным, представленным в таблице 2, можно сказать, что наиболее высокий уровень «стрессоустойчивости» присущ подросткам из неполных семей (25,5 %). Это может быть связано с тем, что в неполной семье подростку приходится справляться со многими трудностями самостоятельно, не рассчитывая на помощь окружающих его людей и семьи. В то время, как детям из полной семьи приходится чуть легче, так как большинство из них получают мощную поддержку от своей семьи. У подростков из полной семьи высокий уровень стрессоустойчивости наблюдается только у 21,5 %. Выявленные различия позволяют сделать вывод, что подростки из полных семей более чувствительны к стрессу и стрессовым ситуациям.

Для измерения степени выраженности состояния нервно-психического напряжения у подростков из полных и неполных семей использовалась методика «Оценка нервно-психического напряжения (Т. А. Немчин)» в ходе анализа данных по которой, были получены результаты, представленные в таблице 3.

**Таблица 3 – Результаты исследования степени выраженности состояния нервно-психического напряжения у подростков из полных и неполных семей с помощью методики «Оценка нервно-психического напряжения (Т. А. Немчин)»**

Уровень стресса	Состав семьи	
	Полная	Неполная
Высокий	5 %	6,4 %
Средний	19 %	19,2 %
Низкий	76 %	74,4 %

Согласно данным, представленным в таблице 3, можно сделать вывод, что наиболее высокий уровень выраженности состояния нервно-психического напряжения присущ малому количеству испытуемых. У подростков из неполных семей высокий уровень был выявлен у 6,4 %, а из полной – у 5 %. Низкий уровень выраженности состояния нервно-психического напряжения наблюдается у 76 % подростков из полных семей. Это может быть связано с тем, что положение подростков в полной семье отличается. В неполной семье подростку практически не уделяют внимания, часто такие дети необщительны и скрытны. В неполных семьях подростки чаще сталкиваются с проявлениями неблагополучия, что может объяснить более высокий уровень стресса, чем у детей из полной семьи. Выявленные различия позволяют сделать вывод, что подростки из неполных семей более чувствительны к стрессу и стрессовым ситуациям.

Далее мы исследовали уровень ресурсности подростков из полных и неполных семей, которые находятся в состоянии стресса. Для этого была использована методика «Опросник Потери и приобретения персональных ресурсов (Н. Водопьянова, М. Штейн)». Полученные результаты представлены в таблице 4.

**Таблица 4 – Результаты исследования уровня ресурсности подростков из полных и неполных семей в стрессовой ситуации с помощью опросника «Потери и приобретения персональных ресурсов (Н. Водопьянова, М. Штейн)»**

Уровень ресурсности	Состав семьи	
	Полная	Неполная
Высокий	–	–
Средний	–	–
Низкий	100 %	100 %

Согласно данным, представленным в таблице 4, можно сказать, что у подростков, которые находятся в стрессовой ситуации низкий уровень ресурсности. Испытуемые с низким уровнем больше подвержены стрессу и потере персональных ресурсов личности. У таких подростков отсутствует стремление к постановке жизненных целей, а также мотивация на их реализацию.

Полученные теоретические и эмпирические данные могут использоваться педагогами и психологами в проведении психологической профилактики и просвещения по вопросам преодоления стресса и повышения психологического благополучия среди подростков, в том числе воспитывающихся в неполных семьях. А также при проведении индивидуального консультирования и в практике групповой работы с подростками из неполных семей.

#### **Список использованных источников**

1 Александрова, Л. А. О составляющих жизнестойкости личности как основе ее психологической безопасности в современном мире / Л. А. Александрова // Известия Таганрогского государственного радиотехнического университета. – 2005. – № 7. – С. 83–84.