

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**Психолого-педагогічний факультет**  
**Кафедра практичної психології**

«Допущено до захисту»

Завідувач кафедри

\_\_\_\_\_ Чаркіна О.А. .

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 р.

Реєстраційний № \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024р.

**ПОДОЛАННЯ КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ**  
**ПІДЛІТКІВ-ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ**

Кваліфікаційна робота студентки  
групи ЗППм-23-2  
ступеня вищої освіти магістр  
за спеціальністю 053 Психологія  
**Стародубець Наталі Дмитрівни**

Керівник канд.пед.наук, доцент  
кафедри практичної психології  
**Гапоненко Л.О.**

**Оцінка:**

Національна шкала \_\_\_\_\_

Шкала ECTS \_\_\_\_ Кількість балів \_\_\_\_

Голова ЕК \_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище, ініціали)

Члени ЕК \_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище, ініціали)

\_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище, ініціали)

\_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище, ініціали)

**Кривий Ріг – 2024**

## ЗМІСТ

Вступ	3
Розділ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	6
1.1. Теоретичний аналіз ідентичності та особливості кризи ідентичності в підлітковому віці.....	6
1.2. Феномен «рефлексія» та її різновиди в подоланні деструктивної кризи ідентичності підлітків.....	13
1.3. Технології психологічного супроводу в подоланні деструктивної підліткової кризи ідентичності у підлітків-переселенців.....	20
Висновки до першого розділу.....	27
Розділ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ ПІДЛІТКІВ-ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ .....	28
2.1. Організація та процедура проведення емпіричного дослідження .....	28
2.2. Методичне забезпечення емпіричного дослідження .....	30
2.3. Інтерпретація результатів констатувального дослідження...	33
Висновки до другого розділу .....	43
Розділ 3. ПСИХОКОРЕКЦІЯ З ПОДОЛАННЯ ДЕСТРУКТИВНОЇ КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ ПІДЛІТКІВ-ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ ....	43
3.1. Обґрунтування емпіричної програми тренінгу з подолання деструктивної кризи ідентичності підлітків-переселенців ...	44
3.2. Апробації емпіричної тренінгової програми для підлітків...	52
3.3. Кількісно-якісний аналіз повторного діагностування після проведеної формульовального експерименту.....	56
Висновки до третього розділу .....	60
ВИСНОВКИ .....	61
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ .....	63
ДОДАТКИ .....	69
Додаток А.....	69
Додаток Б .....	70
Додаток В .....	72
Додаток Д .....	76

## ВСТУП

**Актуальність проблеми.** Ефективність психосоціалізації особистості в умовах трансформації суспільства та кризи, які завдає війна, залежить від багатьох факторів, але найбільш вагомою є набуття власної тотожності усвідомленого розуміння свого «Я». З такої позиції Е.Еріксон представив концепцію ідентичності. Він визначив деструктивну кризу ідентичності за описом внутрішнього конфлікту з причин нездатності гармонійно подолати набуту «дитячу ідентичність» на ідентичність «Я-дорослий».

Вивчення ідентичності розпочато в психоаналізі з опису ідентифікації «як самого раннього емоційного зв'язку з іншою особою» З.Фройдом [43, с.449]. Е. Еріксон дослідив процесуальні особливості кризи ідентичності та визначив «доленосним початком» підліткову кризу ідентичності підлітка в житті людини. Подолання кризи підлітків розкриті в наукових працях О.А.Краєвої [26], О.О. Матвійчук О.О. та О.А. Краєвої [30], J.E. Marcia [48], J. Pfeifer & E.Berkman [49]. Проблеми кризи ідентичності підлітків в умовах війни досліджували М.М. Мельничук і М.М. Рева [31], M. Beldoch [47], M. Bogic, D. Ajdukovic, S. Bremner [50].

Соціальна ситуація війни в Україні створили складні умови долаття кризи ідентичності підлітка, які опинились в статусі «Внутрішньо переміщена особа» (ВПО). Ця проблема є важливою й не втрачає актуальність. Означені факти обумовили тему нашого дослідження «**Подолання кризи ідентичності підлітків-переселенців**».

**Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити чинники подолання кризи ідентичності підлітків-переселенців.

**Об'єкт дослідження:** криза ідентичності підлітка-переселенця.

**Предмет дослідження:** психологічні чинники подолання кризи ідентичності підлітків-переселенців.

**Завдання дослідження:**

- 1) здійснити аналіз понятійного апарату за теоріями ідентифікації,

- ідентичності, підліткової кризи та побудувати модель кризи ідентичності підлітків-переселенців;
- 2) розробити емпіричну програму дослідження з виміру структурних складових кризи ідентичності у підлітків-переселенців;
  - 3) за результатами діагностичного матеріалу розробити програму групової корекції з подолання деструктивної ідентичності у підлітків-переселенців;
  - 4) за результатами проведеного формульовального дослідження визначити результативність проведеного емпіричного дослідження.

#### **Методи дослідження:**

- *теоретичні* – аналіз, синтез, узагальнення систематизація дослідного матеріалу, узагальнення чинників структурування ідентичності підлітків, особливостей самооцінки й самосприйняття підлітком «Я-образ»;

- *емпіричні* – *констатувальний експеримент*: авторський опитувальник [40], 1) методика «Когнітивна орієнтація (локус контролю)» (Дж. Роттер) [37]; 2) тест «Рівень вираженості і спрямованості рефлексивності» (М. Грант) [12]; 3) методика «Хто Я?» (М.Кун і Т.МакПартленд) [28]; *формульовальний експеримент*: емпірична програма психологічного супроводу підлітка-переселенця з розвитку конструктивної ідентичності.

*статистичні методи* – описова статистика, визначення середніх значень, відсоткових співвідношень, коефіцієнт рангової кореляції r-Спірмена для виявлення кореляційних зв'язків між рівнем самоідентичності підлітка та конструктивною рефлексією, між екстернальним локусом контролю та конструктивною рефлексією, що обумовлюють показник кризи ідентичності підлітків-переселенців. Розрахунки здійснювались за допомогою комп'ютерного забезпечення Microsoft Office Excel 2010.

**База дослідження** проводилася в Гімназії № 17 міста Дрогобич Львівської області в 2023 – 2024 навчальному році. У дослідженні взяли участь 47 підлітків, це учні 8-х та 9-х класів віком 13-14 років: 24 особи -

підлітки, які мають статус «Внутрішньо переміщена особа» (13 дівчат і 11 хлопців) та 23 особи з 8-х та 9-х класів місцеві підлітки (12 дівчат і 11 хлопців). Додатково було проведено онлайн - опитування підлітків-переселенців (авторська розробка); інтерв'ю з батьками підлітків у телефонному режимі і з батьками підлітків для з'ясування адаптації підлітків, які переїхали із місць бойових дій в місця західної України (Івано-Франківська, Закарпатська і Львівська області). У пілотажному дослідженні прийняли участь 157 підлітків-переселенців.

**Практичне значення одержаних результатів** визначається: у виявленні чинників, які створюють бар'єри гармонійного проходження підліткової кризи у підлітків-переселенців; у розробці методу вивчення рівнів ідентичності підлітків; у розробці групової корекції з подолання деструктивної кризи ідентичності у підлітків-переселенців.

**Апробація результатів дослідження.** Результати проведеного дослідження представлені в статті *«Криза підліткової ідентичності за результатами емпіричного дослідження підлітків-переселенців»*, яка опублікована в Збірнику матеріалів круглого столу з міжнародною участю 19 березня 2024 р. «Соціально-психологічна робота: інновації, стратегії та можливості» Łomża – Kamieniec-Podolski, 2024. С. 218-222. DOI: <https://doi.org/10.58246/UGRQ3368>

**Структура і обсяг роботи:** Робота викладена на 62 с., складається зі вступу, трьох розділів, висновків та списку літератури, який налічує 55 джерел; вміщує 6 таблиць, 5 діаграм, 2 рисунки та 4 додатки. Загальний обсяг тексту 76 с.

## РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

### 1.1. Теоретичний аналіз ідентичності та особливості кризи ідентичності в підлітковому віці

Смислове навантаження терміну «ідентичність» науковці використовують згідно латинського «*identicus*», що в перекладі позначає «*тотожність*», «*однаковість*» (за В.Б.Шапар [46, с.169]). Щодо використання терміну «ідентичність» як поняття, тобто з описанням його ознак, то ми будемо розкривати їх ознак, згідно значення, яке розкриває автор обраної нами теорії.

Онтологію ідентичності вперше висвітлив У. Джеймс, який ввів поняття «*почуття особистої тотожності*» [13, с.214] для пояснення що це відчуття надається природою як певний механізм адаптації людини. Він пише: «установлено, що думки, існування яких пізнаються нами актуальними, не носяться в будь-якій пустоті, але кожна із них здається належать якомусь одному мислячому суб'єкту, а не іншому» (там же, с. 214).

Для розуміння онтології ідентичності, а говорячи термінологією У.Джеймса, «*почуття особистої тотожності*», слід звернутися до його тлумачення **свідомості**, яку він розглядав в двох «Я». Процитуємо:

А) «Я», як пізнаване, як «*моє*», як «Его», як його називають;

Б) «Я», як пізнаюче, або просто «я», або «чисте» «Его», за позначенням деяких письменників» [13, с. 185].

Механізми цих двох «Я» він пояснює так: в одних розумах ми вже є не такими як вчора, тобто «дійсність Его, «Я» є чимось іншим» [13, с. 215], але в «інших відношеннях я залишився тим же» (там же). І далі автор робить найважливіше, з нашої точки зору, відкриття з пояснення механізму ідентичності, яке здійснюється завдяки двох «Я». Наважимося їх визначити:

- 1) моє Я фіксує, що воно змінилось (був голодний, а тепер ситий), в той час як моє друге Я засвідчує, що залишився незмінним в обличчі, професії, ставлення до суспільства тощо;
- 2) «моє теперішнє «я» і моє колишнє «я» *безперервне*, тобто складає *продовження* один одному;
- 3) єдність двох «я» не слід розглядати як абсолютна єдність, в якому усунені всі різниці, «тотожність двох «я» є настільки, наскільки вони залишаються тими ж, але не більше  $\langle \rangle$  вони тотожні як род, але не більше  $\langle \rangle$ , родова тотожність має родові відмінності» [13, с. 215].

Інтерпретація цього матеріалу дозволяє нам визначити, що тотожність як феномен ідентичності «Я» природно, доленосно, є мисляче, самоаналізуюче (тобто рефлексивне), спрямоване на розуміння «хто є Я?». Тож феномен «ідентичність» є нерозривно з'єднаний рефлексією (*reflexio* – «повертаюся назад»). Логіка такого мислення дозволяє нам сформулювати тезу, що формування ідентичності досягається соціально сформованим психологічним механізмом рефлексії для адаптації соціального буття людини.

Розгляд ідентичності буде не повний, якщо не розглянути механізм **«ідентифікація»**.

Ідентифікація (від лат. *identificare* – ототожнювати) позначає «установлення схожості чого-небудь з чим-небудь» [46, с. 166]. Вперше це поняття вводить З.Фройдом: «Ідентифікація відома психоаналізу як саме ранній прояв емоціонального в'язку із іншою особою» [43, с. 10]. Цей феномен набув цільового дослідження в багатьох психологічних та соціальних дослідженнях.

У психоаналізі ідентифікація є один із методів пізнання символів психіки. З.Фройд пояснює важливу системоутворюючу функцію психіки – це *ідентифікація*, яку З.Фройд пояснює так: *самий ранній емоційний зв'язок з іншою особою*» [43, с. 14]. Справа в тому, що ця функція «абсолютно

позбавлена об'єктивного відношення до копіюючої особи» [43, с. 9]. «Вона відіграє певну роль у передісторії Едипового комплексу» [43, с. 10]. З. Фройд, як і У.Джеймс, оперує двома «я» і робить висновок, що раннє емоційне ототожнення головну роль у її подальшій соціалізації. «Ідентифікація від початку відрізняється амбівалентністю, в ній стикається ніжність і бажання усунути суперника» (там же), який проявляється у Едиповому комплексі.

З. Фройд пояснює утворення *неартистичної ідентифікації* як процес «самопроекування на Я втраченого сексуального об'єкта, коли відведене лібідо орієнтоване на Я, але при цьому людина поводить ся зі своїм Я як із залишеним об'єктом і направляє на Я амбівалентні імпульси, що включають, серед інших, агресивні компоненти» [43, с.169]. Він визначає *нарцистичну ідентифікацію* як «процес самопроекування на Я втраченого сексуального об'єкта, коли відведене лібідо орієнтоване на Я, але при цьому людина поводить ся зі своїм Я як із залишеним об'єктом і направляє на Я амбівалентні імпульси, що включають, серед інших, агресивні компоненти» (цитуються за В.Б. Шапар, [46, с.169-170]). Нарцистична (ще її називають егоїстична) ідентифікація «жорстко принижує власне «Я» [43, с.12]. Така ідентифікація запускає деструктивну кризу ідентичності. З.Фройд пояснює, що тільки «любов, як культурний фактор, діяла в смислі повороту від егоїзму до альтруїзму» та долає кризу [43, с. 448].

Позитивна ідентифікація в сучасній психології визначена головним механізмом здатності Я-суб'єкта до розпізнання власної ідентичності та свого саморозвитку. «При цьому між суб'єктом і відбиваним об'єктом установлюється певний емоційний зв'язок, сутністю якого є переживання своєї тотожності з об'єктом» [43, с. 168-169].

Послідовники теорій З.Фройда британський психоаналітик М.Кляйн, американський психолог в сфері психології розвитку, психоаналітик і соціолог Е. Еріксон розширюють ознаки поняття «ідентичність».



**Ідентичність** (від лат. *identicus*) – тотожність, однаковість, що позначає особистісне уявлення особи про власне «Я», про відчуття та переконання, включаючи смислові цінності, соціальні цінності, усвідомлення власної соціальної ролі, гендерну роль. Тобто, ідентичність це такий соціально-психологічний механізм, завдяки якому особа здатна адекватно оцінювати своє «Я», вирішувати свої задачі. Водночас, за умов деструктивної ідентичності, особа перебуває в амбівалентному стані нерішучості, сором'язливості, або ж акцентуації, асоціальної схильності.

Так, в дитячому психоаналізі М. Кляйн були визначені такі різновиди ідентичності: «проективна ідентичність», «захисна ідентичність». Вона пише: «У грі діти діють замість висловлюватися. Дії – які спочатку займають місце думок – пізніше замінюються словами, тому можна сказати, що «вираз себе самої в дії» є для дитини найважливішим взагалі» [24].

Звернемося до найбільш авторитетної теорії «Стадії психосоціального розвитку» Е. Еріксона, яка створена на ідеях ідентичності. Він розглядає ідентичність усвідомлене почуття з визначення своєї індивідуальності, неповторності, самобутності, яке ґрунтується на несвідомому прагненні безперервності власного досвіду, в солідаризації ідеалів соціального колу свого життя. Він пояснює, що гармонійна ідентичність забезпечує відчуття психофізіологічної цілісності, єдності минулого, теперішнього і майбутнього. Ідентичність, за його баченням, це психологічна самовизначеність регуляції, корекції для майбутнього. Показником ідентичності є адаптація в соціальному колі, в якому проживає особа.

Він розширив психоаналітичну теорію З.Фройда про ідентифікацію, розкриває особливості утворення ідентичності в залежності від соціальних умов взаємодії, але вже в системі соціальних відносин в процесі виховання, опис яких здійснює через введення нового поняття «*колективна ідентичність*» та «*групове психологічне поле*». В роботі «Ідентичність і цикл життя» Е. Еріксон [16] описав два протилежні один одному «*групових*

*психологічних полів*»: одне нормальною лінію соціалізації особи; друге аномальною лінію соціалізації особистості.

За умов перебування в одному із в цих полів дитина ідентифікує своє «Я» за схожістю членів цієї групи, проявляючи з ними солідарність. «Дорослішаючи, дитина повинна розвинути в собі живе відчуття реальності, отримуючи підтвердження того, що її індивідуальний шлях в отриманні досвіду (його еґо-синтез) є успішним варіантом колективної ідентичності і відповідає її просторово-часовому та життєвому плану» [16, с. 4].

Е. Еріксон доповнює ознаки успішної ідентичності «Я» – це здатність до самостійності (вміння самоконтролювати свою поведінку), яке набувається протягом навчання дитини «вмінням ходити». Наслідки деструктивної ідентичності він позначає поняттям «*нарцистична ідентичність*», або поняттям «*Еґо-ідентичність*» про яку він пише: «Я би визначив цей термін як суб'єктивний досвід і як динамічний факт, як колективний психологічний феномен – і в сукупності як об'єкт клінічного вивчення» (там же с.4). Радикально відміно від Еґо-ідентичності він виділяє в понятті «особистісна ідентичність», яка знаходиться в «безпосередньому сприйнятті власної особистості та її безперервності у часі» [16, с. 5].

*Криза ідентичності*. Цінність теорії «Стадії психосоціального розвитку» полягають в тому, що він охопив усі етапи життя людини за 8-ми стадіями, кожна з яких завершується **кризою**, яка є або позитивною і тоді відбувається перехід на наступну стадію для успішного подальшого розвитку, або негативною, в наслідок чого особа психологічно «застрягає» на цій стадії і не здатна перейти на наступну.

Е. Еріксон вбачає таку «зупинку», тобто кризу ідентичності у втраті сенсу життя. Він пише: «Вибір негативної ідентичності – це втрата почуття ідентичності часто виявляється у зневажливій та у снобістській жорстокості по відношенню до ролей, запропонованих як бажані для будь-якої сім'ї та найближчого оточення. Будь-який аспект ролі чи всі вони – чи то

маскулінність чи фемінінність, національність чи класова приналежність – можуть потрапити до центру юнацької зневаги» [16, с. 181].

Послідовник цих ідей німецький соціолог, соціальний психолог, психоаналітик Е. Фромм розвиває теорію екзистенційних потреб. Для опису цієї теорії він використовує поняття «ідентичність» та «криза ідентичності». Він тлумачить ідентичність не як «мати», а як «бути». Тобто, «я» не маю таку ідентичність, а «я» – це відчуття бути в цій ідентичності», які він висвітлює в роботі «Втеча від свободи. Людина собі» [44]. Криза ідентичності Е. Фромм визначав у копіюванні чужої поведінки, в прояві конформізму, що стають бар'єрами досягти почуття власної ідентичності, тобто втрачається відчуття свободи, формування соціальних цінностей, збереження здоров'я.

### ***Підліткова криза ідентичності***

Підлітковий вік характеризується суттєвими змінами в усіх сферах свого буття – це фізіологічному, психологічному, соціальному. На цьому етапі життєдіяльності відбувається перехід від дитячих цінностей до дорослих, які супроводжуються інтелектуальним зростанням, удосконаленням фізичного тіла, потягу до створеного підлітком певної моделі «Я-образ». Водночас цей процес протікає нерівномірно, інтенсивно з протиріччями. Відбуваються новоутвореннями: «почуття дорослості; розвиток самосвідомості, формування ідеалу особистості; схильність до рефлексії; інтерес до протилежної статі статевого дозрівання; підвищена збудливість, часта зміна настрою; особливий розвиток вольових якостей; потреба в самоствердженні та самовдосконаленні» ([39]).

І. С. Булах, А.О. Лук'янов констатують, що «підліток сенситивний до свого духовного зростання, а тому він починає інтенсивно просуватися в розвитку всіх ланок самосвідомості. Самосвідомість у цьому віці вже включає в себе всі компоненти самосвідомості дорослої людини» [2, с. 154]

Потяг до дорослого життя й конфронтація з батьківською безпекою сприяють більш швидкому дозріванню рефлексивної свідомості. Підліток

сенситивний до свого духовного зростання, що сприяє дозріванню компонентів свідомості, серед яких рефлексія Я ключовою.

О.А. Краєва надає характеристика підліткової кризи в трансформаційній невизначеності, що є важливим для нашого дослідження, бо стан війни для підлітка негативно впливає на несформовану структуру осіб підліткового віку. Вона відмічає, що саме переживання невизначеності «заглиблює проходження етапу кризи ідентичності та нівелює деякі можливі надбання» [26, с. 84]. Це відбувається тому, акцентує авторка, що «Криза ідентичності є втратою власне попередньо набутої цілісної форми (умовно назвемо її дитячою ідентичністю), яка дезорієнтує підлітка та призводить до системних пошуків нових складових «Я-концепції», за умови узгодження їх із ідентифікаційною матрицею особи» [26, с. 85]

У дисертаційному дослідженні М.В. Єгупова ідентичність «є динамічною системою, котра розвивається нелінійно протягом усього життя людини і має складну ієрархічну структуру. Вона постає когнітивною системою, котра має дві підсистеми: особистісну та соціальну. Динаміка ідентичності людини – це процес безперервної діалектичної взаємодії особистісної та соціальної ідентичності» [17, с. 9].

Г.В. Дьяконов показником успішного подолання кризи ідентичності вбачає в набутті вмінь здійснювати діалогічне спілкування. «Ми розуміємо діалог не лише як феномен мовного спілкування або комунікативної взаємодії, а як цілісно-поліфонічного, духовно-онтологічного, гуманітарно-культурного, інтерсуб'єктно-сміслового феномену», сутність і існування якого відкриває людині поєднання з багатомірним світом [14, с.8]

О.А. Краєва *аномальну кризу ідентичності* визначає терміном «**деструктивна**» та надає їй таку характеристику: визначається зниження адекватної самооцінки та усвідомленням реальної ситуації; відбуваються «загострення суперечностей між «Я-реальним» т «Я-ідеальним»[27, с. 87-88].

Криза ідентичності підлітків визначається проявом психологічного

інфантилізму. Л.О.Гапоненко та Ю.В. Закордонець визначають характеристики – «егоцентризм як несвідомий потяг до втраченого лібідо; квазірефлексія як домінуюча негативна рефлексія; зовнішній локус контролю як уникнення від відповідальності; емоційна спонтанність, ігровий стиль вирішення складних ситуацій як неусвідомлений потяг забезпечити себе в центрі уваги (егоцентризм). В наслідок цих властивостей підліток втрачає смисли власної соціальної значимості, звужує рольовий репертуар, без якого не можлива успішна самореалізація» [9, с. 495]. Про єдність рефлексії як внутрішньої диспозиції та її прояву у рольовій позиції визначено в роботі Л.О.Гапоненко, О.А. Чаркіної [10, с. 23].

Підсумуємо ознаки кризи ідентичності підлітків:

*по-перше*, криза ідентичності підлітка є «доленосним початком» і «крапкою нестійкості (біфуркації)», від якої подальше залежить подальша ідентичність особистості, або вона буде конструктивною, успішно пройденою, або, навпаки, деструктивною із подальшими заглибленнями у внутрішні конфлікти; *по-друге*, рефлексія та ідентичність природно пов'язані один з одним. За умов конструктивної рефлексії ідентичності підліток гармонійно долає кризу ідентичності; *втретє*, конструктивна криза ідентичності переборюється завдяки оволодінню конструктивної рефлексії, завдяки чому відчуженість між «Я» і «Ми» і набуває екзистенціального відчуття своєї неповторності, за формулою «Я - Ми» і «Ми - Вони», «Я – це Я, а Вони – це Вони».

Так як рефлексія є головним механізмом подолання деструктивної кризи ідентичності підлітків, більш детального її проаналізуємо.

## **1.2. Феномен «рефлексія» та її різновиди в подоланні деструктивної кризи ідентичності підлітків**

Рефлексія походить від латинського reflexio – відображення. В.Б. Шапар надає таке позначення цьому терміну. «1. Міркування, сповнене сумнівів,

протирич. Аналіз власного психічного стану. 2. Як механізм взаєморозуміння – осмислення суб'єктом того, якими засобами і чому він справив те або інше враження на партнера зі спілкування» [46, с. 427]. У своїй більшості рефлексію використовують у позначені «повертаюся назад», «встати над ситуацією», «споглядати її з боку», «розглянути іншого з позиції внутрішніх переживань», «пізнати іншого із зовні».

Науковий інтерес до унікального феномену «рефлексія» відстежується друге тисячоліття. За одними джерелами автори позначають, що вперше звернення до рефлексії здійснив Платон, які він представив у «Федрі». Він подає ідею про існування двох здібностей людини до діалектичного роздуму: «охоплювати все загальним поглядом, зводити до єдиної ідеї те, що всюди розрізнено»; «розділяти все на види, на природні складові» [33, с. 176].

Інші автори першість надають Аристотелю, який запропонував термін для цього феномену – *«особлива риса божественного розуму»*. Він пояснює, що здатність розуму полягає у вмінні «мислити про мислення». Згідно його ідеї, цей феномен наділяє людину здатністю: 1) мислено створити предмет; 2) відобразити його у свідомості; 3) пізнавати властивості цього уявленого предмету. (цитується за А. Левкіним [29, с. 39 ]).

Якщо здійснити інтерпретацію вище означеного матеріалу сучасними теоретичними знаннями з психології, то слід визначити тезу: Аристотель вбачав рефлексію складовою творчості, яке визначається здатністю до абстрактного мислення, створенню оригінального предмету не копією.

В інших джерелах першість надають Дж. Локку, який описує цей феномен здатністю людини мати «внутрішній досвід» (цитується за Є.П.Петровим [34]). Здійснимо інтерпретацію ідеї Дж. Локка про феномен «рефлексії». По-суті він висловлює психологічний опис особливої властивості людини – це здатність до *спостереження*, яке управляється розумом за метою щодо здійснення певної діяльності. Тож, рефлексія виникає за інтересом, бажанням, потягом, тобто **мотивом** визначити спосіб

спостереження; виконання та обрати засобів отриманого результату та здійснення в практику.

Найбільш видатним досягненням Дж. Локка є положення про рефлексію як здатність яка не є вродженою. Він висунув принципи: 1) з народження наш розум є «чистою дошкою», тому в ньому не існують ні ідеї, ні принципи; 2) розум не може створити ні нові ідеї, ні позбавитись їх; 3) джерелом розуму як знань є **досвід**.

Прийнято вважати, що рефлексія є здатністю мислити, самоусвідомлювати власні відчуття, думки, вчинки, поведінку тощо. Без рефлексії не відбувається узагальнення знань, удосконалення різноманітних видів діяльності, розвитку емоційного інтелекту.

Дослідження сутності рефлексії полягає у виявленні її різноманітності «осмислювати свої думки». В цьому аспекті рефлексію досліджують як психологічний механізм. «Принципово новою рефлексією, – відмічає О.В. Акімова, – вважають концептуально-поліфонічна модель» [1, с. 80]. Ця модель відображає складну мисленнєву роботу єдності свідомого й несвідомого в структуруванні постановки задач та її вирішення. Свідоме відповідає за логіку, а несвідоме за інсайт, доповнюючи одна одну. Якщо проаналізувати таку рефлексію в динамічному плані, то вона узгоджується гармонічністю «багатоголосся».

У сучасних науково-психологічних дослідженнях прояви рефлексії спостерігаються на межі свідомого, несвідомого та внутрішнього мовлення. [6, с. 11]. У загальному колі напрямів дослідження рефлексії є багато визначень. Л.О.Гапоненко розглядає різні види рефлексії за п'ятьма напрямками: 1) «визначення ролі рефлексії у самоактуалізації особистості; 2) дослідження рефлексії як психотехнічного інструментарію; 3) використання рефлексивного внутрішнього діалогу як лінгвістичного тезаурусі людини; 5) пізнання рефлексії через призму особливостей нейрофізіологічної основи» [7, с.11]

Водночас, рефлексія як мисленнєвий процес безпосередньо пов'язаний із направленістю особистості, її психічним станом. Тож виділяють рефлексію в неусвідомленому та усвідомленому стані. В першому варіанті, тобто в неусвідомленому, особа керується причинами звертатися до роздумів, які походять від емоційних вражень та як наслідків у переживаннях без врахування ситуації, динаміки її розгортання. До цієї категорії рефлексії відносять: 1) інтроспективну рефлексію (думка-жуйка), яка виснажує психічну енергію людини; 2) квазірефлексію (егоцентрично спрямована на збереження лібідозної енергії) [5],[6].

До усвідомленої рефлексії відносять системну (тобто «хорошу», «гармонійну» та інші подібні назви) рефлексію, яка за визначенням Х.Хекхаузена усвідомлено супроводжує «зворотній зв'язок» з тим що було «до і під час дії оцінювання наміченої цілі з точки перспектив успіху, почуттям відповідальності за можливі результати» [45, с. 13].

Про існування системної рефлексії в залежності від спрямованості особистості здійснено цільові дослідження. Так в дослідженні С. Мамедова та Х. Шмідт визначені різновиди рефлексивні міркування, які впливають на продуктивність медичної діагностики. Вони дійшли до висновку: системне рефлексивне міркування є потужним інструментом для зменшення діагностичних помилок [53].

Якщо Я має егоцентричну спрямованість, то згідно Є.В. Гейко, «егоцентризм з пізнавальної позиції трансформується в особистісну властивість, яка проявляється як детермінанта мисленнєвої діяльності, що характеризується зосередженням на власному «я», фіксованістю на обраних технологіях рішення, репродуктивною мисленнєвою позицією» [11, с. 13].

Продовжуючи цю ідею Л.О.Гапоненко і О.А.Чаркіна пишуть: «Стратегія такого мислення як властивості особистості дає нам підставу про визначення поняття *«деструктивна рефлексія»*, дієвість якої проявляється в *«деструктивних ролях»* [10, с.25]. Далі вони посилаються на ідеї



символічного інтеракціонізму: «Дж.Мід і Дж.Блумер подають ідею про динамічну природу гнучкої особистості, якій властиво «вести діалог із собою» в контексті оцінювання ситуації. Такий вид рефлексії подалі ми визначаємо поняттям «*конструктивна рефлексія*», а обумовлені нею ролі подалі використовуємо поняття «*конструктивна роль*» [10, с.26 ].

Як бачимо з короткого опису рефлексія має широкий діапазон наукового й практичного використання. Цей психологічний механізм є обов'язковим компонентом у психокорекційній, психотерапевтичній, організаційній психології. Більш того, рефлексія є складовою (про що вказано в 1.1.) ідентичності. Будь-яка рефлексія торкається питання «відповідності чи невідповідності «я» до себе». За умов невідповідності відбувається криза механізмів ідентифікації, і як наслідок, ідентичності. За умов деструктивної рефлексії відбувається деструктивна ідентичність, тобто та ідентичність яка є зтяжна. Такий стан вивчають ще й як внутрішній конфлікт між двома «Я» (більш детальний аналіз у 1.1. за У. Джеймсом).

*Про рефлексію, її утворення у підлітків 13-14 років.* Т.В. Комар охоплює не тільки чутливу основу особистості, але й її мислення щодо оцінювання нормативності / не відповідності нормам конкретних вчинків та поведінки. Такий вид рефлексії розширює усвідомленого сприймання нової інформації. Він визначає три види рефлексії у підлітків:

1) розвинений вид рефлексії визначається у тих підлітків, які мають високий рівень соціалізації, проявляють відповідальність й ставлять соціально значиму мету;

2) фіксований вид рефлексії визначається потребою частково зовнішнього контролю, не достатньо сформованими соціальними цінностями;

3) занижений вид рефлексії характеризується на осмислені того, що було в минулому, в теперішньому та у перспективі, але всі ці аналізи не «здатні»

об'єднатися як цілісне нерозривне, тому супроводжується сильним емоційним напруженням [25].

У дисертаційній роботі Булах І.С. розкриває рефлексивні властивості підлітка, який набуває здатності, завдяки яким уможлиблюється усвідомлення й саморегуляція своєї відповідальності, вольове управління поведінкою. Проявляються нові інтереси до свого фізичного, психологічного та соціального Я. Він пише, що особистісна рефлексія пробуджує осмислення й критичне ставлення до себе, рольової самовизначеності, прагненням переосмислити соціальні норми й створити суб'єктивну (автономну) мораль. Визначається підвищена «вимогливість до однолітків і до себе у дотримуванні слова, обіцянок та виконанні обов'язків; усвідомленням власної наступності як здатності схоплювати реальне (взаємини, поведінку) та потенційне (ідеальне, належне)»[3, с.41].

У підлітків, які перебувають у внутрішньому конфлікті (кризи ідентичності підлітка), визначається *деструктивна рефлексія*, яка за Е.Еріксоном неспроможна подолати внутрішній «(як амбівалентність зовні), що викликає специфічно людську тривожність» [15, 234]. За умов *конструктивної рефлексії* відбувається операціоналізація мисленнєвої діяльності за позицією «Спостерігач» всього того, що відбувається навколо і того, що відбувається у внутрішньому світі мого «Я». О.А. Краєва пише: «Розвиток рефлексивної свідомості обумовлений становленням, зміною форм самосвідомості, причому становлення рефлексії в онтогенезі визначається рівнем розвитку мисленнєвої діяльності індивіда» [26, с. 55].

Розвиток рефлексивної свідомості обумовлений становленням зміною форм самосвідомості, причому становлення рефлексії в онтогенезі визначається рівнем розвитку мисленнєвої діяльності індивіда та тими мотиваціями, які спонукають до удосконалення підлітка як особистості.

Е. Еріксон досліджує етапи становлення ідентичності визначає, що на кожному етапі визначаються два протилежні саморефлексування, яке

«пробуджується» тоді, коли в людини відбувається конкретні події (зміна образу життя, криза, травматичні переживання тощо). У «Соціальному нарисі: від індивідуальної сплутаності до соціального порядку» він розкриває симптоми гострої сплутаності ідентичності за двома феноменами: «зримо відокремленими один від одного: дитинство індивіда та історія культури» [15, с.189]. Використовуючи аналіз кризи ідентичності як індивідуальної сплутаності засобом рефлексії, він пише: «Серед інгредієнтів сплутаної ідентичності ми виділяли також свідомість ідентичності, позначаючи цим особливу форму болючої самосвідомості, що фіксує протиріччя між самооцінкою, чином "я" автономної особистості та "самого себе" в очах оточуючих. Тотальне руйнування самооцінки у наших пацієнтів різко контрастує з нарцисичною та снобістською зневагою до думки інших. Ми знову бачимо супутні сенситивності підлітків феномени, які є альтернативою викликаючому безсоромності перед критикою» [15, с.191].

За епігенетичним підходом два різновиди рефлексії представлені в трьох рефлексивних процесів у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

### Характеристика конструктивної і деструктивної рефлексії

<i>Конструктивна рефлексія в успішному подоланні кризи ідентичності підлітка</i>	<i>Деструктивна рефлексія «застрагання» в кризі ідентичності</i>
<p>1. Складності життя в умовах війни визначаються турботою про інших, потягом до навчальної й трудової діяльності, почуття сприяти й підтримувати українських захисників.</p> <p>2. Допитливість, цільова діяльність, жвавість у комунікації, оптимістична спрямованість у вирішенні складних завдань, усвідомлене сприймання соціальних цінностей як системи координат власних соціальних цінностей.</p> <p>3. Гнучкість мислення за відповідністю позицій з врахуванням ситуації, визначеність життєвого шляху, оперування часовим виміром як</p>	<p>1. Відчуття неповноцінності, ухилення від навчання та праці, уникнення від складних завдань та конкуренції з іншими, млявість, пригнічений стан й незадоволення.</p> <p>2. Гостре почуття власної нездатності інтегрувати у нові соціальні умови життя, відчуття дискомфорту, загострення відношень в нових комунікаціях або повна залежність від однієї особи без врахування власних інтересів.</p> <p>3. Впертість, перевага репродуктивного мислення, слабка визначеність соціальних ролей, потяг до конформізму, роздільність між</p>

цілісної системи між «минулим», «теперішнім», «майбутнім».	«минулим», «майбутнім».	«теперішнім»,
--	-------------------------	---------------

Е.Еріксон визначає прояви викривленої свободи, які виявляються у тенденції або до певної одноманітності, або до соціальної уніформи, або до певної відмінному вигляді. Це позначає недостатню впевненість та бажання замаскуватися за «груповою» впевненістю («стиляги», «бітники»). Також засудженням з їхнього боку одноліток, жорстокістю групи, перебування себе в стані аутсайдерів тощо.

На його думку, без самоусвідомлення не може відбутися перехід на наступний етап соціалізації особистості як зрілої ідентичності. Та навпаки, за відсутністю системної рефлексії, відбувається «рольова плутанина». Підліток втрачає здатність дізнатися, ким він є насправді.

Таким чином, конструктивна рефлексія є основою соціалізації особистості підлітка, механізмом подолання деструктивної кризи ідентичності та умовою успішного переходу на наступну стадію – це юнацький етап розвитку психіки.

У підлітків конструктивна рефлексія стає таким механізмом, який сприяє суб'єктне усвідомлення між минулим, теперішнім і майбутнім як нерозривний зв'язок свого екзистенціального існування.

### **1.3. Технології психологічного супроводу в подоланні деструктивної підліткової кризи ідентичності у підлітків-переселенців**

Етимологія поняття «супровід» позначає сприяння допомозі подолання труднощів, які надає одна особа іншій. Науковий термін «психологічний супровід» позначає спеціально організовану роботу психолога для надання підтримки, консультації, психокорекції для стабілізації психічного стану, опанування вміннями самопомоги в подоланні гострої стресової реакції [36]. Аналіз негативного впливу на психіку підлітка, надання їм психологічної допомоги та психологічного супроводу в своїй більшості

представлені в зарубіжній психології (Bogic M., Ajdukovic D., Bremner S. [50], Kristal-Andersson B [51], Miller K.E. & Rasmussen A. [52], [54], Mollica R.F., Poole C., Son L. [55] та інші).

Н.В. Слободяник психологічний супровід визначає так: «Супровід у психолого-педагогічному сенсі найчастіше сприймається як метод, що забезпечує створення умов прийняття суб'єктом оптимальних рішень на різних ситуаціях життєвого вибору. Супровід – це взаємодія супроводжуючого і супроводжуваного» [39, с.33].

М. Белдоч (M. Beldoch) в дослідженні чутливості до вираження емоційного значення визначає психологічний супровід цільовою, системно-організуючою діяльністю, яка складається з діагностичних, психолого-просвітницьких, розвивально-корекційних заходів [47].

Психологічний супровід для підліткового віку, які стали внутрішньо переміщеними особами, є надзвичайно важливим і своєчасним. Їх психіка опинилась в ситуації прийняття нового соціального статусу: «внутрішні переселенці» або «підлітки-переселенці». Тож для визначення технології та заходів надання психологічної допомоги таким підліткам, перейдемо до опису їх психічного та психологічного стану.

За аналізом тематичної літератури, ми змогли визначити, що такий вид психологічної роботи психолога з підліткам в подоланні їх життєвих труднощів майже не здійснювався з причин практичного запиту. Проте, з початком повномасштабної війни 24 лютого 2022 року проблема психологічного супроводу підлітків набула наукової та практичної значимості. Війна внесла свої корективи, які завдали зміни «дизайну життя підлітка» – обмежене коло комунікації з однолітками (навчання в онлайн), значна кількість перебування в бомбосховищах.

*Емотиви як показники емоційної складової за лінгвістичним аналізом мовленнєвого тезаурусу підлітків-переселенців.* М.Жовнір тлумачить категорію «емотиви» як таку, що «містить усі можливі засоби

вираження емоцій (назви емоцій і групи слів, у значенні яких емоціональність присутня як конотація або вона набувається в контексті) <...> «та співвідносна лише з експресивною емотивною лексикою, тобто слова, які є носіями інформації про «емоційне ставлення мовця до реальності» [18, с. 99].

Лінгвістичний зв'язок мовлення з емоційним станом є доведеним фактом (С.А. Віротченко [4], М.П. Степанюк [41], Г.М. Удовіченко, Г.А. Самойленко [42]). Психологи й лінгвісти визначають слово носієм й засобом для вираження одних і тих же емоцій. Г.М. Удовіченко, Г.А. Самойленко пояснюють так: слово, яке насичене позитивним семантичним значенням, здатне формувати позитивні емоції, сприяє розширенню кровоносних судин, підвищує інтенсивність енергетичного обміну, розумову та фізичну працездатність. Далі авторки уточнюють: «Негативні емоції протилежні позитивним. Вони виникають, коли людина, наприклад, потрапляє в небезпечну ситуацію, відчуває загрозу життю, здоров'ю, стосункам, своїм планам чи правам. Сильні тривалі негативні емоції можуть гальмувати діяльність людини, перешкоджати її розвитку та самореалізації. До негативних емоцій належать гнів, смуток, огида, образа, відчай, тривога» [42, с. 154].

У тезаурусі мови підлітків з'явилися нові терміни, які пов'язані з емоціями втрати, страху, тривожності, агресії: «насильство», «бледіна» (неологізм, позначає російські ракетні атаки), «байрактар» (турецький безпілотний літальний апарат), «віра в ЗСУ», «волонтерство», «втрата», «загибель батьків, родичів, сусідів» «герої», «горе», «гнів», «геноцид», «тандж» (вада, недолік російської армії знищити Україну), «денацифікація» (брехлива російська пропаганда по зачищенню нацистів), «прильоти» (ракетні удари) та багато-багато інших.

Слово «смерть» набуло нового смислового значення, яке пов'язане з відчуттям загрози, неминучої катастрофи. Слово «свобода», «перемога» теж

набули нового смислового значення для підлітка – це віра в життя, перемогу в боротьбі з ворогом.

### ***Синдром Улісса як психологічна травма для підлітків-переселенців.***

Визначення складових психологічного супроводу передбачає врахування стану психіки та наслідків травматизації, які отримують біженці. О.М. Кокурн, Л. Бахмутова визначають цей статус так: «*Біженство* – це складне соціально-психологічне явище, яке пов'язане з пошуком притулку або захистом людей від біди. Війна, етнічне, племінне та релігійне насильство стають основними причинами цього явища» [22, с.49].

Переважаючими психологічними порушеннями біженців є «Синдром Улісса», як поняття було введено Achotegui у 2002 році. Раніше такий стан називали ностальгією, який розкривав особливості «хронічного і множинного стресу, наростаючої тривоги, відчуття безпорадності, прояву повторюваних депресивних станів, фрустрації через екстремальні стресори» [32, с.51].

Основними характеристиками цього синдрому є:

*Вимушена самотність*, що виникає в наслідок розлучення з рідним краєм, однолітками. Цей стан унеможлиблює вдале подолання деструктивної кризи ідентичності підлітка.

*Невиправдані очікування* визначаються із розбіжністю уявленого благополуччя «кращого місця проживання» та тією реальністю, в якій опинилися підлітки-переселенці.

*Відчуття небезпеки* виникає за умов, коли у підлітків є *стан тривожності*, який відрізняється від тривоги. В психоаналітичних теоріях доведено, що криза ідентичності залежить від попереднього досвіду соціалізації особи в дитячому віці. З такої позиції виходять Л.О.Гапоненко та О.В. Мовчан у дослідженні різниці між тривожністю та тривожним станом позначають нездатність подолати кризу ідентичності, який проявляється стійкістю (місяць, півроку й більше) довготривалого хвилювання,

занепокоєнням неминучої біди, уникнення від навчання / праці, комунікації, які не піддається рефлексії ідентичності свого «Я» та фіксуються у розмитих уявленнях про «минуле-теперішнє-майбутнє», в неусвідомленого свого «Я-фізичного», «Я-соціального», «Я-психічного», внаслідок чого внутрішній світ дитини деформується внутрішніми конфліктами»[8, с.1].

**Вплив психологічного стресу батьків на утворення психологічного стресу підлітків-переселенців.** «Психологічний (емоційний) стрес – це той різновид континууму стресових станів, які можна віднести до сфери позитивних та негативних почуттів і емоцій» [35, с.78]. Психологічна травматизація різних верст населення з перших днів війни визначилась тривогою за життя різних верст населення. Надана державою можливість вивезти дітей в більш безпечне місце охопила величезну кількість бажаючих використати цю можливість. Тривога, хвилювання перед невизначеним майбутнім в процесі евакуації виявилась і в комунікації з дітьми. Серед дорослих не завжди були відповідні пояснення дітям та підліткам подальшого маршруту, а обмежувались вказівками, що треба їм зробити в конкретний момент: «Візьми валізу», «Слідкуй за сестрою (братом)», «Візьми свої підручники» тощо. Стати біженцем – це складне випробування для психіки. Визначається проявом ускладнень повсякденних справ.

В умовах війни переселення, втрата дому для таких підлітків визначається, за дослідженнями Крісті Сантанджело, двома типами [19, с. 6] (рис.3.1.)

1-й тип	2-й тип
<p><b>Раптова травма:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• тривожні розлади;</li> <li>• посттравматичний стресовий розлад;</li> <li>• депресія;</li> <li>• чутливість до зовнішнього світу</li> </ul>	<p><b>Тривалий вплив несприятливих подій</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• призводить до дисфункціональних механізмів подолання;</li> <li>• погіршення здоров'я;</li> <li>• розлади поведінки</li> </ul>

Рис.3.1. Два види травм підлітків під час війни за К. Сантанджело



Отже, для підлітків війна є вразливою щодо нормального проходження кризи підліткової ідентичності, яка за Дж.Марсія має свою травму «індивідуальної історії». Під час війни фіксуються зростання випадків невротичної виснаженої слабкості, замкнутості або підвищеної активності асоціального характеру. Такі підлітки відсторонюються від одноліток, заглиблюючи себе у віртуальний світ, втрачаючи здатність до партнерського діалогічного спілкування.

Згідно досліджень Л.М. Карамушки та Т. Карамушки психічне здоров'я вимушених «внутрішніх» переселенців фіксується за такими критеріями: 1) «здатність справлятися зі стресами в умовах війни; 2) здатність налагоджувати стосунки з людьми в умовах війни; 3) здатність ефективно працювати на допомогу своїй організації, громаді та суспільству в умовах війни; 4) здатність реалізувати свої здібності в умовах війни» [23, с. 51]. У інших дослідженнях ще визначають показник активності особистості, здатності до рефлексивної саморегуляції в складних умовах на новому місці проживання (С.Д. Максименко, Л.М. Карамушка, Н.В. Чепелева, О.М. Кокун [22]).

Протягом війни в Україні вітчизняні психологи внесли суттєвий вклад в розробку психологічного супроводу й психологічної підтримки різним верстам населення України. (В.Л.Злишков і С.Лукомська [21], С.Д. Максименко, Л.М. Карамушка, Н.В. Чепелева, О. М. Кокун, Л. М. Бахмутова, Т. В. Кружева [22] та інші).

Отже, означені напрями психологічного супроводу будуть сприяти впоратися підлітку з деструктивною ідентифікацією за умов, якщо він оволодіє здатністю: 1) «торкатися» кризових аспектів дисбалансу між «минулим», «теперішнім» і «майбутнім»; 2) «занурюватися» у деструктивні рольові позиції «ворожості», «уникнення», «зверхності»; 3) «перейнятися» екзистенціальними потребами любові та турботи за іншими, творчого потягу долати труднощі, прагненням до єдності із навколишнім світом,

формуванням соціально значимих цінностей. Узагальнення теоретичного матеріалу дозволяє продовжити логіку психологічного супроводу за теоретичною моделлю з подолання деструктивної кризи ідентичності у підлітків (рисунок 1.2).

Напрями психологічного супроводу	Психологічний механізм конструктивної рефлексії	Ідентифікація конструктивної ідентичності
Діагностичний напрямок	Визначення внутрішнього конфлікту за «Я-образ» соціалізації	Виміру ідентифікаційних цінностей та ідентичної матриці
Психокорекційний напрямок	Вправи з подолання амбівалентності; з відродження екзистенціальних почуттів та потреб; з соціально орієнтованими рольовими позиціями	Вправи з розпізнання «Я-реальне», «Я-ідеальне»; Самоствердження свого «Я» в гармонійному єднанні з іншими й світом; з
Психологічна просвіта батьків та вчителів	З рефлексії трансформаційних процесів, із створення рефлексивного середовища для розвитку діалогічного спілкування	З сприйняттям індивідуальних особливостей підлітків, із розвитку творчої спрямованості в подоланні шкільних та сімейних труднощів

*Рисунок 1.2. Модель технологій психологічного супроводу з подолання деструктивної ідентичності у підлітків 13-14 років*

Узагальнюючи цей матеріал визначимо основні напрямки психологічного супроводу.

1. *Діагностика психічного стану підлітка-переселенця* для отримання психологічної інформації про їх індивідуально-психологічні особливості, аналізу бар'єрів успішного подолання кризи ідентичності, розуміння динаміки їх особистісного розвитку соціальної зрілості, надання своєчасної психологічної допомоги, їхнім підліткам та їх батькам, вчителів.

2. *Консультування* як особливий вид психологічного супроводу підлітків, їх батьків і вчителів. Цільове призначення цього виду роботи визначається за запитом і спрямоване на допомогу з визначення методів подолання посттравматичного стресу, професійної орієнтації, розвитку особистості підлітка, консультування батьків та вчителів щодо впровадження діалогічного спілкування з підлітками.

3. *Розвивальна та корекційна робота* з психологічного супроводу для тих підлітків, в яких за показниками діагностування виявлені суттєві психологічні відхилення в подоланні деструктивної кризи ідентичності підлітка.

4. *Психологічне просвітництво* – підвищення психологічної компетентності педагогів та батьків.

Таким чином, представлена модель потребує емпіричного доведення в подоланні деструктивної кризи ідентичності підлітків.

### **Висновки до першого розділу**

Описаний об'єкт дослідження – це *криза ідентичності підлітка*, та предмет дослідження – це рефлексія в подоланні деструктивної кризи ідентичності підлітка. Визначена теоретична модель єдності рефлексії та ідентичності як двох фундаментальних механізмів психосоціалізації особистості. Розглянуті психологічні механізми ідентифікації за ознаками ідентифікації як «самого раннього емоційного зв'язку з іншою особою» [43], яка впливає на стратегію конструктивної чи деструктивної ідентичності. За аналізом теорій з ідентичності та рефлексії визначені їх різновиди – деструктивна та конструктивна. Проаналізовані вікові особливості підлітків 13-14 років, лінії їх психосоціальної адаптації в умовах воєнного часу. Підліткова криза представлена доленосною для подальшого життя особистості. Визначені різниці між конструктивною та деструктивною ідентичністю. Деструктивна ідентичність – це нездатність підлітка гармонійно подолати внутрішні конфлікти, що призводять до завищеного,

або до заниженого, або до нейтрального сприймання власного «Я». Визначені технології надання психологічної допомоги підліткам переселенцям, ми розробили теоретичну модель технологій їх психологічного супроводу, яка взята за основу для емпіричного дослідження.

## **Розділ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ ПІДЛІТКІВ-ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ**

### **2.1. Організація та процедура проведення емпіричного дослідження**

Емпіричне дослідження складалось з трьох етапів:

1. *Пілотажне (розвідувальне) дослідження, мета* якого спрямована на підтвердження або спростування актуальності дослідження, визначення.

На цьому етапі дослідження були вирішені такі завдання:

- обґрунтувати діагностичний інструментарій з виявленням особливостей протікання кризи ідентичності підлітків-переселенців 13-14 років;
- визначити та узгодити з адміністрацією базу й розклад проведення емпіричного дослідження, а також встановити ділові контакти з психологом і батьками учасників експериментальної групи;
- здійснено спостереження, опитування, співбесіди з психологом та класними керівниками,
- складений список респондентів експериментальної групи (ЕГ) і контрольної групи (КГ).

2. *Констатувально-діагностичний етап, мета* якого спрямована на вимір феномену суб'єктного сприйняття власної ідентичності, протікання кризи за показником «конструктивна криза ідентичності» та «деструктивна криза ідентичності».

3. *Завершальний діагностичний етап, мета* якого полягає в математичному обрахуванні результатів дослідження та їх інтерпретації. Згідно результатів отриманого матеріалу встановити підтвердження або скасування актуальності теми нашого дослідження; виявити тенденції руйнівного характеру, що дезорієнтують особистість підлітка на внутрішню,

екзистенціальну потребу власної ідентичності підлітка-переселенця в сьогоденному житті. Згідно цих даних визначити програму психологічного супроводу підлітків-переселенців з подолання деструктивної кризи їх ідентичності.

### ***Пілотажний етап***

Для проведення емпіричного дослідження була обрана Гімназія №17 м.Дрогобич, в якій перебувають 24 особи підліткового віку (13-14 років). Вони отримали статус «внутрішньо переміщені особи». За згодою цих підлітків, вони увійшли в ЕГ. Для порівняльного аналізу була створена друга група підлітків цього ж віку, які були місцевими, або із близьких селищ. Така вибірка надавала нам можливість здійснити порівняння щодо показників різниці або подібності протікання ментальності психіки відносно потреб в ідентичності та здатності подолати підліткову кризу ідентичності.

Практична частина пілотажного дослідження здійснювалась протягом жовтня 2023 року по жовтень 2024 року. Використані методики діагностування відповідають віковим вимогам, а також враховують гіпотезу констатувального дослідження. Логіка цього підходу дозволяє за отриманими результатами визначити програму психологічного супроводу з подолання деструктивної кризи ідентичності у підлітків-переселенців

### ***Констатувальний етап***

*Головна мета* констатувального етапу емпіричного дослідження була спрямована на виявлення стресозахисних і адаптивних функцій психіки, які детермінують внутрішню потребу власної ідентичності та забезпечують гармонійне або деструктивне проходження кризи підліткової ідентичності.

*Гіпотеза дослідження* ґрунтувалась на таких припущеннях:

- чим вищий рівень емоційної стійкості й когнітивної орієнтації підлітка, тим вірогідніше, що в них визначається позитивне ставлення до себе та інших, супроводжене почуттям благополуччя, та навпаки, чим нижчі ці

показники, тим більше виражені показники незадоволення, нівелювання цінностей, які в умовах війни вони отримали;

- чим вищий рівень конструктивної рефлексії, тим вірогідніше наявність суб'єктності підлітка долати життєві труднощі та навпаки, чим виразніше проявляється деструктивна рефлексія, тим вірогідніше виявляється тривожні стани, конфліктні стосунки в життєдіяльності підлітка.

### ***Формувальний експеримент***

За результатами статистичного аналізу констатувального дослідження була розроблена програма групової корекції за методом тренінгових занять. Був розроблений тренінг *«Корекція деструктивної ідентичності підлітків в тренінгу»*, мета якого передбачала сприяти розвитку конструктивної рефлексії як психологічного механізму гармонійного подолання деструктивної кризи ідентичності підлітків. Сукупність означених завдань цього тренінгу визначений тезою Е.Еріксона *«Ідентичність є живе відчуття реальності, отримуючи підтвердження того, що його індивідуальний шлях в отриманні досвіду (його еґо-синтез) є успішним варіантом колективної ідентичності й відповідає його часово-просторовому і життєвому шляху»* [16, с. 4].

У тренінговому занятті прийняли участь 24 особи ЕГ (підлітки 13-14 років), які отримали статус *«Внутрішньо переміщені особи»*. Базою тренінгових занять була тренінгова кімната Гімназії № 17 Дрогобицької міської ради Львівської області. А також були проведені психологічні просвітницькі заходи для викладачів, психологів та батьків підлітків з метою сприяння гармонійному перебігу підліткової кризи ідентичності.

## **2.2. Методичне забезпечення емпіричного дослідження**

У виборі діагностичного інструментарію були дотримані основні вимоги до методик: *валідність; надійність; точність*. Додатковими вимогами були: *простота* (найпростіше з усіх можливих) щодо розуміння інструкції з

виконання завдання; *зрозумілість* як така, що не потребує додаткових пояснень; і доступність для досліджуваного та для психолога; *простота* як така, що не завдає потужного напруження для респондента

Для розв'язання поставлених задач та перевірки достовірності поставленої гіпотези ми використали комплекс методик. Оскільки проведення вимірювання показників кризи ідентичності підлітків-переселенців нам не вдалось знайти, ми розробили **авторський опитувальник**, викладений на Google Forms за посиланням <http://surl.li/laozmf>

Зробимо коротке пояснення історії створення авторського опитувальника. Автор цієї дослідної роботи є вимушено «внутрішньо переміщена особа» (ВПО), яка має двох дітей – підлітків. За запитом таких же переселенців неоднозначно чула, що батьки мали проблему щодо небажань учнів відвідувати освітні заклади. Ця проблема безпосередньо торкається складових ідентичності на етапі кризи, які розглянуті в параграфі 1.1. та 1.2. Для визначення самооцінки ідентичності, складової часу, превалювання виду ідентичності, рівня рефлексії (диференційованості) та валентності ідентичності підлітків був складений цей опитувальник.

Мета опитувальника – це виявити найбільш чутливі моменти у розвитку ідентичності підлітка, який потрапив в умову кризи. Опитувальник складається з 20 питань.

Для визначення внутрішньої потреби власної ідентичності, тобто тотожності свого «Я-образ» була обрана методика «Хто Я?» (М. Кун і Т. Макпартленд)[28]. За умов неадекватної самооцінки фіксується завищена оцінка себе, що проявляється в переоцінюванні власних можливостей та некритичному ставленні до своїх недоліків. У таких випадках здатність визнати недоліки становить лише 10% або навіть 0%.

Вимір показників визначався за символами («+»; «-») у співвідношенні 50% (оптимістична, доброзичлива спрямованість) на 50% (протилежні

показники – це егоцентрична спрямованість, зверхність або самотність, уникнення, депресія). Обчислення показників здійснювалося на основі семантичного аналізу– це «боротьба дискурсів», що виражається в посиленні ірраціональних або раціональних смислів. Ознаки доброзичливості чи ворожості в контексті взаємодії та кількість повторень, які є проявом найбільш впливових внутрішніх почуттів та потягів, які визначені в мовному тексті.

Обрана методика для нас є значущою, бо дозволяє визначити фактор самосприйняття підлітком суб'єктивного ставлення до себе. Або як благополучного, що свідчить про ментальне сприйняття себе й ситуації в якому перебуває підліток, або як негативне самосприйняття як себе, так і оточуюче середовище.

За умов благополучного сприймання власного «Я-образ», криза ідентичності підлітка успішно долається, бо він здатний самоактуалізуватися в складних життєвих умовах переселенця. Показник визначення психологічних ознак як благополучних, дозволяє визначати, що його внутрішній світ є оптимістичним, гідним до поваги, здатним використовувати власні потенціали.

Для визначення виміру когнітивної орієнтації була обрана **методика «Когнітивна орієнтація (локус контролю)»** (Дж.Роттер)[37].

Для проведення вимірювання за цією методикою кожний респондент отримує індивідуальний бланк опитування, які пронумеровані.

За змістом викладеного припущення, яке обґрунтоване теоретично в першому розділі, конструктивна криза ідентичності підлітка визначається, що у випадках утруднення життєвих обставин, вони здатні до високого рівня суб'єктивного контролю (РСК), успішно використовують внутрішні потенціали суб'єктивного теперішнього як такого, що вже є значимим для їх фізичного, психічного та соціального самовираження.



**Тест «Рівень вираженості і спрямованості рефлексивності»** (М. Грант). У першому розділі обґрунтована цінність психологічного механізму конструктивної рефлексії як системно утворюючий фактор цілісності особистості. Визначено, що для конструктивної рефлексії будь-які життєві кризи є розгортанням ситуації як здатності до соціальної взаємодії й допомоги. Згідно досліджень О.А. Краєвої встановлено, що підлітковий вік 14-ти років здатні до усвідомлення соціальної цінності, їх сприйняття як власних смислових цінностей та таких, завдяки яким підліток здатний до вольового самоуправління.

За умов деструктивної рефлексії визначається егоїстична спрямованість, яка неспроможна реально сприймати ситуацію, себе в цій ситуації та оцінює оточуючий світ та вчинки інших людей з позиції деструктивної рефлексії, тобто квазірефлексії. Таким чином, за цією методикою є можливість визначити здатності: 1) підлітка приймати нову ситуацію свого життя та дотримуватися відповідної поведінки в ній; 2) інтегруватися в новому соціальному середовищі, встановлювати доброзичливі відношення; 3) дотримуватися менталітету місцевих, інтегрувати в мовленнєву культуру й традиції; 4) самоорганізувати свій уклад життя, визначати теперішнє як підготовку до майбутнього.

На основі математичного аналізу були визначені три основних соціальних ситуацій прояву ідентичності підлітка за показником конфліктності як прояву деструктивної ідентичності чи, навпаки, доброзичливості: 1) офіційні, тобто шкільні ситуації та події в життєдіяльності підлітка-переселенця; 2) взаємодія в сім'ї та з друзями; 3) формальні контакти в повсякденному житті (торгових точках, на території проживання). Запропоновані діагностичні методики надають можливість з певною ймовірністю виявити стратегії спрямованості ідентичності підлітків та виявлення соціальної й психологічної деструктивної кризи, показники конструктивної та деструктивної рефлексії як ознаку рівень саморефлексії та

готовності до саморозвитку, самовдосконалення в кризовому віці; виявити психологічні ознаки кризи ідентичності підліткового віку

### **2.3. Інтерпретація результатів констатувального дослідження**

За показником авторського опитувальника (Додаток А ) встановлено, що із 157 підлітків 13-14 років майже більша половина в перші 5 місяців воєнного вторгнення РФ в Україну не захотіли відвідувати місцеві школи (77,7%; N = 122 підлітка). За аналізом відповідей у цій групі виявився протест підлітків відвідувати офлайн навчання в місцевій школі. Негативне ставлення до відвідування шкіл вже є фактом деструктивної кризи ідентичності, але важливо знати, які соціально-психологічні умови сприяли такій поведінки підлітків.

Для цієї групи була складена анкета з визначення причин, що сприяли уникненню інтерсуб'єктної взаємодії з однолітками. Визначилось, що їх батьки виявляють бажання, щоб вони продовжували навчатися в онлайн-режимі в школі за попереднім місцем проживання (67,21%; N = 82).

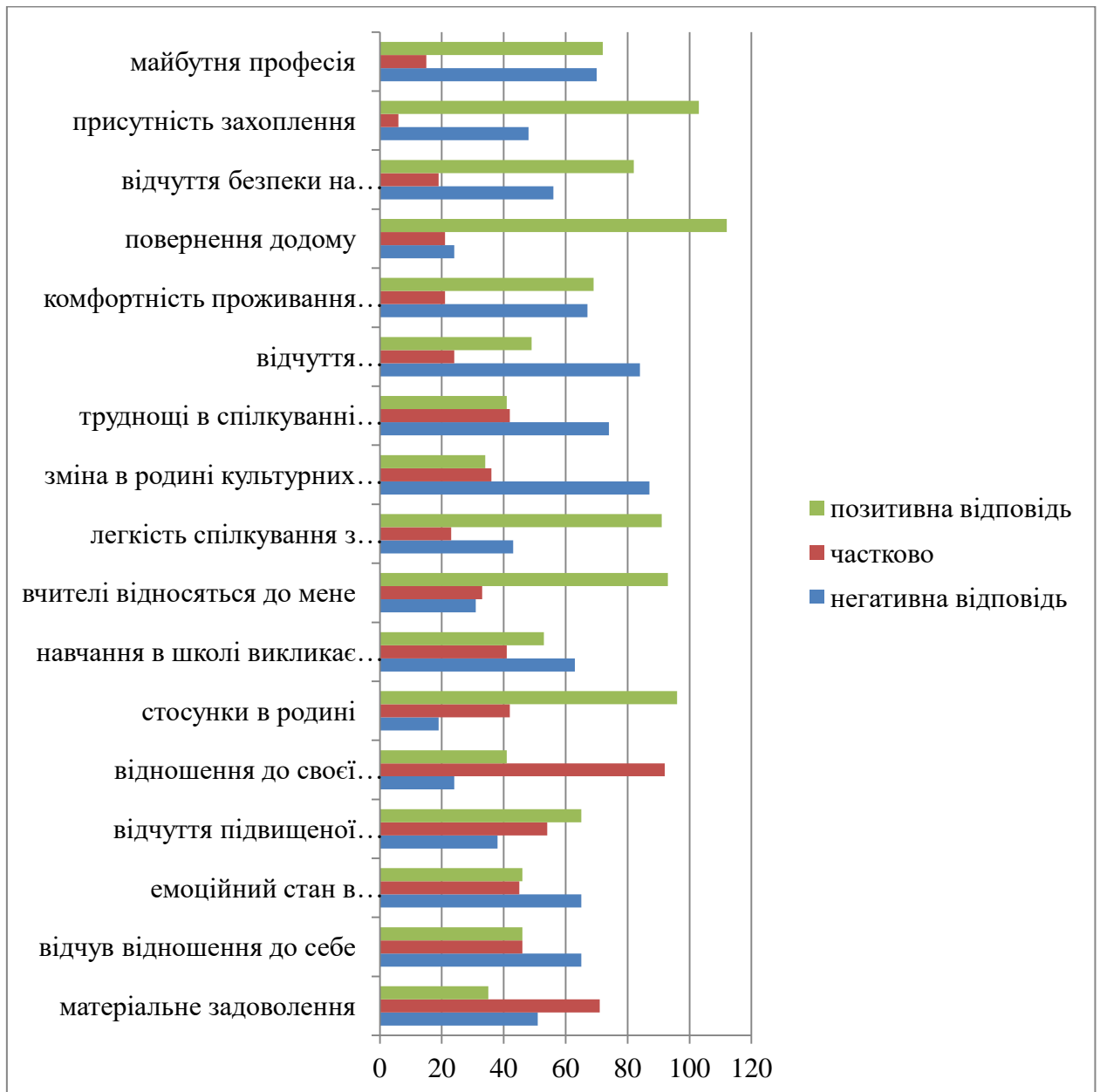


Рис.2.1.. Результати опитувальника на Google Forms, N =157

На питання: «Чим можна пояснити не бажання навчатися із місцевими підлітками» були отримані такі відповіді: «Мені важко відповісти» (51,63%; N = 63 із загальної кількості 122); «Мені складно розуміти їх швидку мову з діалектами» (26,22%; N = 32); «Я не хочу знайомитись ні з ким»; «Я хочу спілкуватися тільки із «старими» однолітками»; «Мені важко перебувати в офлайн-режимі, хочу в онлайн-режим». Цю групу склали близько 40 підлітків, що складає 32,78%. Це підлітки, які більше 4-х місяців відмовились відвідувати місцеві школи. Протягом перебування в статусі «вимушено

переміщені особи» на сьогодні залишаються вже другий рік підлітки, які не змогли адаптуватися в нових умовах життя (22,13%;N = 22).

Аналіз відповідей респондентів дозволяє фіксувати кризу їх психічного стану. Тільки 35 підлітків, що складає 22,29% із загальної кількості (N = 157) змогли адаптуватися в нових умовах життя. В анкеті вони зазначали, що вони збагатили уявлення про Західну Україну, подружилися з місцевими підлітками. Респонденти визначили симпатію до культури проведення вихідних та святкових днів (85,71; N=30).

У відповідях респондентів виявлені показники власної неповноцінності та приреченості. *«Мене ніколи не приймуть до себе як товариша»* (25; 15,92%).

Такі підлітки самостверджуються за рахунок ризикованої поведінки, часто мають клички «Крутий», «Злий», «Дикий». Протягом останнього рік зафіксовані 18 випадків асоціальної поведінки підлітків, які здійснили пошкодження майна представленого їм для проживання міською радою м.Дрогобич.

Аналізуючи отримані результати за характером емоційних переживань респондентів, ми звертали увагу на кількісні показники переживань позитивних та негативних переживань, які виникали у підлітків протягом комунікацій з місцевими жителями. На питання *«В яких випадках ви переживаєте негативні емоції?»*, розподіл відповідей показав наступне: 60 осіб (38,21%) внутрішню тривогу й невпевненість у завтрашній день; 71 особа (44,93) визначили негативний вплив соціуму; 26 осіб (16,56%) матеріальні труднощі.

На підставі отриманого матеріалу можна впевнено стверджувати, що обрана тема є актуальною як в науковому, так і практичному значенні.

Для подальшого проведення емпіричного дослідження діагностування проводилось в двох групах – ЕГ (24 особи) і КГ (23 особи).

Вимір за методикою «Хто Я?» М. Куна та Т. МакПартленда. Психологічний механізм ідентичності є складним феноменом для вивчення, бо конструюється на динамічних міжособистісних взаємодіях з іншими за такими показниками емоційного, мотиваційного, когнітивного самовираження. (дивитись таблицю 2.1.).

Таблиця 2.1

**Аналіз валентної ідентичності за методикою «Хто Я?»  
М. Куна та Т. МакПартленда**

Валентність ідентичності	ЕГ, 24 особи		КГ, 23 особи	
	Кількість респондентів	%	Кількість респондентів	%
Негативний	5	20,83	3	13,04
Нейтральний	7	29,17	7	30,43
Позитивний	4	16,67	4	17,39
Завищений	8	33,33	9	39,13

В залежності від внутрішнього світу підліток висловлює мисленнєву точку зору суб'єктивно-оцінювального ставлення до себе. За методикою «Хто Я?» М. Куна та Т. МакПартленда є можливість визначити чотири валентності – це негативну, нейтральну, позитивну, завищену, які базуються на сформованих емоційних, мотиваційних, когнітивних показниках. Під валентністю ідентичності розуміємо переважний оціночний тон ідентифікаційних характеристик, яку надає у вербальному описуванні підліток. Як видно за результатами дослідження негативний показник визначається у завищеній самооцінці Я. ЕГ визначається у 41,66% та КГ 39,13%. Негативне сприймання власного образу (в ЕГ 6 особи (16,66%) та КГ 4 осіб 17,39%) засвідчує незбалансованість механізму захисту особистості в ситуації напруження, критики, кризового стану, що провокує ригідність мислення та суб'єктної активності підлітка.

Є різниця між показниками ЕГ і КГ щодо показника «позитивна валентність ідентичності», вона складає у ЕГ 4 особи (16,6%) та у КГ 7 осіб (30,43%). Можна стверджувати, що в означеній категорії підлітків є

самовизначення свого майбутнього завдяки гармонічному подоланню підліткової кризи. Щодо підлітків з нейтрального ставлення, то у ЕГ – це 6 осіб (25,0%) та у КГ 4 особи (17,39%) (див. діаграма 2.2.)

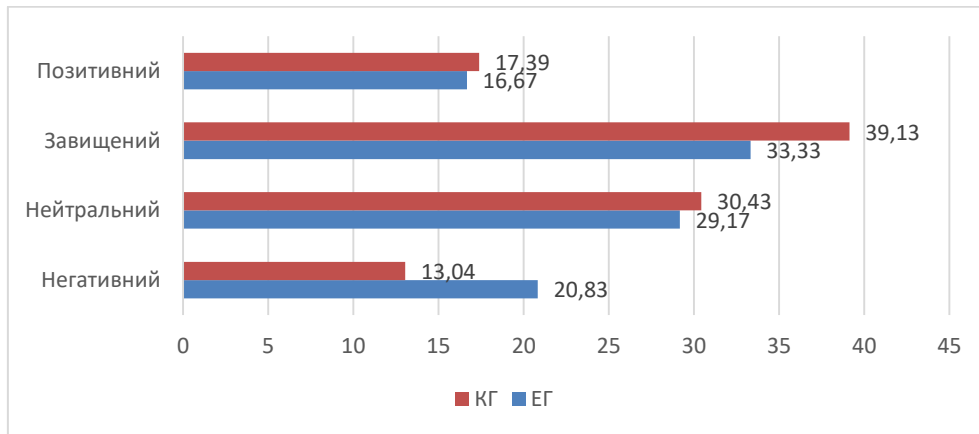


Рис. 2.2. Розподіл самовизначення “Я-образ” респондентів ЕГ і КГ

Оскільки внутрішній світ підлітка перебуває в стані кризи, а за висловами О.А. Краєвої це є перша підліткова криза і чим легше він її проходить, «тим легше їй згодом керувати подібними переживаннями упродовж індивідуального розвитку й соціального становлення» [26, с.69].

Як бачимо, до показника здорового перебування в підлітковій кризі перебуває незначна кількість підлітків, ЕГ 4 особи (16,67%) і в контрольній 4 особи (17,39%). Враховуючи воєнний стан, насичений негативними переживаннями підлітка, викликає занепокоєння показник завищеної валідності ідентичності: у ЕГ 8 осіб (33,33%) та в КГ 9 осіб (39,13%). Це свідчить, що на рівні нейтральної та негативної валідності ідентичності, ми визначили й егоїстичну.

Для інтерпретації цього матеріалу, ми звернулись до висновків дисертаційного дослідження з виявлення егоцентризму в підлітків Є.В. Гейко. Вона пише: «В процесі дослідження виявлена позитивна та негативна роль егоцентризму в розвитку особистості, а також позитивні й негативні прояви та наслідки егоцентризму. Позитивний прояв егоцентризму полягає у збалансованому механізмі психологічного захисту особистості в критичні, кризові періоди її розвитку. Негативними наслідками егоцентризму є

ригідність мислення, егоїзм, індивідуалізм. Численність характеристик егоцентризму пояснюється його значенням в різні, особливо в посттравматичні та фрустраційні періоди розвитку та життя людини» [11, с. 9].

Показники валідності ідентичності засвідчують, що у підлітків криза ідентичності фіксується в дезорієнтації складових «Я», що призводить до інфантилізму в тих ситуаціях, де потребується від підлітка самоорганізації, дисциплінованості та відповідальності.

Визначені показники за семантичним аналізом дозволяють виявити оптимальну стратегію спрямованості за занижену, завищену, нейтральну та нормальну ідентичність, що свідчить про значну кількість підлітків, які мають складності в гармонізації переходу від «дитячої ідентичності» до «ранньої юнацької» процесуальність яка розгортається на фоні підліткової кризи.

Вимір за методикою *«Рівень вираженості та направленості рефлексії» М. Гранта*. На підставі означеного, більш точніше розуміння прояву завищеної валідності ідентичності можна отримати за методикою рефлексивності М. Гранта, яка дозволяє визначити чи спростувати прояви рефлексивності та її спрямованості. Розподіл даних представлені в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2.

### Показники рівнів розвитку рефлексії підлітків

Рівень рефлексивності	ЕГ		КГ	
	кількість	%	кількість	%
низький	4	16,66	<b>3</b>	<b>13,04</b>
нижче середнього	<b>7</b>	<b>29,17</b>	6	26,09
середній	7	29,17	<b>9</b>	<b>39,13</b>

вище середнього	4	16,67	<b>3</b>	<b>13,04</b>
високий	2	8,33	2	8,7
Всього	<b>24</b>	100	<b>23</b>	100

Статистичний аналіз різновидів рефлексії представлений в діаграмі 2.3

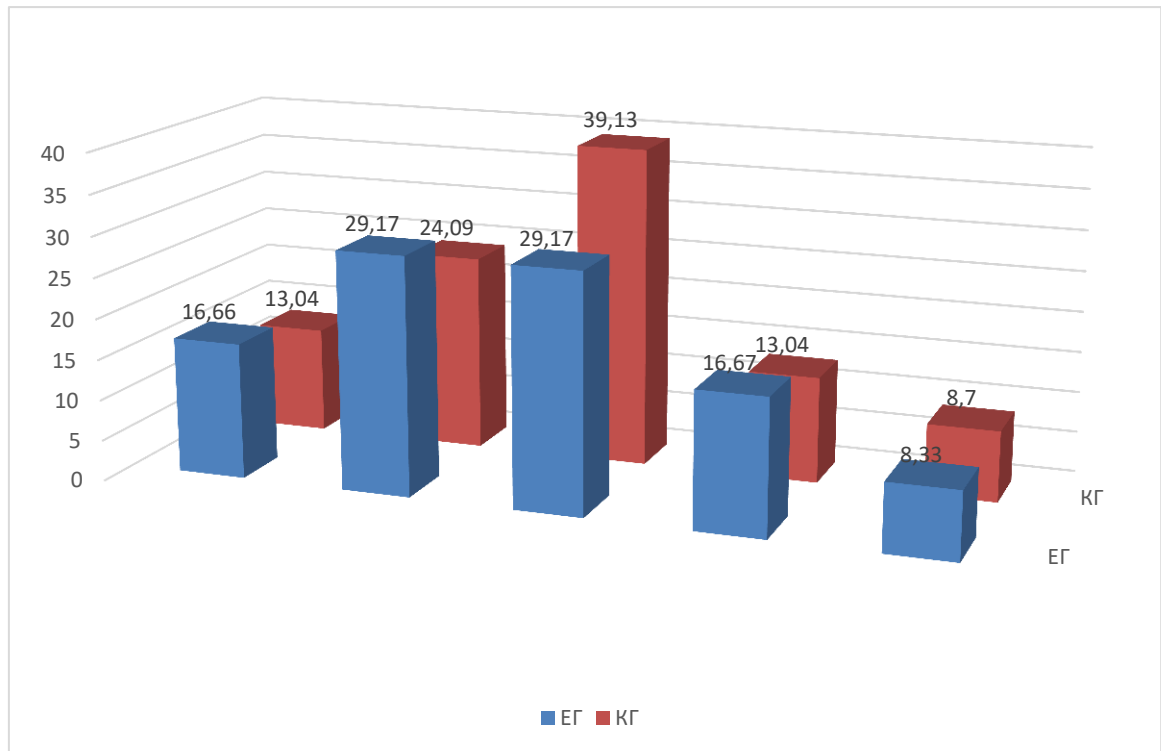


Рис.2.3. Результати вираженості рефлексивності за А. Грантом

Проаналізуємо окремі показники рефлексивності із зазначених вище в таблиці результатів статичного аналізу, які дають нам загальне картину про сформовані вміння підлітків, які пережили стресові ситуації війни і перебувають в стані адаптації до нових умов життя їх здібності здійснювати складну мисленнєву роботу щодо встановлення нових відношень в контексті навчальної діяльності та організації особистісного життя. Такі показники виявились у EG тільки 2 особи (8,33%). Такий же показник виявлений і у KG (2 особи; 8,7%). Ми пояснюємо цей факт тим, що незначна кількість респондентів досягли гармонізації особистісного подолання попередньої ідентичності й перебувають на більш вищому рівні входження в ранній

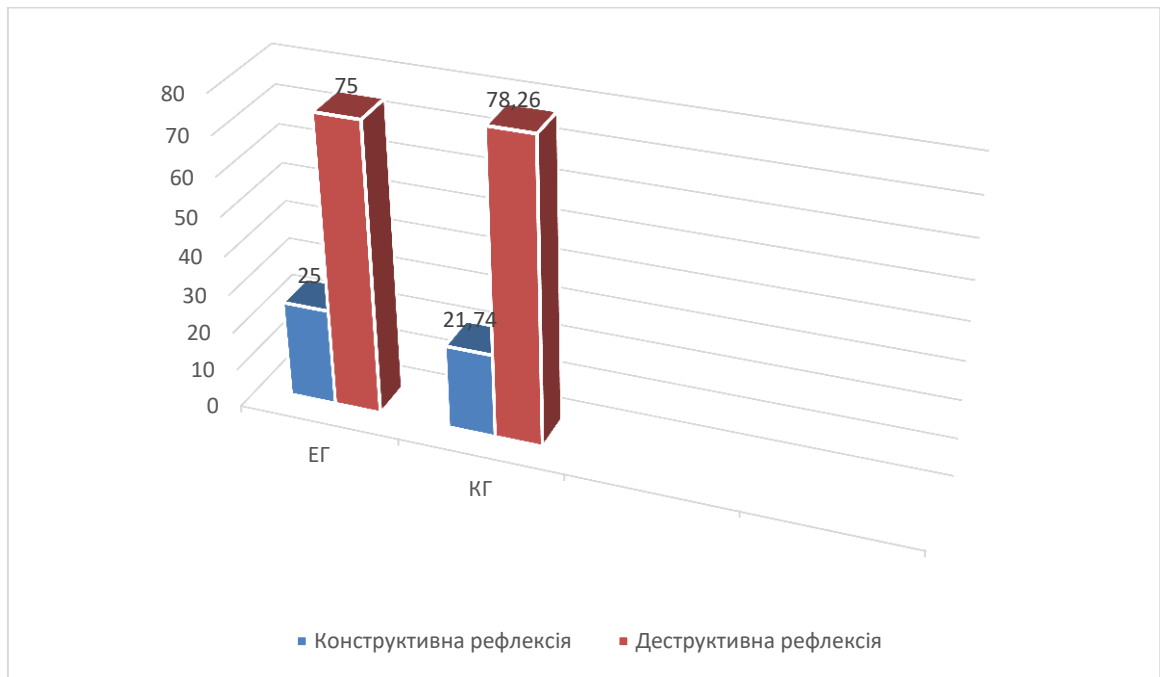


юнацький вік. Щодо останніх респондентів обох груп, то визначається суттєва відмінність між показниками в ЕГ і КГ. Значно гірші показники у «здібностях самовідстеження (self-monitoring): у ЕГ низький рівень визначений у 4 осіб (16,16%), у КГ 3 особи (13,04%); нижче середнього у ЕГ 7 осіб (29,17%), у КГ 6 осіб (26,09%). Згідно теоретичного матеріалу та гіпотези дослідження про взаємозв'язок рефлексії а ідентичності як взаємообумовлених онтологічних характеристик підлітків, можна стверджувати, що середній, вище середнього та високий показник рефлексивності засвідчує їх середній розподіл за t-критерієм Стьюдента серед показників «вище середнього рівня рефлексивності» та «високого рівня рефлексивності» респондентів двох груп ( $x = 1,1$  та  $x = 0,732$ ), що дає підставу визначати ці ознаки підлітків показником «конструктивна рефлексія», а показники «низька рефлексивність», «нижче середнього», «середній рівень рефлексивності», ( $x = 1,7$  та  $x = 741$ ) показниками «деструктивної рефлексії» (таблиця 2.3.)

Таблиця 2.3.

### Показники конструктивної рефлексії та деструктивної рефлексії

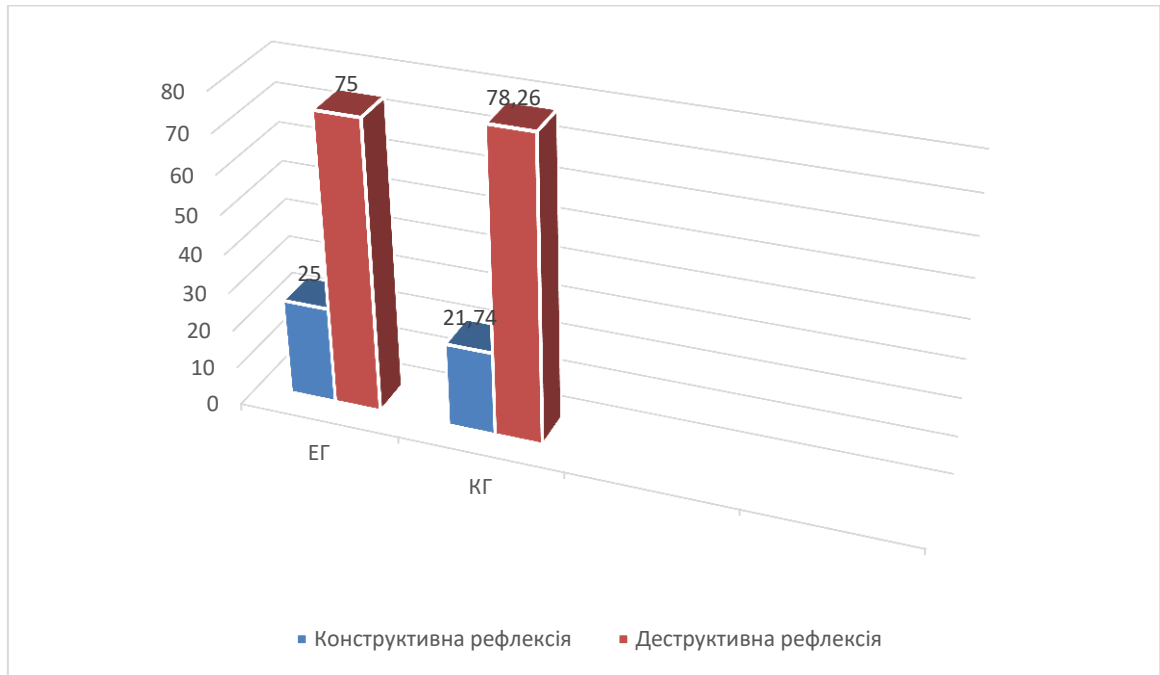
Види рефлексії	ЕГ, n= 24	ЕГ, %	Ранг серед	Ранг медіани	КГ, n=23	КГ, %	Ранг серед	Ранг медіани
Конструктивна рефлексія (КР)	6	25,00	4	6,2	5	21,74	4	6,34
Деструктивна рефлексія (ДР)	18	75,00	6	8,47	18	78,26	6	8,75



*Рис.2.4. Результати вираженості конструктивної та деструктивної рефлексії*

Згідно представленого аналізу рефлексивність респондентів з конструктивної рефлексії проти деструктивної рефлексії є значущою (25 проти 75) у EG та (21,74 проти 78,26) у KG. Це засвідчує, що проблема встановлені відношень між моїм «Я» та «Я» іншим у підлітків із конструктивною рефлексією буде високий, а у підлітків із деструктивною рефлексією складає труднощі.

В ході виміру показників ідентичності та рефлексії ми з'ясували, що гармонійний перехід від дитинства до дорослості (перехід в ранній юнацький вік) передбачає показник самостійного мислення, відстежування емоційних та мисленневих процесів як таких які сприяють продуктивній адаптації в нових умовах життя для підлітків-переселенців. Егоцентризм вносить дезорганізацію й опору на іншого чи то у звинуваченні, чи в послабленні суб'єктної позиції в особистісному житті. Логіка таких розсудів пояснює, чому ми обрали методикю з виміру показників спрямованості підлітка на зовнішній локус (*екстернали*) або на внутрішній (*інтерналі*), які найбільш зручно вимірюються за методикою «Когнітивна орієнтація (локус контролю)» (Дж.Роттер), результати якого показані в рис. 2.5.



*Рис. 2.5. Показники рівня суб'єктного контролю за Дж.Роттером*

Вимірювання за методикою Дж.Роттера (ще називають цю методику «Вимір суб'єктивного контролю (Locus of controls scale)») дозволяє визначити структурування внутрішньої диспозиції кожного респондента. Наочно цей показник представлений в діаграмі. Серед респондентів ЕГ 14 осіб (58,3%), у КГ 13 осіб (52,17%) не здатні до автономії як одного із показника благополуччя. Цим підліткам важко самоорганізовуватись і вони постійно знаходяться підконтрольними з боку інших. У випадку відсутності такого контролю, вони потрапляють в «халепу» (несподівані прикрі історії), що ще більше посилює їх невпевненість у власні потенціали.

Другий конструкт цієї методики дозволив виявити інтерналів, які сформували самоактуалізацію за смисловими цінностями, спроможності саморегулювати поведінку зсередини. У ЕГ таких осіб визначено 10 осіб (41,66%) та у КГ 10 осіб (43,47%).

На підставі означеного статистичного аналізу можна стверджувати, що в структуруванні внутрішньої диспозиції на етапі підліткової кризи за умов сформованої конструктивної рефлексії відбувається перехід із «дитинства» в

«дорослість» гармонійно. Підліток вміє долати егоцентричні потяги, здатний до самоуправління й визначення смислової мети на майбутнє.

### **Висновки до другого розділу**

У розділі 2 представлена програма емпіричного дослідження з виміру підліткової кризи. У відповідності запропонованої теоретичної моделі кризи підлітків-переселенців були обрані діагностичні методики, які склались із авторського опитувальника, який був розміщений на Google Forms за посиланням <http://surl.li/laozmf> , в якому прийняли участь 157 підлітків з різних областей України. За результатами було встановлено, що значний відсоток підлітків важко переживають вимушену втрату свого рідного місця проживання (дивитись діаграму 2.3.).

### **Розділ 3. ПСИХОКОРЕКЦІЯ З ПОДОЛАННЯ ДЕСТРУКТИВНОЇ КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ ПІДЛІТКІВ-ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ**

#### **3.1. Обґрунтування емпіричної програми тренінгу з подолання деструктивної кризи ідентичності підлітків-переселенців**

Для проведення психологічного супроводу підлітків-переселенців необхідно врахувати систему професійної діяльності психолога для створення «рефлексивного простору» його соціалізації в сімейній та шкільній взаємодії. Для реалізації психологічного супроводу необхідно розробити психоедукаційний комплекс програм для учнів, їх батьків та вчителів.

Слідуючи логіки нашого судження, ми обрали **мету тренінгу** – забезпечити єдність смислових цінностей та зусиль з надання «рефлексивного простору» як ефективного методу з подолання деструктивної кризи ідентичності підлітків.

Для реалізації поставленої мети необхідно вирішити такі **завдання**:

- 1) розробити програму тренінгу з подолання деструктивної ідентичності підлітка-переселенця;
- 2) апробувати тренінгову програму з підлітками;
- 3) провести просвітницьку психологічну роботу з батьками підлітків щодо розвитку екзистенціальних почуттів та потреб;
- 4) провести повторне діагностування підлітків для визначення ефективності проведеного дослідження.

#### **Методичне забезпечення емпіричної програми тренінгу для підлітків «Корекція деструктивної ідентичності підлітків в тренінгу».**

У першому розділі (1.2.) доведено, що рефлексія є ефективним механізмом соціалізації особистості та гармонійного подолання кризи ідентичності в підлітковому віці. Як механізм рефлексії, так і механізм

ідентифікації є основними в соціалізації і такими, які реалізуються у спілкуванні та взаємодії.

Виходячи з цього теоретичного положення ми обирали такий напрям тренінгових занять, в яких би підлітки розпізнавали сутність кризи підліткової ідентичності в розігруванні рольових ситуацій (організаційно-діяльнісних; ситуативно-виникаючих; інноваційно-творчих), аналізували різновиди конструктивної та деструктивної рефлексії за епізодами із художніх фільмів та аналізу спостережень, які вони здійснювали між тренінговими заняттями.

*Гіпотетично* ми передбачали, що:

- за умов розвитку екзистенціальних почуттів виникає умова осмислювати рефлексивним аналізом власні почуття, думки, потяги, бажання, цілі, які реалізуються в рольових позиціях;

- за умов використання рефлексивно-рольових вправ, їх програвання і діалогічного обговорення буде формуватися конструктивна ідентичність, яка характеризується резилієнтністю.

*Розробка методу з розвитку конструктивної рефлексії* ми здійснювали в двох напрямках:

- 1) аналіз існуючих методів та технологій з розвитку рефлексивного мислення, рефлексивної свідомості та рефлексивної взаємодії (спілкування);
- 2) аналіз засобів тренінгових занять, за допомогою яких підліток усвідомлював би хибні конструкції підліткової кризи ідентичності й правильне як таке, що сприяє відродженню екзистенціальних потреб, набуття ментального здоров'я.

*Класифікація методів тренінгового заняття.* В процесі складання емпіричної програми тренінгових занять ми стикнулись із проблемою технічного використання конкретної тренінгової вправи, навіть тоді, коли вони описані найбільш детально. В тих, які ми обирали був, за нашим

баченням, відсутній показник так званого феномену свідомості як «know how» або «understand now». На цю проблему вказують Л.О.Гапоненко і О.А.Чаркіна й пропонують її вирішити за допомогою техніки рефлексивно-рольового програвання ситуацій. Вони посилаються на матеріали, що підліток, який опинився в ситуації війни переживають негативні опиняються «в настирливій рефлексії у вигляді роздумів (rumination) як спосіб реагування на дистрес» [10, с.330] і продовжують, що таким чином не досягається ментальна рефлексія. Вони пишуть: «закономірність про існування позитивного зв'язку між схильністю до нав'язливої рефлексії (rumination) та депресією, підвищеним рівнем нейротизму, тривоги, цефалгією й іншими патологічними станами та симптомами, <...> знижуються когнітивні функції, а поведінка характеризується підвищеною конфліктністю та песимізмом [10, с. 331].

Погоджуючись із цими визначеннями, ми обрали технологічний прийом рефлексивно-рольового аналізу, завдяки якому рефлексія виступає внутрішньою диспозицією (готовність до дії), а роль її віддзеркалювання в конкретній рольовій позиції. Знову скористаємося цією ж роботою Л.О.Гапоненко та О.А.Чаркіної. Вони визначають такі ролі у деструктивній рефлексії: «Обвинувач», «Відчужений», «Відсторонений» та протилежні ролі за умов ментальної, конструктивної рефлексії – це «Товариський», «Доброзичливий».

Виходячи із означеного, нам необхідно було визначити *принципи розвитку рефлексії ідентичності* в подоланні деструктивної кризи у підлітків. В якості таких принципів ми обрали:

- 1) принцип повноти рефлексивно-рольової ситуації з прояву видів рефлексії у видах ідентичності;
- 2) принцип умов самореалізації того, що є насправді у внутрішньому світі підлітка, а не того, що він діє під контролем спостерігачів.

Згідно першого принципу підліток проявляє різні види рефлексії і спостерігає їх єдність із видами ідентичності. Завдяки чому рефлексія набуває таких функцій як:

- певна послідовність внутрішньої когнітивної карти в роздумах, установках, ціннісних орієнтацій, які відстежуються в послідовності дій та поведінки;

- рефлексія як цілісний акт сприяє осяянню, «ага-реакції», «інсайту», «нового відкриття того, чого раніше підліток не знав.

Посилаючись на рекомендації до Т-груп К. Левіна і П. Граббе (1945 р.) про те, що навчання не гарантує їх впровадження в життя та про те, що зміна відбувається завдяки поведінкового досвіду самовизначення хибного і правильного шляху в подоланні підліткової кризи, наша програма тренінгових занять для підлітків складалась із трьох блоків:

**Перший блок тренінгу** присвячений розвитку сенситивності підлітка. **Мета блоку** спрямована на відродження усвідомленого аналізу власної емоційної реакції, переживань та психічних станів за допомогою «розщеплення» рефлексивних актів.

**Другий блок тренінгу** присвячений розвитку діалогічного спілкування, яке здійснюється за умов рефлексивної кореляції діадичної взаємодії. Посилаючись на дослідження Г.В. Дьяконова про те, що в основі успішного діалогу є володіння техніками слухання й говоріння, були використані рольові ситуації ігрові вправи. Він пише: «В основі технології ефективного слухання виділяємо такі основні компоненти як емпатія, валідації, усвідомлення і узагальнення, які виступають як основні етапи процесу ефективного слухання і як навички-уміння активного слухання» [14, с. 676].

**Третій блок тренінгу** присвячений розвитку рефлексивного мислення, які відпрацьовуються в групованих вправах і проблемних ситуаціях. В аспекті цього блоку ми виходили з позиції, які передбачають ефективність групової дискусії. В.Л. Зливков та С. Лукомська про цей пишуть, що він



спрямований: «на пошук і пробудження позитивних сил, які сприяють особистісному зростанню та здоров'ю, а основним завданням терапії є встановлення між клієнтом і терапевтом міжособистісних відносин, що сприяють прийняттю клієнтом самого себе таким, яким він є, а також прийняття інших» [21, с. 33].

Основні технічні принципи організації з подолання деструктивної кризи ідентичності підлітків передбачав такі форми проведення тренінгових занять:

- 1) організаційний проект з визначення деструктивної та конструктивної підліткової кризи ідентичності, які призводять до внутрішніх та міжособистісних і міжгрупових конфліктах деструктивного та конструктивного характеру;
- 2) визначення фактичної проблеми і проблеми, яка є «надуманою підлітком з деструктивної підліткової кризи ідентичності»;
- 3) передбачені повторні програвання ситуацій напруження, які передбачають подолання деструктивної підліткової кризи.

Проведення такого тренінгу передбачає сформовані рольові позиції фасилітаторів, завдяки яким ведучий тренінгу змінює ролі як співбесідника, як психотерапевта, як незнаючого, який звертається до підлітків допомогти йому як краще вирішити проблемну ситуацію, одноразово **відстежуючи групову динаміку**. «В. Франкл визначав психотерапію як поєднання мистецтва і техніки. Згідно з його формулою,  $\Psi = x + y$ , вибір методу ( $\Psi$ ) залежить від двох невідомих змінних: унікальності особистості пацієнта або клієнта ( $x$ ) і своєрідності та неповторності особистості терапевта чи ведучого тренінгу ( $y$ ). Власне, звідси і з'являється різниця в ефективності при використанні одного і того ж методу різними психотерапевтами чи фасилітаторами тренінгових груп» (цитуються за В.Л. Зливковим [20, с. 105]).

Також були враховані рекомендації стилів керівництва психологічною групою М. Лібермана, М. Майлза і І.Ялома, які наголошували важливість

обрати вчасно відповідний стиль спілкування керівника з тренінговою групою:

**1. Емоційна стимуляція** учасників для «оживлення» домінуючих переживань та прояву «різних почуттів, конфронтацію окремих учасників групи, він бере участь в житті групи як рівноправний її учасник, стимулює, проявляє нетерпимість, роздратованість, теплоту чи повагу, його основним гаслом є «Дивіться як я роблю та повторюйте за мною!»

**2. «Опіка:** ведучий групи оточує її учасників турботою та повагою, забезпечує емоційну підтримку, він відкрито виявляє теплоту до всіх учасників групи.

**3. Пізнавальна орієнтація:** ведучий групи вербалізує почуття, які відчують учасники, пояснює сенс поведінки конкретної людини або всієї групи, інтерпретує переживання доступною і зрозумілою для всіх учасників мовою.

**4. Виконавська функція:** керівник встановлює правила, визначає норми, скеровує діяльність, слідкує за часом, радить, вказує, він діє як режисер, який за необхідності зупиняє дію і зосереджує увагу на певній поведінці члена групи або групи в цілому, його позиція авторитарна і не передбачає врахування думок і потреб учасників групи» (цитуються за Л.В. Зливковим [20, с. 106].

Слід відмітити, що в організації проведення тренінгових занять були обов'язковими компонентами основні три стадії розвитку групи:

**1. Початкова стадія розвитку групи** – це 2-3 перших занять, мета якої сформулювати поведінку учасників згідно принципів (правил) поведінки в тренінговому занятті. Результатом успішного завершення цієї стадії є здатність признати свої існуючі проблеми соціалізації та висловити в голос: «Я хочу і можу змінитися!», «Я зрозумів, що тут я розвиваюсь!», «Я не маю сорому й страху висловлювати свої думки!» і т.п.

**2. Робоча стадія розвитку групи** – це 5-6 занять, які спрямовані на усвідомлення внутрішньої диспозиції підлітка, що проявляється в мові, діях, поведінки та їх корекція. Основне навантаження спрямоване на розвиток емпатії, валідації, конструктивної рефлексії в узагальненні набутого досвіду. Розвиток вмінь розглядати ситуацію із позиції себе в ній, що я відчуваю та як я сприймаюся іншими в цій ситуації. На цьому етапі коректуються правила зворотного зв'язку, інтерсуб'єктної взаємодії, сміливість йти на ризик для посилення енергетичної сили (для інсайту) у вирішенні проблемної ситуації.

**3. Завершальна стадія роботи групи** – це 2-3 заняття, мета яких спрямована на апробацію вмінь-навичок рефлексувати свої думки, рефлексивно усвідомлювати свої цінності, установки та переконання, які є хибними, бо призводять до внутрішніх конфліктів. На цій стадії підлітки показують успішність, якщо вони вбачають продовжувати своє життя з удосконалення конструктивної рефлексії. Зразком ми обрали такі вислови на цих заняттях: *«Я серйозно замислився як сьогодні впливає на мене майбутнє»*; *«Мої знайомі відмічають, що я змінився, подорослішав»*, *«Я знайшов у цій групі друзів, які співпереживають і підтримують»*.

**Психоедукаційна програма: «Чи знаю я свою дитину-підлітка? Чи знає вчитель своїх учнів підліткового віку?»**

(для вчителів і батьків підлітків-переселенців)

*Пояснювальна записка.* Термін «едукація» походить від латинського, що означає навчання, виховання. Психоедукація є відносно новим терміном в сучасній психології, яка пов'язана з розвитком психологічної служби надання психологічної освіти та навчання людей, які пережили стрес щодо відновлення внутрішніх ресурсів, набуття екзистенціальних переживань та екзистенціальних потреб.

Психоедукація є своєрідною технікою розпізнати власні внутрішні потенціали для подолання травматичного досвіду, відкоригувати стратегії та

методи стилю свого життя. Головною метою психоедукації є навчання педагогів та батьків – виявляти деструктивні захисні механізми, які на емоційному та когнітивному рівні сприймаються підлітками.

**Складові програми психоедукації** вчителів та батьків. Програма включала 3 тематичні зустрічі в умовах

**База проведення тематичних зустрічей** – це громадська організація «БЕРИ і СЛАВ». Зустрічі відбувалися на свіжому повітрі, були запрошені шкільний психолог, класні керівники, вчителі, батьки як місцеві так і внутрішньо переміщені особи (ВПО) з дітьми. Явка була не чисельною. Здебільшого прийшли переселенці з родинами, так як мали більше вільного часу за відсутності роботи. Організація забезпечила чай, каву печиво для створення сприятливої невимушеної обстановки. Присутні були об'єднані приготуванням традиційних західноукраїнських страв «Бограча», «Борщу» та «Капусняку» на вогнищі. Ці традиційні зустрічі сприяють позитивному психологічному мікроклімату об'єднання, яке є найважливішою екзистенціальною потребою у вкоріненні.

Перед трапезою завжди проводяться просвітницькі заходи. Саме на такій базі була апробована наша програма з надання інформації про особливості долаття підлітком кризи ідентичності.

*Перша лекція «Який внутрішній світ підлітка в стані кризи підліткової ідентичності?»*, мета якої довести «доленосну» роль гармонійного проходження від ідентичності дитини до ідентичності дорослого. Були надані інформації про деструктивну та конструктивну ідентичність, а також як розпізнання деструктивну кризи за показниками: «негативного сприймання «Я-образ»; «нейтрального сприймання «Я-образ», «завищеного сприймання «Я-образ». Були надані тематики батьківського спілкування щодо планування життєдіяльності сучасного та майбутнього підлітка; принципів збереження фізичного та психологічного здоров'я.

*Друга лекція «Чому виникають конфлікти в дитячо-батьківських стосунках?»*, мета якої визначилась у поясненні різниці монологічного і діалогічного спілкування. За умов діалогу відбувається конструктивна взаємодія та обмін думками, за умов монологічного спілкування утворюється нівелювання «Я» підлітка, в наслідок чого виникає протест. Були надані притчі з розвитку мудрості у підлітків: *«Все в твоїх руках»*, *«Не продаємо...»*

*Третя лекція «Як врятувати підлітка від зловживання хімічної залежності»*, мета якої полягає в усвідомленні статистики аномальної, девіантної поведінки підлітків з причин внутрішньо-особистісного конфлікту, який визначається в потягу «розслабитись» алкогольними напоями, тютюнокурінням тощо. Для подолання цієї проблеми надані приклади поведінки героїв фільмів *«Американський снайпер»* (2014), *«З міркувань совісті»* (2016), *«Майор Пейн»* (1995, комедія) як такі, що є оптимістичні й побудовані на системі поглядів соціальної значущості.

### **3.2. Апробації емпіричної тренінгової програми для підлітків**

Перед початком проведення тренінгу для підлітків ЕГ, яка складалась з 24 осіб, була проведена організаційна робота з пояснення актуальності запропонованого їм тренінгу з оволодіння рефлексією ідентичності, сутності підліткової кризи ідентичності та психологічного механізму подолати рефлексивним тих труднощів, які виникають в період кризи – це оволодіння рефлексією внутрішніх диспозицій, розпізнання власних емоцій, почуттів та переживань, які є або руйнівними, або конструктивними, без яких успіх досягти в ніякій соціально значущій діяльності неможливо.

Підлітки проявили інтерес і бажання бути учасниками цього тренінгу. Так були створені дві групи: група А (12 осіб) і група Б (12 осіб). На цьому

етапі відбулося узгодження розкладу з відвідування тренінгу, яке проходило 2 рази на тиждень від 55-60 хвилин кожне заняття.

**Перший блок тренінгу (1-3 заняття).** *Перші три заняття були початковою стадією розвитку групи.* Починаючи з першого заняття була приділена увагу формуванню групи за відповідними принципами (правилами) поведінки. Як виявилось для підлітків було властиво високий рівень напруженості, вони вели в більшій мірі як «їжаки». Тому ми приділили особливу увагу обговоренню деталей процесуальності тренінгового навчання. Що тренінг – це «життя в мініатюрі» де ми навчаємося жити даруючи радість собі та іншим. Тільки з таким баченням людина встановлює дружні стосунки з іншими й відкриває нові перспективи свого життя, які раніше навіть не передбачав.

Для підлітків, які «відмовчувались» в ігрових вправах виявляли агресивність, що викликало необхідність створити додаткові пояснення: *«Що таке атмосфера довіри?», «Як розуміти турботливе ставлення один до одного?».* Для закріплення наданих підліткам інформацій була проведена вправа *«Сіамські близнята».* Результат був позитивний, підлітки ділились своїми враженнями: *«Мені подобаються вправи», «Я хочу відвідувати тренінги», «У мене пропав страх», «Я знайшов друга».*

На другому та третьому занятті більше уваги приділили орієнтації учасників пізнати один одного та вміти спостерігати настрій інших людей. Були поставлені такі питання: *«Чи від Вас залежить зміна настрою вашого товариша?».* Далі ми проводили вправи з розвитку рефлексії пізнавати не тільки іншого, але й себе. Були проведені вправи *«Ти Квітка ...», «Я частина міста...»,* яка надавала нам інформацію не тільки про творчі уявлення підлітків, що теж є корекційним, але й визначати ким вони себе уявляють. Наприклад: Тетяна: *«Я уявляю себе маленькою кімнатною у великому будинку, а великий будинок у величезному місті»;* Іван *«Я уявляю себе стадіоном, на*

*якому проводиться матч футбольного змагання». Були ще підлітки, які не могли придумати нічого і вони мовчки спостерігали.*

**Другий блок тренінгу (4-7 заняття)** присвячений діалогічному спілкуванню як такого, що потребує вміння рефлексувати себе і партнера, а також ситуацію, яку програють підлітки.

Головна увага керівника тренінгу була зосереджена на розвитку групової динаміки, завдяки якій виникають «мініатюри справжнього життя». Групова динаміка передбачає висловлювань думок у відповідності тих почуттів, які переживає учасник тренінгу, а також вмінню ініціювати творчість, доброзичливість, відкритість, чесність. Тобто набуття справжньої ідентичності. Підлітки виконували рольові ситуації спілкування із запропонованих нами сюжетів, які торкалися безпосередньо їх життя. Наприклад: «Я на уроці математики». Учасники цієї ситуації – це «Вчитель» і «Учень». Як веде себе вчитель і як веде себе учень. Обговорення.

*Ведуча:* як ви гадаєте, ви поводитись як дорослі чи як діти? Впевнена що це легке завдання і ви швидко визначите, як ви поводитись насправді. Показником є такий критерій: дорослі відповідальні і виконують те з чим з ними вже погодили роботи.

*Учасники:* Сергій «як діти...»; Настя «та ми ж гралися...»; Андрій «а дорослі теж граються»; Кирило «а мені стало веселіше...».

*Ведуча:* в цьому і секрет тренінгу, вам дається можливість проявити себе. Проте нам треба навчитися «спостерігати з боку» як я себе веду в конкретній ситуації. Пропоную цю вправу провести так, щоб була виконана інструкція. Учасники погоджуються. Гра продовжується. Діти сміються, але дотримуються правил.

Відзначимо, що вправи, які використовувалися на цій стадії розвитку групи визначались більшим психологічним навантаженням і потребувала від підлітків більших зусиль в роздумах смислових цінностей, значимості рефлексії власних думок і почуттів, здатності організувати свій робочий

день, нести відповідальність як дорослий. В деяких заняттях ми використовували вправу з перегляду хибних позицій поведінки з однолітками, вчителями та батьками.

Слід відзначити, що використання вправи *«Намалюй свої емоції»* дозволило відрефлексувати підліткам кризу ідентичності як внутрішній конфлікт (Додаток Д) .

*1-й малюнок.* Цей малюнок намалювала дівчинка ВПО Анастасія. Вона сказала, що відчуває впорядкованість в голові, по центру спіраль – її задачі і цілі. Навколо – елементи, що світяться, як сонечко, це радощі, емоції, добро. Фіолетові хмарки це основні елементи, як рутина, але вона приємна і важлива.

*2-й малюнок.* Цей малюнок зобразив Сергій, ВПО. Спочатку пояснив, що в нього в голові в голові дуже багато думок і вони всі хаотично і швидко рухаються, обрав сірий і оранжевий. Потім згадав, що мріє про лижні світловідбиваючі окуляри і це вони, а посередині відображення в окулярах.

*3-й малюнок.* Цей малюнок намалювала Вероніка. Вона місцева. Лежить вчить біологію, а мріє піти гуляти з подругами.

*4-й малюнок.* Це малюнок Анни, ВПО з Херсонщини. Вона сказала, що в неї депресивний стан, іде дощ і вона в навушниках з телефоном. На питання чому такий стан, відповіла, що завтра не хоче йти в школу. «Чому? Тобі в школі не подобається?» Сказала, що подобається, але не хоче до неї добиратися і рано вставати.

В цьому блоці були проведені такі вправи

*"Рішення — наслідки".* Інструкція: учасникам пропонують декілька життєвих ситуацій (наприклад, підготовка до іспиту, конфлікт із другом, допомога батькам). Вони аналізують свої можливі дії та записують, які наслідки можуть виникнути від кожного варіанту. Обговорення: *«Як зробити найкращий вибір? Чому важливо зважати на наслідки?»*.



*«Формування усвідомлення "Я-образу" підлітка через дослідження рольової позиції "Дорослий"».* Мета заняття: допомогти підліткам усвідомити власний "Я-образ" і зрозуміти рольову позицію "Дорослий", розвиваючи відповідальність, самостійність та здатність приймати рішення. Провели обговорення та дослідження дорослих ролей і обов'язків.

*«Моя зона впливу».* Інструкція: розділіть аркуш на дві частини. У першій частині напишіть усе, що знаходиться під вашим контролем (вибір, поведінка, думки). У другій — те, що не залежить від вас (погода, чужі думки тощо). Обговорення: «Як впливати на те, що ви контролюєте, і як приймати те, що поза вашим впливом?».

*«Рішення — наслідки».* Інструкція: учасникам пропонують декілька життєвих ситуацій (наприклад, підготовка до іспиту, конфлікт із другом, допомога батькам). Вони аналізують свої можливі дії та записують, які наслідки можуть виникнути від кожного варіанту. Обговорення: «Як зробити найкращий вибір? Чому важливо зважати на наслідки?»

*«Я приймаю рішення» .* Інструкція: учасникам пропонують ситуації, де потрібно обрати один із кількох варіантів (наприклад, купити новий гаджет чи відкласти гроші). Обговорення: «Які чинники вплинули на ваш вибір? Як почуваетесь після прийняття рішення?»

*«Мистецтво самоконтролю: як керувати емоціями та діями».* Мета заняття — допомогти учасникам зрозуміти значення самоконтролю у повсякденному житті та навчитися керувати своїми емоціями та поведінкою в складних ситуаціях. Також заняття спрямоване на розвиток навичок зосередженості, витримки та відповідального прийняття рішень.

Відзначимо, що в обговоренні психомалюнків ми відмічали, що учасники тренінгу проявляли толерантність, доброзичливість, емпатію як ставали складовими їх особистісної властивості та завдяки яким вони навчалися уважно ставитись до іншого та слухати його.

**Третій блок тренінгу (8-10 заняття)** присвячений розвитку рефлексивного мислення, які ми розвивали в рольових іграх з розв'язання тематики повсякденного життя підлітка: «Хто прибирає кімнату?», «Як підготуватись до контрольної роботи?», «Кому важко визначити свою майбутню професію?». На цьому етапі нам важливо було щоб не тільки учасники обговорювали, але й проявляли відповідні уміння-навички та відповідну поведінку. Так на *дев'ятому тренінговому занятті* ми провели вправу: «*Чарівна паличка*». Мета – зняти емоційну напругу, створити позитивний настрій. Учасники стають в коло і по – черзі передають паличку і називають свою мрію. Так кожен учасник проговорює свою мрію, доки кожен не висловиться. На цій стадії усі учасники показали прогресивні зміни поведінки – це відчуття впевненості, відкритості, спроможності уявляти своє майбутнє.

*Десяте заняття (останнє)* для нас було важливо в плані визначення чи відбулася згуртованість чи ні. Учасникам тренінгу запропонували переглянути епізоди фільму «*Паперові міста*» за мотивами книги Джона Гріна. *Запитання для роздумів до перегляду:* «Чи важливо слідувати за мріями?», « Як друзі впливають на наші рішення?», «Чи є межа між реальністю та ідеалізацією?». В кінці обговорення фільму коротка вправа: «*Що я заберу із собою після цього заняття?*» (учасники діляться своїми думками).

Завершальною вправою було обговорення «*Вір у себе завжди*». Мета тренінгового заняття — навчити учасників вірити у власні сили, наполегливо йти до мети та мудро сприймати критичні зауваження.

На завершальному етапі тренінгових занять ми відслідковували природну завершеність формуального експерименту. Кожен учасник тренінгу навчився стримувати свої емоції, завдяки чому вони навчилися долати труднощі у спілкуванні. Для підтвердження наших спостережень ми провели повторне діагностування, яке представлено в наступному підрозділі.

### 3.3. Кількісно-якісний аналіз повторного діагностування після проведеної формувального експерименту

У фіналі тренінгових занять ми провели повторну діагностику наших груп дітей, щоб підтвердити або спростувати нашу гіпотезу, яку поставили на початку своєї роботи. Тому ми знову взяли ті ж самі методики, як на початку роботи. Вимір за методикою «Хто Я?» М. Куна та Т. МакПартленда.. (дивитись таблицю 3.1.).

Таблиця 3.1

#### Повторний аналіз валентної ідентичності за методикою «Хто Я?» М. Куна та Т. МакПартленда

Валентність ідентичності	На початку ЕГ, 24 особи		На завершенні, 24 особи	
	Кількість респондентів	%	Кількість респондентів	%
Негативний	5	20,83	-	-
Нейтральний	7	29,17	3	12,5
Позитивний	4	16,67	14	58,33
Завищений	8	33,33	7	29,16

Як видно із порівняльного аналізу суттєві зміни відбулися в ідентичності підлітків за показниками. Не визначені підлітки з негативним ставленням до свого «Я» що є надзвичайно хорошим показником та результативності проведеного дослідження. Зменшився показник на 16,67% у підлітків з нейтральним ставленням до своєї тотожності. Ми пояснюємо цей факт складними родинним становищем, в яких проживає підліток. Визначилось, що є загиблий батько у 2-х хлопчиків та безвісті пропавши старший брат. Є позитивні зрушення в показнику завищеної валідності щодо ідентичності підлітка, але не достатньо суттєвими, тільки на 4,17%. Цей факт ми пояснюємо тим, що егоцентризм є достатньо складним утворенням, яке за висловом Є.В. Гейко, що «Низький рівень егоцентризму співвідноситься з

середнім рівнем особистісних факторів, як правило - низьким рівнем напруженості, високим рівнем залежності від думки, ставлення групи, очікуванням позитивного ставлення більшості» [11,с.13]. Тобто, для подолання бар'єрів кризи ідентичності у егоцентристів як неузгодженості власної цілісності, потребують окремі спеціалізовані корекційні заняття.

За повторним проведеним діагностуванням рефлексивності за методикою А. Гранта (див. таблицю 3.2)

Таблиця 3.2.

### Показники конструктивної рефлексії та деструктивної рефлексії

Види рефлексії	ЕГ, n=24	ЕГ, %	ЕГ, n=24	ЕГ, %
	На початку		На завершенні	
Конструктивна рефлексія (КР)	9	37,5	15	62,5
Деструктивна рефлексія (ДР)	15	62,5	9	37,5

Із таблиці видно, що відбулися позитивні зрушення і в показниках конструктивної рефлексивності. Різниця між початковим вимірюванням і на завершальному етапі складає 25,0%. Це свідчить, що проведений формувальний експеримент в своїй більшості показав ефективність проведеної роботи. Водночас для доведення результативності проведеної роботи, ми здійснили перевірку коефіцієнтом кореляції  $\gamma$ -Спирмена. Таким чином, за результатами проведеного аналізу ідентичності за методикою «Хто Я?», виміру рефлексивності за А. Грантом ми здійснили визначення зв'язків коефіцієнта кореляції за показником «+» (позитивний) та «-» (негативний) ми використали програму Excel  $\gamma$ -Спирмена, який є непараметричний метод для визначення кореляції між двома ранговими значеннями. Згідно інтерпретацій математичного припущення за О.В. Сидоренком [38], ми визначили показник

«сила зв'язку» в такі послідовності: більше 0,7 – сильна; 0,5-0,7 – середня; 0,3-0,5 – помірна; 0,2-0,3 – слабка; менше 0,2 – дуже слабка та із позначенням негативного показника такими означеннями: -0,7 – дуже слабкий зв'язок; від -0,5 до -0,7 середньо слабкий зв'язок; помірний слабкий зв'язок від -0,2 до -0,3; визначений слабкий зв'язок -0,2 до 0,1.

Після розрахунків було визначена сильна кореляція між конструктивною рефлексією і позитивною ідентичністю «Я-образ» ( $r = 0.714$ ,  $p \leq 0,05$ ) Між конструктивною рефлексією та завищеним рівнем ідентичності встановлений слабкий зв'язок у ЕГ ( $r = -0.614$ ,  $p \leq 0,05$ ) та у КГ ( $r = -0.614$ ,  $p \leq 0,05$ ).

Таким чином, висунута гіпотеза дослідження підтверджена.

### **Висновки до 3 розділу**

В третьому розділі представлений формувальний експеримент, який складався з розробленої програми тренінгових занять для підлітків-переселенців за назвою: «Корекція деструктивної ідентичності підлітків в тренінгу» та Психоедукаційної програми для викладачів та батьків підлітків: «Чи знаю я свою дитину-підлітка? Чи знає вчитель своїх учнів підліткового віку?». Кожна програма має опис, мету та завдання. Для викладачів на батьків підлітків проведення психоедукаційної програми відбувалось на базі громадської організації «БЕРИ і СЛАВ». Були проведені три тематичних заходи з підвищення рівня знань дорослих про особливості підліткової кризи ідентичності. Були обговорені питання, які найбільш цікавили батьків у спілкуванні з підлітками.

Тренінги були проведені в тренінговому кабінеті на базі гімназії №17 Дрогобицької міської ради, Львівської області. Було проведено згідно програми 10 тематичних занять, які склались із трьох блоків. Основна увага була надана формуванню та розвитку групової динаміки з розвитку самосприйняття підлітком тотожності свого Я, усвідомлення ролі рефлексії як механізму розвитку особистості.

У психокорекційній роботі особлива увага була надана початковій стадії розвитку групи (перші 3 заняття), основний акцент тренінгів відбувся на основній стадії розвитку (4-8 заняття), яка здійснювалась в умовах інтеграції групи та на завершальній стадії роботи тренінгових занять ми відслідковували показники поведінкової реалізації набутих знань та вмінь. За кореляційним аналізом встановлений тісний зв'язок між конструктивною рефлексією і позитивною ідентичністю «Я-образ» ( $r = 0.714$ ,  $p \leq 0,05$ ) Між конструктивною рефлексією та завищеним рівнем ідентичності встановлений слабкий зв'язок у ЕГ ( $r = -0.614$ ,  $p \leq 0,05$ ), що підтверджує висунуту гіпотезу формувального експерименту.

## **ВИСНОВКИ**

У представлений освітньо-кваліфікаційній роботі проведений теоретичний аналіз сутності ідентичності як особистісного феномену психосоціалізації, визначені психічні та психологічні особливості прояву кризи ідентичності підлітка як несформоване сприймання тотожності свого я, що викликано внутрішньо-особистісним конфліктом і яке супроводжується конфліктними, гнітючими сумнівами щодо власного потенціалу.

Окремим питанням розглянутий психологічний механізм рефлексивності у подоланні деструктивної кризи ідентичності підлітка. Визначені сильні та слабкі сторони рефлексивності щодо критичного аналізу Я. На підставі проведеного теоретичного аналізу представлена модель технологій психологічного супроводу в подоланні деструктивної підліткової кризи ідентичності, яка була покладена в основу емпіричного дослідження.

У другому розділі представлена емпірична програма з діагностування підлітків за такими методиками: авторський опитувальник, методика «Когнітивна орієнтація (локус контролю)» (Дж.Роттер); 2) тест «Рівень вираженості і спрямованості рефлексивності» (М. Грант); 3) методика «Хто

Я?» (М.Кун і Т.МакПартленд). За математичним обрахуванням був встановлений кореляційний тісний зв'язок між конструктивною ідентичністю та конструктивною рефлексією ( $r = 0.714$ ,  $p \leq 0,05$ ). Це дало підставу висунути гіпотезу, що за умов успішного формування конструктивної рефлексії буде відбуватися гармонійне проходження деструктивної кризи ідентичності у підлітків-переселенців.

За результатами проведеного формувального експерименту, який включав розробку тренінгової програми *«Корекція деструктивної ідентичності підлітків в тренінгу»*, в якій прийняли участь 24 підлітка-переселенця, які були поділені на дві групи, та Психоедукаційна програма: *«Чи знаю я свою дитину-підлітка? Чи знає вчитель своїх учнів підліткового віку?»* для вчителів та батьків підлітків, яка проходила на базі волонтерської організації «БЕРИ і СЛАВ». За результатами проведеного дослідження встановлені позитивні зрушення в ЕГ в здатності підлітків до усвідомленого сприйняття тотожності власного «Я», робити зміни в регуляції соціального життя, рефлексувати свої знання як «дії над дією».

За результатами проведеного дослідження встановлено, що поставлена гіпотеза підтверджена.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Акімова О.В. Рефлексія у структурі творчого мислення. *Педагогічні науки. Збірник наукових праць* Том 1. № 72. 2016. С. 77-81.
2. Булах І.С., Лук'янов А.О. Специфіка становлення самоствердження особистості підлітка. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент*. Вип.13. 2013. С. 154-163.
3. Булах І. С. Психологічні основи особистісного зростання підлітків: дис... д-ра психол. наук: 19.00.07. Національний педагогічний ун-т ім. М.П.Драгоманова. Київ., 2004.
4. Віротченко С. А. Особливості вираження негативних емоцій засобами невербальної комунікації. *Вісник Харківського національного університету ім. В. Н. Каразіна. Іноземна філологія. Методика викладання іноземних мов*. Харків, 2016. Вип. 84. С. 40–44
5. Гапоненко Л.О. Рефлексивне спілкування як умова розвитку особистості. Монографія. Дніпропетровськ: пороги, 2009. 175 с.



6. Гапоненко Л.О. Рефлексія ідентичності як фундаментальні механізми розвитку діалогічного спілкування. *Наукові інновації. Серія Психологія. №11(39) 2024*, 2024. С. 1704-1715.
7. Гапоненко Л.О. Психолінгвістичний дискурс рефлексії у професійно-рольовій ідентичності студентів-психологів. *Перспективи та інновації науки Серія («Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина») № 5(10) 2022.* С. 21-38. URL: <http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/view/1510/1508>.
8. Гапоненко Л.О., Мовчан О.В. Рефлексія ідентичності в аналізі тривожних станів молодших школярів в умовах війни. *Міжнародні Інтернет-конференції. Психологічні науки*, № 4, 2024. URL: <https://www.economy-confer.com.ua/full-article/5773/> (дата звернення 22.10.2024)
9. Гапоненко Л.О., Закордонєць Ю.В. Вимір психологічного інфантилізму підлітка. *The 2nd International scientific and practical conference "Innovative development of science, technology and education"* (November 16-18, 2023) Perfect Publishing, Vancouver, Canada. 2023. P. 490-497.
10. Гапоненко Л.О., Чаркіна О.А. Рефлексивно-рольовий аналіз материнської ідентичності в діаді «мати- дитина». *Габітусі №65*, 2024. С.
11. Гейко Є.В. Психологічні особливості прояву егоцентризму особистості у мисленнєвій діяльності підлітків: автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2002. 22 с.
12. Грант М. Рівень вираженості і спрямованості рефлексивності. URL : <http://surl.li/lphbzd> (дата звернення 04.10.2023)
13. Джеймс У. Наукові основи психології. (1991) URL : <http://surl.li/sghnrw> (дата звернення 12.06.2024)
14. Дьяконов Г.В. Інтерсуб'єктні методи оцінювання психології особистості. Навчальний посібник для вищої школи. Кіровоград: Лисенко В.Ф., 2012. 36с.

15. Еріксон Е. Ідентичність, юність і криза. (2020) URL :  
<https://studfile.net/preview/6177633/page:11/>
16. Еріксон Е. Ідентичність і цикл життя. URL. :<https://flibusta.su/book/175971-identichnost-i-tsikl-zhizni/read/>
17. Єгупов, М.В. Ідентичність як атрибут людини та суспільства: дис. ... канд. наук. Київ: Інститут вищої освіти НАПН України. 2015
18. Жовнір М. Емотиви як лексичні індикатори емоцій у жанрі світської бесіди. *Рідний край*. №2 (27) 2012. С. 99-104.
19. Збірка думок, ідей, інструментів та досвіду щодо підлітків та впливу війни на них <https://www.biasless.world/download/mindcraft-booklet/>
20. Зливков В. Ідентичність та автентичність особистості в контексті цивілізаційних викликів сучасності. Особистість у розвитку: теорія і практика: монографія / за ред. С. Максименка, В. Зливкова, С. Кузікової. Суми : вид-во СУМДПУ імені А. Макаренка, 2015. С. 165–186.
21. Зливков В.Л., Лукомська С.О. Теорія та практика психологічних тренінгів. Київ - Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2019. 209 с. URL. :  
[https://lib.iitta.gov.ua/721625/1/Zlyvkov\\_Lukomska.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/721625/1/Zlyvkov_Lukomska.pdf)
22. Кокун О. М. К 59 Забезпечення психофізіологічної стійкості різних верств населення України в умовах воєнного стану та післявоєнного відновлення: практичний посібник / О. М. Кокун, Л. М. Бахмутова, Т. В. Кружева та ін.; за ред. О. М. Кокуна. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024. 110 с.
23. Карамушка Л., Карамушка Т. Емпіричне дослідження особливостей психічного здоров'я вимушених «внутрішніх» переселенців в умовах війни. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. №2(26). 2022. С. 48-59.
24. Кляйн М. Дитячий психоаналіз. 2020.
25. Комар Т. В. Особистісна рефлексія як чинник соціального становлення підлітків: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук: спец.

- 19.00.07. "Педагогічна та вікова психологія". Т. В. Комар. Київ, 2003 – 18с.
26. Краєва О.А. Подолання кризи ідентичності в підлітковому віці. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Київ. 2014. 260 с.
27. Краєва О.А. Подолання кризи ідентичності в підлітковому віці : монографія. Харків: Видавництво Іванченка І.С., 2018. 218 с.
28. Кун М. &Т. МакПартленд. Методика «Хто Я?». URL :<http://surl.li/xduplk> (дата звернення вересень 2023)
29. Левкін А., Левкіна Р., Ряснянська А. Рефлексія як основа умінь студентів. *Новий колегіум*. 2021. С. 38-43.
30. Матвійчук О.О. Краєва О.А. Проблема формування ідентичності в підлітковому віці у контексті розвитку творчої особистості. 2022. URL : [https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/40916/1/O\\_Matviichuk\\_O\\_Kraieva\\_VNU\\_OU\\_1\(65\)\\_IL.pdf](https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/40916/1/O_Matviichuk_O_Kraieva_VNU_OU_1(65)_IL.pdf) (дата звернення: 5.10.2024)
31. Мельничук М.М. Рева М.М. Психологічні особливості кризи ідентичності у підлітковому віці. «Молодий вчений» № 4 (104) квітень, 2022. С. 61-64.
32. Новоутворення підліткового віку. Вікова психологія. URL: <http://surl.li/csystb>
33. Платон Федр. Платонові діалоги. URL: <https://psylib.org.ua/books/plato01/21fedr.htm> (дата звернення 01.04. 2024)
34. Петров Є.П. Актуальні аспекти теорії і ідей Джона Локка. Філософський альманах, 2016. Вип.3-4 (151-152) с.98-105.
35. Психосоціальний стрес: прояви та техніки його подолання : рек. бібліограф. покажч. / Харків. нац. пед. ун-т імені Г. С. Сковороди, наук. б-ка ; уклад. Т. І. Неудачина ; відп. ред. О. Г. Коробкіна. Харків : ХНПУ, 2020. 49 с.
36. Психологічний супровід взаємодії суб'єктів освітнього простору: навчально-методичний посібник / колектив авторів, за науковою редакцією

- академіка НАПН України С.Д. Максименка. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 81 с.
37. Роттер Дж. Методика дослідження локусу контролю. URL : <http://surl.li/zsqkfj> (дата звернення 10.10.2023)
38. Сидоренко О.В. Методи математичної обробки в психології. 2007. URL : <http://surl.li/tjhrig> (дата звернення 02.03.2024)
39. Слободяник Н.В. Психологічний супровід розвитку соціального інтелекту підлітків у міжособистісній взаємодії в освітньому просторі. *Психологічний супровід взаємодії суб'єктів освітнього простору: навчально-методичний посібник*. Київ: 2023. С. 31-58.
40. Стародубець Н.Д., Гапоненко Л.О. Опитувальник з визначення емоційного стану підлітків-переселенців. 2024. Google Forms <http://surl.li/laozmf>
41. Степанюк М.П. Репрезентація емоційного стану художнього персонажа у жіночому романі: лінгвокогнітивний і гендерний аспект (на матеріалі романів Ш.Бронте та Е.Бронте). Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата філологічних наук. Херсон, 2016. 244 с.
42. Удовіченко Г.М., Самойленко Г.А. Деякі мовні засоби вираження емоцій в сучасному інтернет-спілкуванні. *Академічні студії. Серія «Гуманітарні науки»*. №3, 2021. С.
43. Фройд З. Психологія мас і аналіз людського «я». URL : <http://surl.li/angcry> (дата звернення 17.09.2024)
44. Фромм Е. Анатомія людської деструктивності. 2019. URL : <http://surl.li/kuogvs>
45. Хекзаузен Х. Мотивація і діяльність. 2003. URL : <https://www.at.alleng.org/d/psy/psy114.htm>
46. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків.: Прапор, 2007. 640 с.

47. Beldoch M. Sensitivity to expression of emotional meaning in three modes of communication, in J. R. Davitz et al., *The Communication of Emotional Meaning*, McGraw-Hill, 2020. P. 31– 42. Военный опыт
48. Marcia J. E. Identity in Adolescence. *Handbook of Adolescent Psychology.* / ed. by J. Adelson. New York, 1980. P. 159–187
49. Pfeifer J. Berkman E. (2018) The Development of Self and Identity in Adolescence: Neural Evidence and Implications for a Value-Based Choice Perspective on Motivated Behavior. *Child Development Perspectives.* Volume12, Issue3. P. 158-164. <https://doi.org/10.1111/cdep.12279>
50. Bogic M., Ajdukovic, D., Bremner, S., et al. (2012). Factors associated with mental disorders in long-settled war refugees: refugees from the former Yugoslavia in Germany, Italy and the UK. *The British Journal of Psychiatry.* Mar;200(3), 216-223.
51. Kristal-AnderssonB. (2000). *Psychology of the refugee, the immigrant and their children: Development of a conceptual framework and application to psychotherapeutic related support work.* Lundt, University of Lundt
52. MillerK.E. & Rasmussen A. (2017). The mental health of civilians displaced by armed conflict: an ecological model of refugee distress. *Epidemiology and PsychiatricSciences*,26, 129-38. DOI:10.1017/S2045796016000172
53. Mamede S. & Schmidt H.G. Reflection in Medical Diagnosis: A Literature Review/ [Health Professions Education. Volume 3, Issue 1, June 2017](#), Pages 15-25.
54. MillerK.E.& Rasmussen A. (2010). War exposure, daily stressors, and mental health in conflict and post-conflict settings: bridging the divide between trauma-focused and psychosocial frameworks. *Social Science and Medicine*, 70,7-16. DOI:10.1016/j.socscimed.2009.09.029
55. MollicaR.F., PooleC., SonL., et al. (1997) . Effects of war trauma on Cambodian refugee adolescents' functional health and mental health status.

Journal of Child and Adolescent Psychiatry, 36, 1098-106. DOI:  
10.1097/00004583-199708000-00017

## ДОДАТКИ

Додаток А

### *Авторська анкета (Пілотажне дослідження)*

Опитування підлітків-переселенців

Любий друже! Ми проводимо дослідження щодо ідентифікації підлітків-переселенців в умовах війни. Опитувальник цілком анонімний. Просимо тебе давати відверті і повні відповіді. Заздалегідь дякуємо!

1. Як ти вважаєш, чи забезпечені твої матеріальні потреби? (їжа, одяг, житлові умови, комп'ютер, телефон, кишенькові гроші та інше.)
2. Коли ти переїхав(-ла) в нове місце проживання, то яке відчув(-ла) до себе відношення?
3. В чому ви вбачаєте складність переселення?
4. В яких випадках ви відчуваєте негативні емоції?
5. Який твій нинішній психологічний стан?
6. Як ти долаєш свій негативний емоційний стан?
7. Чи відчуваєш Ти підвищену емоційну напругу?
8. Як ти відносишся до своєї зовнішності?
9. Які стосунки у тебе в родині?
10. Навчання у школі викликає в мене....

11. Мої вчителі відносяться до мене.....
12. Чи легко тобі спілкуватися з однолітками?
13. Чи змінилися в тебе чи в родині культурні звички чи традиції?
14. Чи маєш ти труднощі в спілкуванні українською мовою?
15. Чи Відчуваєш недоброзичливе/байдуже ставлення з боку місцевих жителів?
16. Чи комфортно тобі проживати на новому місці?
17. Чи хотів би ти повернутися додому?
18. Чи відчуваєш себе в безпеці на новому місці?
19. Чи маєш ти захоплення?
20. Чи знаєш ти ким хочеш стати (майбутня професія)?

**Дякуємо за участь в опитуванні! Бажаємо успіхів!**

Додаток Б 1

**Таблиця виявлення локусу контролю експериментальної групи (ЕГ)**

№п/п	ПІБ	Екстернальний показник	Інтернальний показник
1	Роман А.	15	6
2	Валентина Р.	14	11
3	Наталя Г.	12	9
4	Світлана Л.	13	10
5	Олег Д.	13	9
6	Дмитро В.	12	11
7	Петро Ю.	16	7
8	Кіріл О.	13	12
9	Марина Л.	12	8
10	Людмила Н.	15	10

11	Анна У.	11	9
12	Анастасія П.	14	4
13	Сергій Р.	19	10
14	Юрій Н.	13	10
15	Іван Л.	12	8
16	Софія О.	18	7
17	Ольга Р.	15	8
18	Олександр З.	11	12
19	Вікторія Р.	13	12
20	Олена К.	15	10
21	Катерина П.	12	9
22	Ольга Н.	20	7
23	Марія Г.	13	9
24	Наталя П.	12	8

Додаток Б 2

**Таблиця виявлення локусу контролю контрольної групи (КГ)**

№п/п	ПІБ	Екстернальний показник	Інтернальний показник
1	Анастасія К.	13	10
2	Вероніка М.	18	7
3	Катерина Г.	12	11
4	Василина П.	17	8
5	Юрій Н.	11	12
6	Валентина П.	14	11
7	Юлія Р.	19	4
8	Олександр О.	15	8
9	Олег Р.	12	11
10	Любов Ш.	14	11



11	Мар'яна В.	13	10
12	Віктор А.	20	3
13	Акім П.	11	10
14	Святослав П.	14	9
15	Ангеліна З.	14	11
16	Ганна А.	15	10
17	Вадим Р.	19	2
18	Володимир Х.	11	3
19	Михайло Ж.	16	10
20	Костянтин В.	21	9
21	Юлія С.	15	4
22	Маркіян Д.	14	8
23	Сергій А.	12	13

Додаток В

### Емпірична програма тренінгу для підлітків

#### *«Корекція деструктивної ідентичності підлітків в тренінгу»*

п/п	Етапи виконання роботи	Терміни виконання
1	Підготовка бази для емпіричного дослідження	Листопад – грудень 2023 року
2	Підготовка авторського опитувальника для виявлення проблем в підлітків-переселенців	Грудень 2024 року
3	Проведення пілотажного дослідження	Січень 2024 – Серпень 2024 рік
4	Підготовка теоретичних матеріалів	Вересень 2024 року
5	Складання плану дослідження, методів дослідження з науковим керівником	Жовтень 2024 рік
6	Погодження діагностування з базою практики – Гімназією №17 м.Дрогобич львівська область	Жовтень 2024 рік

7	Проведення і аналіз анкетування підлітків експериментальної і контрольної груп підлітків	Жовтень 2024 рік
8	Підготовка корекційної програми для корекції деструктивної ідентичності підлітків-переселенців	Листопад 2024 рік
9	Проведення серії тренінгових занять з метою коригування деструктивної ідентичності у підлітків-переселенців	Листопад 2024 рік
10	Підготовка психоедукаційної програми: «Чи знаю я свою дитину-підлітка? Чи знає вчитель своїх учнів підліткового віку?» для вчителів і батьків підлітків-переселенців	Листопад 2024 рік
11	Проведення трьох зустрічей з батьками підлітків-переселенців та вчителями на базі громадської організації «БЕРИ і СЛАВ»	Листопад 2024 рік
12	Повторне діагностування підлітків-переселенців	Листопад 2024 рік
13	Зведення результатів, обробка інформації. Оформлення документації	Листопад 2024 рік

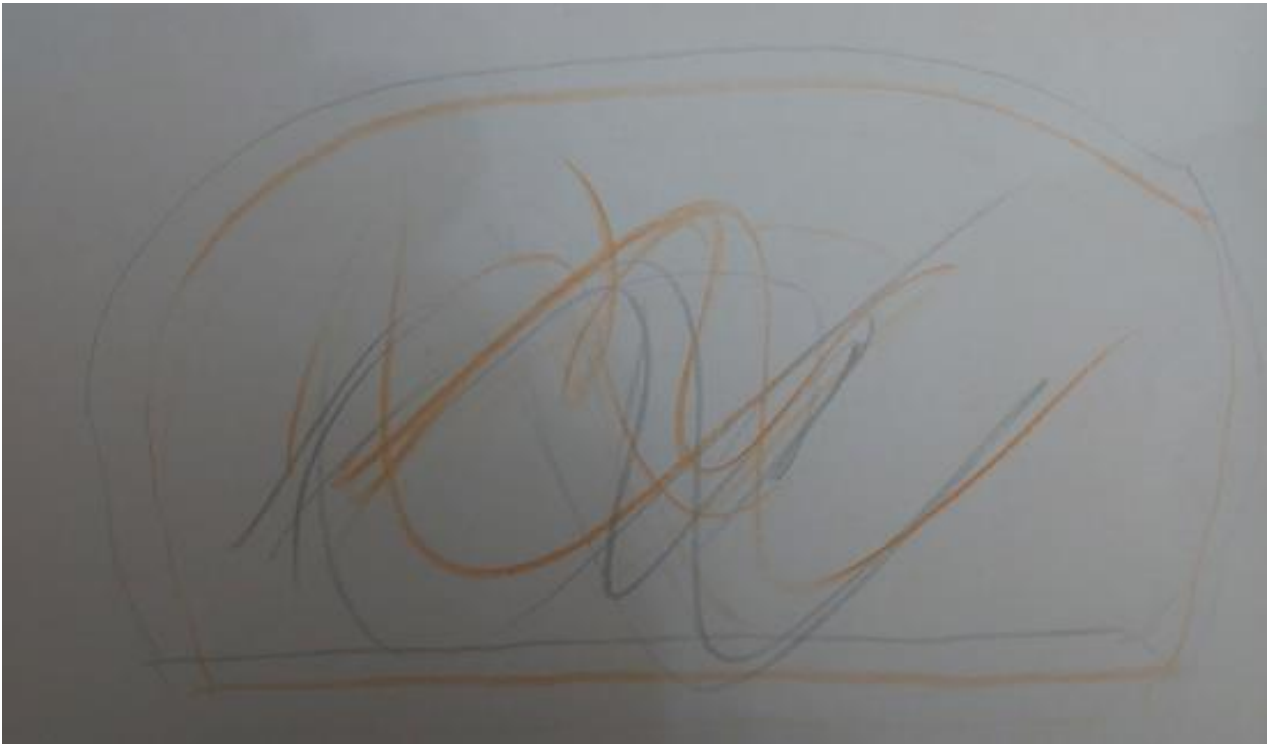
Додаток Д

Психорисунки підлітка ЕГ до психокорекційної роботи

Тема «Хто Я?»



Малюнок 1.



Малюнок 2.



Малюнок 3.



Малюнок 4.

## Додаток Е

## ЗВІТ

про проведення апробації кваліфікаційної (магістерської) роботи на тему «Подолання кризи ідентичності підлітків-переселенців» студентки ЗППм-23-2, заочна форма навчання психолого-педагогічного факультету другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності 053 Психологія Криворізького державного педагогічного університету Стародубець Наталі Дмитрівни

У період з 30 вересня 2024р. по 24 листопада 2024 р. на базі Гімназії №17 Дрогобицької міської ради Львівської області проводилася апробація програми дослідно-експериментальної роботи, для якої обрано учнів 8-их та 9-х класів у кількості 47 осіб. У процесі дослідження впроваджено емпіричну програму тренінгових занять для підлітків «Корекція деструктивної ідентичності підлітків в тренінгу» та психоедукаційна програма «Чи знаю я свою дитину-підлітка? Та чи знає вчитель своїх учнів підліткового віку?» Дослідницьку роботу здійснено під науковим керівництвом викладача кафедри практичної психології кандидата педагогічних наук, доцента кафедри практичної психології Криворізького державного педагогічного університету Гапоненко Л.О.

Результати дослідження підтвердили достовірність висунутої гіпотези, що дає підстави вважати апробацію даної програми успішною.

Звіт складено «24» листопада 2024р.

Студентка

\_\_\_\_\_

(підпис)

\_\_\_\_\_

(ім'я, прізвище)

Директор Гімназії №17

\_\_\_\_\_

(підпис)

\_\_\_\_\_

(ім.'я, прізвище)

м.п.