

Реферат
на кваліфікаційну (магістерську) роботу
«Особливості розвитку стресостійкості у підлітків в умовах війни»
магістрантки спеціальності 053 Психологія
Заброди Івана Сергійовича

Обсяг роботи – 69 с. **Кількість таблиць** – 2 табл. **Кількість рисунків** – 3 рис. **Список використаних джерел** – 67 найменувань.

Об'єкт дослідження – стресостійкість у підлітків як психологічний феномен.

Предмет дослідження – особливості розвитку стресостійкості у підлітків в умовах війни

Мета дослідження – полягає у визначенні тенденцій розвитку і ресурсів підвищення стресостійкості підлітків в умовах воєнного стану.

Завдання дослідження: Проаналізувати специфіку розвитку стресостійкості у підлітків; визначити систему чинників, які впливають на розвиток стресостійкості у підлітків; дослідити особливості розвитку стресостійкості у підлітків; розробити психологічні рекомендації щодо розвитку стресостійкості у підлітків.

Методи дослідження: теоретичні (теоретичний аналіз та синтез, систематизація, порівняння і узагальнення даних наукових джерел); емпіричні методи; методи обробки та інтерпретації даних; вивчення та систематизація методів, засобів та прийомів психологічного навчання.

Теоретичне значення результатів дослідження полягає у аналізі специфіки розвитку стресостійкості у підлітків, як психологічного феномену; визначенні системи чинників, які впливають на розвиток стресостійкості у підлітків в умовах війни.

Практичне значення отриманих результатів полягає в тому, що розроблені рекомендації будуть сприяти підвищенню рівня стресостійкості в підлітковому віці в умовах війни, можуть використовуватися психологами закладів загальної середньої та професійно-технічної освіти та фахової-передвищої освіти.

Висновки. Стресостійкість можна визначити таким визначенням – це загальна якість особистості, яка характеризується здатністю протистояти стресовим факторам за період часу, який необхідний для організації нових умов, в яких даний стресор не буде загрозливим. Важливий висновок полягає в ідентифікації ключових аспектів розвитку стресостійкості. Такі аспекти, як самосвідомість, саморегуляція, мотивація, емпатія та соціальні навички, виявилися вирішальними для успішності у різних сферах діяльності. Специфіка розвитку стресостійкості в підлітків проявляється у здатності людей краще усвідомлювати свої емоції та емоції інших, розуміти причини їх виникнення, а також ефективніше регулювати власний емоційний стан. В цій роботі було зроблено аналіз досліджень і визначено систему чинників, які впливають на розвиток стресостійкості в підлітків. Було визначено систему чинників, що мають значний вплив на стресостійкість: ...внутрішні чинники (самооцінка, тривожність), соціальні чинники (стресостійкість), емоційні та когнітивні чинники (адаптації). Було встановлено зв'язок між стресостійкістю в підлітковому віці та взаємопов'язаними чинниками. На базі ВСП «Охтирський фаховий коледж Сумського національного аграрного університету» було проведено емпіричне дослідження серед студентів I-II курсів, що дозволяє виконати задання теми роботи.

З метою розвитку стресостійкості у підлітків в умовах війни було підібрано систему вправ, інноваційних технік.

Ключові слова та словосполучення: стресостійкість, стрес, підлітки, адаптація, самооцінка.