

ВИВЧЕННЯ ПРАКТИКИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

УДК 316.62-053.6

Вовкогон Олена, Лисенко Ольга

РОЗВИТОК ЖИТТЄВИХ НАВИЧОК ЯК ФАКТОР ПОПЕРЕДЖЕННЯ РИЗИКОВАНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

У статті розглядається проблема ризикованої поведінки підлітків та можливостей для її попередження з точки зору соціальної роботи. Аналізуються потреби, які мають підлітки, проблеми, які можуть виникати в підлітковому віці, та шляхи їх подолання. Зокрема, окреслюються можливості та практика використання розвитку життєвих навичок як фактора попередження ризикованої поведінки. Досліджуються можливості профілактики ризикованої поведінки шляхом формування у підлітків життєвих навичок.

Проблема попередження ризикованої поведінки

В Україні, як і в багатьох інших сучасних країнах, спостерігається тенденція до зростання рівня злочинності серед неповнолітніх, а також розповсюдження у підлітковому середовищі таких негативних явищ, як зловживання психоактивними речовинами, агресивна поведінка, розлади харчування тощо.

Сучасна українська практика роботи з підлітками характеризується застосуванням переважно карального та контролюючого підходу в профілактиці негативних явищ серед неповнолітніх, в той час як для більшості розвинених країн характерним є підхід, спрямований насамперед на забезпечення добробуту неповнолітнього [11, 29]. У вітчизняній системі профілактики правопорушень спостерігається брак профілактичних програм, базованих на підтримці та сприянні розвитку підлітків, зокрема на навчанні життєвим навичкам та психокорекції. Це зумовлює актуальність потреби в розробці програм, зосереджених на корекції розвитку особистості неповнолітніх, що мають некримінальні поведінкові відхилення та, зокрема, демонструють ризиковану поведінку, яка містить небезпеку як для самих підлітків, так і для інших людей [8, 159].

Ризикована поведінка підлітків може проявлятися у зловживанні алкоголем, наркотиками, провокативній поведінці, дрібному хуліганстві тощо. Використання поняття ризикованої поведінки переводить фокус роботи з негативними явищами у підлітковому середовищі з площини захисту суспільства від небажаної активності

підлітків до захисту самих підлітків від наслідків ризикованих вчинків.

Таким чином, наразі для України є актуальною розробка та впровадження інноваційних методів профілактики ризикованої поведінки підлітків, які базувалися б на підтримці та розвитку потенціалу самих підлітків. Доцільним також є проведення досліджень цієї проблеми, оскільки отримані результати можуть бути використані як матеріал для практичної діяльності у сфері профілактики ризикованої поведінки.

У цій статті описано результати дослідження, виконаного в межах магістерської кваліфікаційної роботи, метою якого було визначення доцільності розвитку життєвих навичок як фактора попередження ризикованої поведінки підлітків.

Науково-методичні принципи та підходи до корекції поведінки підлітків

Підлітковий вік визначається як стадія онтогенетичного розвитку між дитинством і дорослим віком (від 11 до 16 років), яка характеризується якісними змінами, пов'язаними зі статевим дозріванням та входженням у доросле життя [13, 78]. З огляду на ці зміни, підлітковий вік вважається кризовим, відповідно, в цей період життя у людини може виникати низка труднощів та проблем.

Експериментування з різними установками та поведінкою, самовизначення, а також поступове віддалення від батьківського контролю є характерними ознаками підліткового віку. Вони слугують важливою ціллю - допомагають процесу дорослішання. Однак ті самі тенденції можуть сформувати вкрай нездорову поведінку, таку

як регулярне здійснення вчинків, пов'язаних із ризиком, вживання психоактивних речовин, делінквентна поведінка [6].

Явище ризикованої поведінки є відносно малодослідженим у соціальній роботі. Частіше використовуються такі поняття, як девіантна поведінка, проблемна поведінка тощо. Тому існує необхідність у формулюванні та дослідженні цього важливого для характеристики підліткового віку конструкту.

Ризик у широкому смислі - це характеристика ситуації, результат якої не визначено за обов'язкової наявності несприятливих наслідків. Ситуація ризику базується на виборі з двох альтернативних варіантів поведінки - пов'язаного з можливою невдачею, з одного боку, і такого, що передбачає хоча б мінімальне збереження вже досягнутого, з другого. При цьому вибір ризикованої поведінки не завжди зумовлений вищою цінністю результату, який при цьому досягається [13, 96].

Для підліткового віку типовими вважаються такі види ризикованої поведінки: проблемна поведінка (незаконне вживання психоактивних речовин, делінквентність, керування автомобілем у нетверезому стані), поведінка, пов'язана зі здоров'ям (нездорове харчування, вживання алкоголю та куріння, малорухливий спосіб життя), порушення поведінки у школі (прогули, залишення навчання, вживання наркотиків у школі) [2].

У наукових джерелах схильність до ризику розглядається як психологічна установка щодо ризикованої поведінки. Ставлення (або установка, «атітюд») визначається за допомогою трьох форм суджень: емоційного, когнітивного та поведінкового. Афективне судження означає прихильність або антипатію індивіда до досліджуваного явища. Когнітивне судження описує свідоме схвалення або несхвалення певного явища, а поведінковий компонент визначається тим, як особа поводить себе відносно явища [1, 269-322].

Спектр програм, які використовуються для корекції підліткових девіацій, є досить широким. Найпоширеніші методи втручання передбачають заміщення агресії, профілактику жорстокості, зміну переконань, ставлень, поведінки, пов'язаної зі злочинністю, підвищення соціальної компетенції дітей, навчання батьків, спільне навчання та управління класом [5].

На сучасному етапі більшість профілактичних програм спираються на модель копінг-профілактики, яка базується на ідеях Б. Спангера та розробленого ним тренінгу життєвих навичок (life skills). Метою цього тренінгу є навчання підлітків здоровому способу життя та навичкам опору залученню до девіантної, ризикованої поведінки через розвиток соціальної та

особистісної компетенції і вироблення навичок самозахисту, а також попередження виникнення проблем.

В основі використання тренінгів життєвих навичок у профілактиці різних видів ризикованої поведінки лежить переконання, що на схильність до ризику підлітка впливає низка факторів (зовнішніх і внутрішніх), і найефективнішою профілактикою тут може бути розвиток у підлітків загальних життєвих навичок, які вони зможуть використовувати для вирішення своїх повсякденних проблем. Таким чином, розвиваючи ці навички, підлітки можуть як знизити інтенсивність внутрішніх агресивних стимулів, так і вразливість до зовнішніх факторів [12].

За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), життєві навички є здатністю до адаптації та відповідної «позитивної» поведінки, яка дає змогу людям ефективно долати проблеми повсякденного життя. Життєві навички утворюються з особистісних, міжособистісних, пізнавальних та фізичних умінь, що допомагають людям контролювати та спрямовувати власне життя [9, 5; 7, 53].

Питання взаємозв'язку життєвих навичок та ризикованої поведінки залишається відкритим, хоча існують дані, які підтверджують існування такого зв'язку та доводять ефективність розвитку життєвих навичок для зменшення рівня проявів ризикованої поведінки. Такі дослідження здебільшого здійснювались у межах окремих проектів. Зокрема, більшість із них засвідчують, що розвиток життєвих навичок є ефективним у навчанні підлітків щодо пов'язаних зі здоров'ям питань (таких, як вживання алкоголю, наркотиків, паління, нездорове харчування), у попередженні ризикованої сексуальної поведінки, а також кидання школи та насильства [4].

Хоча з'ясовано, що життєві навички мають певний вплив на ризиковану поведінку підлітків, проте науковці наголошують на необхідності подальших досліджень щодо того, які з них працюють ефективно у тому чи іншому випадку. Фахівці відзначають також необхідність зосереджувати програми розвитку навичок на тому, щоб допомагати підліткам конструювати свою власну систему значень та переконань [3, 349].

Отже, підлітковий вік має низку особливостей, труднощів та проблем. Частина цих проблем може бути розв'язана підлітком самостійно, частина потребує втручання та допомоги фахівців. Існує широкий спектр методів втручання в межах різних підходів та в різних формах. Одним із перспективних методів профілактики девіантної, і зокрема ризикованої, поведінки підлітків є модель розвитку життєвих навичок.

Вивчення співвідношення між життєвими навичками підлітків та установками щодо ризикованої поведінки

Відповідно до мети нашого дослідження було сформульовано такі завдання: окреслити поняття ризикованої поведінки, вивчити установки підлітків щодо ризикованої поведінки, виявити рівень володіння підлітками життєвими навичками, проаналізувати співвідношення ризикованої поведінки та життєвих навичок у підлітків, розробити рекомендації щодо використання розвитку життєвих навичок як чинника попередження ризикованої поведінки підлітків.

Предметом дослідження було обрано співвідношення рівня розвитку життєвих навичок підлітків із їхніми установками щодо ризикованої поведінки. За дизайном дослідження є крос-секційним, застосовувалось одноразове вимірювання з використанням кількісного та якісного методів.

Для першого етапу дослідження було обрано метод анкетного опитування. Вибірку становили підлітки - учні 9-11 класів однієї з гімназій Києва, загальна кількість респондентів дорівнювала 100 особам. Відбір респондентів здійснювався за принципом доступності.

Другий, якісний, метод дослідження - напівструктуроване інтерв'ю. Воно було проведене з 10 підлітками з різним ставленням до ризикованої поведінки. Респондентів відбирали з числа тих, хто брав участь у першому етапі дослідження. Відбір здійснювався за бажанням респондентів з урахуванням рекомендації шкільного психолога таким чином, щоб до вибірки потрапили підлітки з різним ставленням до ризикованої поведінки.

Гіпотеза дослідження була такою: чим менш розвинені у підлітків життєві навички, тим більше вони схильні до ризикованої поведінки.

Ключові результати дослідження життєвих навичок та ставлення підлітків до ризикованої поведінки

Для вимірювання ставлення підлітків до ризикованої поведінки було визначено шкалу, складовими якої були когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти. Рівень установки щодо ризикованої поведінки визначали як суму таких складових: емоційної (ставлення до такої поведінки), когнітивної (знання про можливі негативні наслідки поведінки) та поведінкової (частота використання такої поведінки). Кожен із компонентів для окремого виду ризикованої поведінки оцінювали за трибальною шкалою (1 - низький рівень, 2 - середній, 3 - високий). Всього було виділено шість видів ризикованої поведінки: малорухливий спосіб життя, нездоро-

ве харчування, вживання алкоголю та куріння, вживання наркотиків, дрібні хуліганські вчинки, прогули занять. Таким чином, максимальний рівень ризикованої поведінки для окремого респондента складався із суми балів, які він набрав за кожним видом поведінки.

Відповідно до отриманих результатів, когнітивна, емоційна і поведінкова складові не однаковою мірою впливають на загальні результати і структура установки є різною для різних видів ризикованої поведінки.

Так, щодо ставлення до вживання наркотиків поведінковий компонент становить вагомішу його частину. Отже, можна зробити висновок, що у більшості опитаних чітко сформована установка до того, щоб не вживати наркотики.

Установка щодо такого виду поведінки, як вживання алкоголю та куріння, переважно базується на когнітивній складовій - знаннях про можливі негативні наслідки. Однак фактична поведінка свідчить, що незважаючи на високі показники когнітивного та емоційного компонентів, підлітки готові до здійснення її на практиці.

Відносно установки щодо малорухливого способу життя найбільше підлітків відзначили, що знають лише дещо про негативні наслідки такого виду поведінки. Отже, можна зробити висновки, що вони відчують брак необхідних знань і що вплив саме на когнітивну складову може бути ефективним з точки зору профілактики такої поведінки.

Відповідаючи на запитання щодо нездорового харчування, підлітки переважно відзначили, що здійснюють таку поведінку часто. При цьому більшість респондентів зазначили, що знають багато про негативні наслідки нездорового харчування та вважають їх суттєвими, але, як бачимо, це майже не впливає на реальну поведінку.

Відносно такої поведінки, як здійснення дрібних хуліганських вчинків, більшість підлітків зазначили, що не вчиняють їх ніколи, оскільки вважають можливі негативні наслідки такої поведінки суттєвими, однак і відзначають, що знають про них лише дещо.

Про наслідки прогулів більшість підлітків знає багато, однак це мало впливає на емоційне ставлення і поведінковий компонент установки. Можна зробити припущення, що установка щодо такої поведінки мало залежить від знання про негативні наслідки, оскільки підлітки вважають ці наслідки відносно несуттєвими.

Аналіз отриманих результатів дає підстави вести мову про те, що найбільший вплив на показник сумарного рівня схильності до ризику має саме емоційна складова, тобто емоційне ставлення респондентів до певного типу ризикованої поведінки. Знання про можливі негативні

наслідки такої поведінки мають менший вплив на сумарний рівень ризику. Чисельно найбільше значення має саме поведінкова складова, тобто фактична готовність до дії. Це може свідчити про те, що здатність до рефлексії та осмислення власної поведінки у підлітків є відносно мало-розвиненою.

Серед різних видів ризикованої поведінки в групі опитаних найбільше схильні до поведінки, пов'язаної з ризиком для власного здоров'я (малорухливий спосіб життя, нездорове харчування). Друге місце посідають порушення правил поведінки в школі (прогули занять) і третє - хуліганські вчинки та вживання тютюну й алкоголю.

За даними інтерв'ю, найпоширенішими в підлітковому середовищі є такі види ризикованої поведінки, як заняття екстремальними видами спорту, прогули занять та інші види безвідповідальної поведінки щодо власних обов'язків, необережність та провокації у спілкуванні (наприклад, брутальні відповіді незнайомцям).

Для вимірювання рівня володіння життєвими навичками було застосовано шкалу, що формувалася з суми балів, які респондент набирив за кожну навичку. Навички оцінювалися за такою шкалою кожна: 4 - недостатній рівень, 3 - рівень нижче середнього, 2 - середній рівень, 1 - високий рівень. Було вивчено 10 навичок: уміння розв'язувати конфлікти шляхом переговорів та консенсусу, звертатися по допомогу, приймати рішення, емпатія, вміння говорити «ні», виражати почуття, справлятися з напруженням, навички постановки цілей, планування, асертивність. Таким чином, максимальний рівень володіння життєвими навичками для окремого респондента складався із суми балів, які він набрав за кожною окремою навичкою.

Найвищий рівень опанування респонденти демонструють щодо таких навичок, як емпатія, навичка звертатися по допомогу, навичка прийняття рішень та постановки цілей. Це відповідає успішному використанню таких умінь у ситуаціях реального життя.

До категорії успішного застосування навички з усвідомленням деяких вад (тобто на середньому рівні опанування) належать такі, як асертивність, планування, розв'язання конфліктів, вміння говорити «ні», вміння виражати почуття, долати стрес.

Залежності між різними показниками ризикованої поведінки та розвитком життєвих навичок

У результаті дослідження вдалося виявити співвідношення між тим, наскільки підлітки здатні успішно пристосовуватись до вимог повсякденного життя, та тим, наскільки вони схильні до ризику.

Отримані дані неоднозначні, оскільки характеристики установок щодо ризикованої поведінки різко коливаються по мірі зменшення рівня життєвих навичок. Однак виразно простежується тенденція до зростання схильності до ризикованої поведінки відповідно до зменшення рівня життєвих навичок, про що свідчить коефіцієнт кореляції Пірсона між цими змінними (0,264).

На установки підлітків щодо ризикованої поведінки різні чинники впливають неоднаково.

Для такої змінної, як стать, на значущому рівні кореляція простежується із двома видами ризикованої поведінки: із нездоровим харчуванням та вживанням наркотиків. В обох випадках вона означає, що хлопці більшою мірою схильні до ризику щодо власного здоров'я та вживання наркотиків, ніж дівчата.

Про залежність ризикованої поведінки від віку можна сказати, що для обраної вибірки з віком рівень такої поведінки зростає. Це збігається з даними інших досліджень і пояснюється особливостями підліткового віку, коли, дорослішаючи, людина сміливіше експериментує з власною поведінкою.

Згідно з результатами дослідження, загалом рівень володіння життєвими навичками не дуже корелює зі статтю та віком, але з отриманих даних можна зробити припущення, що тенденція до такої залежності існує.

Це свідчить про те, що дівчата більшою мірою володіють життєвими навичками, ніж хлопці, і що з віком (у цій віковій групі) рівень володіння життєвими навичками зменшується. Це питання відкриває можливості для подальшого дослідження з розширенням вікового діапазону.

На значущому рівні кореляція простежується між статтю та вмінням долати стрес, тобто дівчата більшою мірою володіють цим умінням.

Різні види ризикованої поведінки, розглянуті нами, неоднаково корелюють із життєвими навичками респондентів.

З-поміж життєвих навичок з рівнем ризикованої поведінки найбільше корелює уміння розв'язувати конфлікти. Кореляція простежується на значущому рівні та її коефіцієнт дорівнює -0,581 (тобто ця кореляція є негативною).

В інтерв'ю респонденти так пояснюють таку залежність: якщо людина не може відстояти власну позицію в суперечці, вона відчуває потребу вивільнити накопичену агресію та інші руйнівні емоції, які внаслідок цього виникли. Ризикова поведінка, таким чином, задовольняє таку важливу потребу, як вивільнення емоцій, агресивних імпульсів, а також потребу в самоповазі.

Варто відзначити, що розв'язання конфліктів вже саме по собі містить елемент ризику, і части-

на респондентів у межах інтерв'ю зазначили, що повсякденні конфлікти їм забезпечують достатньо ризику та адреналіну.

Найбільше від навички вирішення конфліктів залежать схильність до малорухливого способу життя, прогулів занять і вживання алкоголю та тютюну.

На рівні 0,05 із навичкою вирішення конфліктів корелюють установки щодо нездорового харчування та вживання наркотиків: коефіцієнт кореляції становить -0,26 і -0,303 відповідно.

Очевидною є залежність установок щодо ризикованої поведінки від рівня сформованості навички виражати почуття. Коефіцієнт кореляції між схильністю до ризикованої поведінки та вмінням виражати почуття становить -0,272, і ця кореляція є значущою для даної вибірки на рівні 0,05. На значущому рівні з навичкою виражати почуття негативно корелюють також установки респондентів щодо нездорового харчування та малорухливого способу життя, тобто така ризикована поведінка, що пов'язана з недбалістю до власного здоров'я.

Таким чином, можна зробити висновок, що недостатнє вміння виражати власні почуття може слугувати однією з вагомих причин ризикованої поведінки підлітків. У такому випадку ризикована поведінка відіграє роль діяльності, що заміщує реальне самоствердження та розв'язання міжособистісних суперечностей. Накопичена агресія, яка не може бути адекватно та безпечно виражена, спрямовується або на себе, або на інший, безпечніший об'єкт (вона, зокрема «заїдається», «запивається» тощо). Відповідно, розвиток уміння усвідомлювати, формулювати і висловлювати власні почуття у людини може зменшувати її потребу в неадекватному ризику. Самі підлітки у напівструктурованому інтерв'ю зазначали, що хотіли б навчатися краще опановувати власні емоції й адекватно їх виражати, і в цьому їм потрібна допомога.

Щодо решти досліджуваних навичок, то зв'язок між ними та ризикованою поведінкою теж спостерігається, хоча й не настільки очевидно. Так, навичка говорити «ні» передбачувано на значущому рівні негативно корелює з установкою щодо вживання наркотиків: коефіцієнт кореляції становить -0,319. Це означає, що чим розвиненіше це вміння, тим менше схильний підліток проявляти конформність щодо вживання наркотиків, оскільки відомо, що більшість перших спроб вживання відбувається під впливом оточення. Що стосується навички виявляти емпатію, то тут коефіцієнт кореляції з установкою щодо нездорового харчування становить -0,341. Це може свідчити про те, що здатність відчувати інших є продовженням здатності відчувати і усвідомлювати самого себе, власні справжні потреби і бажання, а, як відомо, само-

свідомість є базовим особистісним новоутворенням підліткового віку. Навичка постановки цілей на значущому рівні корелює з установкою щодо малорухливого способу життя: коефіцієнт кореляції дорівнює -0,261. Пояснюючи цей зв'язок, можна припустити, що підлітки, які можуть ставити перед собою певні цілі, більш активні, більше залучені у справи та інтегровані у товариство, тому менше часу проводять перед екранами телевізорів і комп'ютерів.

Підсумувати виявлені зв'язки можна за допомогою методу кореляційних плеяд (рис. 1).

Як видно з наведеної нижче схеми, ризикована поведінка найбільше залежить від навички розв'язувати конфлікти: вона негативно корелює з установками щодо прогулів занять, вживання алкоголю та тютюну, малорухливого способу життя, вживання наркотиків та нездорового харчування. Найбільше вона корелює зі ставленням до прогулів. Невміння розв'язувати конфлікти змушує людину їх уникати, а прогули занять також є формою уникнення. Конфлікти завжди є стресовими ситуаціями, і у випадку, коли людина не може впоратися з сильними емоціями, вона може вдаватися до різних способів уникання, до яких належать вживання алкоголю, наркотиків, куріння, прогули занять, нездорове харчування та ізоляція (малорухливий спосіб життя). Всі ці види поведінки одночасно є і замішувальними способами переживати сильні емоції, а інколи і виражати їх.

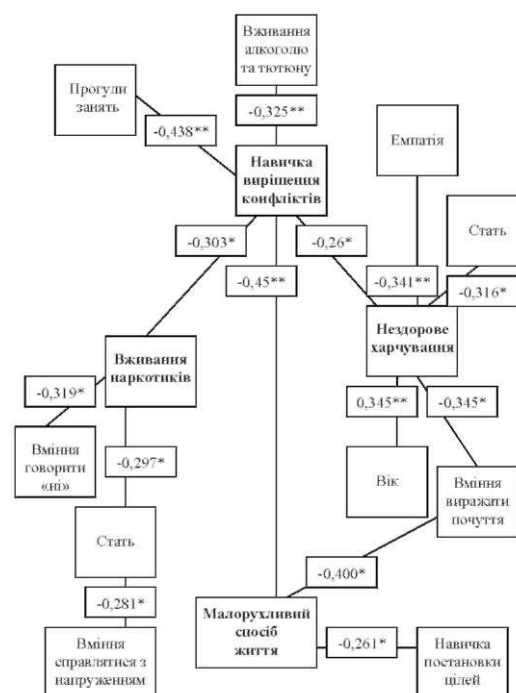


Рис. 1. Кореляційна плеяда найбільш значущих взаємозв'язків між чинниками ризикованої поведінки та життєвими навичками:

* кореляція значуща на рівні 0,05;

** кореляція значуща на рівні 0,01.

На установки щодо нездорового харчування також впливають такі фактори, як вік, стать, рівень володіння навичкою виражати почуття та емпатією. Помітно, що ці навички стосуються емоційної сфери. Схильність до нездорового харчування пов'язана з нечутливістю до власного стану та відчуттів. Вона свідчить про недостатній розвиток уміння розпізнавати почуття та виражати їх. Відповідно, якщо людина не усвідомлює власний стан, вона не чутлива і до стану іншої людини, тобто не здатна до емпатії.

Установки щодо малорухливого способу життя залежать від навички постановки цілей, вміння виражати почуття та розв'язувати конфлікти. Коефіцієнт кореляції з навичкою постановки цілей є вдвічі нижчим, ніж з іншими двома навичками. Малорухливий спосіб життя так само, як і нездорове харчування, пов'язаний з недбалістю щодо власного здоров'я та нечутливістю до власного стану. Також це асоціюється з пасивністю, невмінням організувати себе та свою активність. Недостатній розвиток навички постановки цілей так само свідчить про пасивність, брак віри у власні сили, невміння організувати себе. Підлітки, схильні до малорухливого способу життя, можуть потребувати позитивного досвіду того, як досягати успіху, особливо у ситуаціях міжособистісного спілкування. Також корисним для них може бути залучення до соціальних активностей (таких, як загальнообов'язкові тренінги, змагання, ігри тощо).

Установки щодо вживання наркотиків залежать від статі підлітків (хлопці більш схильні до такої поведінки), вміння розв'язувати конфлікти та говорити «ні». Обидва ці вміння передбачають конфронтацію з іншою людиною. У випадку, якщо людині важко відстоювати власну позицію, якщо вона не витримує сильного емоційного напруження, якого це потребує, вона може вдаватися до такого способу справлятися з сильними емоціями, як вживання наркотиків.

Вміння справлятися з напруженням корелює зі статтю респондентів. Це означає, що хлопці більшою мірою володіють цією навичкою, або ж стверджують це, оскільки традиційно вона вважається ознакою мужності.

Отже, ставлення підлітків до ризикованої поведінки залежить від низки таких факторів, як стать, вік, наявність хобі, рівень володіння навичками постановки цілей, вмінням справлятися з напруженням, вмінням говорити «ні», навичкою розв'язувати конфлікти, емпатією. Ця залежність проявляється різною мірою відносно цих чинників: найбільшою вона є щодо таких навичок, як уміння вирішувати конфлікти та виражати почуття, а також щодо навичок постановки цілей, емпатії та вміння говорити

«ні». Існує тенденція до залежності ризикованої поведінки більше від навичок, пов'язаних із ситуаціями сильного емоційного напруження, а також спілкування (таких, як вміння розв'язувати конфлікти та виражати почуття), ніж від навичок саморегуляції (таких, як планування, постановки цілей, прийняття рішень). Можна зробити висновок, що ризикована поведінка є насамперед соціальною, тобто виникає в ситуаціях спілкування та виконує функції комунікації, а також є наслідком недостатнього розвитку емоційної сфери, зокрема вміння розпізнавати емоції, приймати їх та виражати.

Висновки та перспективи подальших досліджень

У результаті проведеного дослідження та аналізу літератури можна зробити низку висновків.

Зокрема, брак життєвих навичок у підлітків негативно пов'язаний з їхньою схильністю до ризикованої поведінки. Отже, розвиток життєвих навичок може бути фактором попередження ризикованої поведінки підлітків.

Найбільш вираженим у підлітків є поведінковий компонент установки щодо ризикованої поведінки. Це свідчить про те, що підлітки більш схильні діяти, ніж аналізувати можливі негативні наслідки своїх дій та власні почуття, що зумовлено недостатньою розвиненістю у них емоційної та когнітивної сфер.

Схильність до ризикованої поведінки найбільше та негативно пов'язана з такими життєвими навичками, як уміння виражати почуття, розв'язувати конфлікти, говорити «ні», емпатія, навичка постановки цілей.

Значущих зв'язків не було виявлено щодо таких навичок, як планування, прийняття рішень, вміння звертатися по допомогу, асертивність та вміння справлятися з напруженням. Це може бути пов'язане як з віком респондентів, так і з недостатністю інструментарію дослідження та потребує подальшого уточнення.

У схильності до ризикованої поведінки підлітків значну роль відіграє рівень розвиненості емоційної сфери. Про це свідчить той факт, що більшість навичок, в яких підлітки відчують свою некомпетентність (емпатія, вміння виражати почуття тощо), пов'язані з усвідомленням та вираженням емоцій.

Підлітки відзначають потребу в сторонній допомозі щодо розвитку емоційної сфери та навичок спілкування і висловлюють готовність приймати допомогу від старших, зокрема від вчителів та батьків.

З усіх видів ризикованих вчинків підлітки досліджуваної групи, які є учнями столичної гім-

назії, найбільше схильні до недбалої поведінки щодо власного здоров'я (зокрема, до сидячого способу життя та нездорового харчування).

Підлітки, що не мають проблем з ризикованою поведінкою, використовують низку соціально прийнятних способів задовольняти потребу в ризику, таких як спорт, суперечки, конфлікти тощо. Сприяння розвитку таких способів опрацювання потреби в ризику може слугувати важливим фактором попередження більш небезпечних видів ризикованої поведінки.

Рекомендації щодо використання результатів дослідження в соціально-педагогічній роботі з підлітками

Для попередження ризикованої поведінки підлітків в умовах соціально-педагогічних установ необхідно здійснювати роботу в декількох напрямках.

По-перше, здійснювати профілактику, спираючись на поведінковий компонент ставлення до ризикованої поведінки, зокрема:

- залучати учнів у школах та інших навчально-виховних закладах до такої активності, що передбачає спілкування (наприклад змагання, тренінги тощо) та спонукає підлітків до активного проведення вільного часу;
- у соціально-педагогічній роботі акцентувати увагу на виробленні навичок соціальної поведінки, таких як аргументована відмова, розв'язання конфліктів шляхом переговорів та вміння виражати почуття;
- залучати підлітків до діяльності спільно з дорослими (зокрема, до участі в громадському житті, в житті класу, школи), аби надати їм можливість здобути позитивний досвід, пов'язаний з успіхами та вірою у власні сили,

а також набути такі навички, як планування та постановки цілей.

По-друге, при розробці профілактичних програм варто робити наголос на розвитку емоційної сфери підлітків, а саме: впроваджувати тренінги та інші групові активності, в межах яких можливе вироблення у підлітків навичок рефлексії та спілкування (як описувати свій стан, як виражати почуття, як виявляти емпатію).

По-третє, в організації профілактики ризикованої поведінки залучати когнітивний компонент у комплексі з іншими - поведінковим та емоційним, зокрема посилити інформування підлітків про негативні наслідки нездорового харчування та малорухливого способу життя в комплексі з залученням їх до групових активностей.

Також варто рекомендувати спрямовувати роботу серед підлітків на створення середовища, яке було б носієм цінностей активного життя, відкритого спілкування, творчості та здорового способу життя. До створення такого середовища важливо залучати всіх учасників соціально-виховного процесу: вчителів, шкільних психологів, соціальних працівників, батьків та підлітків.

Щодо перспективи подальших досліджень, то, на наш погляд, вони мають бути спрямовані на глибше вивчення і обґрунтування взаємозв'язку між ризикованою поведінкою і розвитком життєвих навичок, основою чого можуть бути: розширення вибірки, вирівнювання її за статтю і віковими підгрупами; уточнення і доповнення запропонованого опитувальника (зокрема, питаннями про ризики щодо сексуальної поведінки); поглиблення якісного методу інтерв'ю з підлітками щодо функції ризикованої поведінки; вивчення впливу тренінгу життєвих навичок на ставлення до ризикованої поведінки.

1. *Eagly A. H., Chaiken S.* Attitude structure and function // The handbook of social psychology / Ed. by D. T. Gilbert, S. T. Fiske, G. Lindzey. - New York: Oxford University Press, 1998.
2. *Jessor R.* Risk behavior in adolescence: A psychosocial framework for understanding and action // *Developmental Review.* - 1992. - Vol. 22.
3. *Levitt M., Selman R., Richmond J.* The psychosocial foundations of early adolescents' high-risk behavior: implications for research and practice // *Journal of Research on Adolescence.* - 1991. - Vol. 1. - N. 4.
4. Life skills approaches to improving youth's sexual and reproductive health [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://www.advocatesforyouth.org/publications/iag/lifeskills.pdf>.
5. *Tolan P., Guerra N.* What works in reducing adolescent violence // An empirical review of the field boulder. - CO: Center for the Study and Prevention of Violence, 1994.
6. *Гаарилова Г. П.* Личностные трудности и проблемы подростков // Психологическая наука и образование. - 1997. - № 1.
7. *Зверева І. Д.* Розробка та впровадження програм з навчання життєвим навичкам: міжнародні і вітчизняні підходи // Практична психологія і соціальна робота. - 2004. - № 4. - С. 53-57.
8. Злочинність неповнолітніх: причини, наслідки та шляхи запобігання / С. І. Яковенко, Н. Ю. Максимов, Л. І. Мороз, Л. А. Мороз. - К.: Вид. Паливода А. В., 2006. - 260 с.
9. Обучение жизненно необходимым умениям и навыкам в школах. - Женева: ВОЗ, 1993.
10. *Осипян Н. Б.* Личностные детерминанты проявления рискованного поведения у несовершеннолетних участников групповых преступлений: Автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.06. - Ростов-на-Дону: ЮФУ, 2007. - 17 с.
11. *Панкова Т. П.* Международные стандарты и нормы ООН в области предупреждения правонарушений несовершеннолетних // Криминология. - 2004. - № 10.
12. *Портер Ш.* Развитие жизненных навыков предотвращает наркотическую зависимость [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://www.school-obz.org/topics/narco/010.htm>
13. Психология: Словарь / Под ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. - М.: Политиздат, 1990.

Vovkogon Olena, Lysenko Olga

**THE DEVELOPMENT OF LIFE SKILLS AS A FACTOR OF PREVENTION
OF RISKY BEHAVIOR AMONG YOUNG PEOPLE**

The paper analyses the problem of risky behavior among young people and the possibilities for its prevention from the perspective of social work. The needs and problems of young people, and the ways of overcoming them are analyzed. Particularly, the perspectives and practice of using the development of life skills as a factor of prevention of risky behavior are outlined.

The paper analyses the possibilities for prevention of risky behaviour among young people by developing their life skills.