

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЄВО-МОГИЛЯНСЬКА АКАДЕМІЯ»
ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНИХ НАУК І СОЦІАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ

Кафедра психології та педагогіки

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
освітньо-кваліфікаційний рівень - магістр
на тему:

**«ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РИЗИКОВАНОЇ ПОВЕДІНКИ В
РАНЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ»**

Виконала: студентка 2-го року навчання, спеціальності 053 «Психологія»

Ковш Владислава Олегівна

Науковий керівник: Копець Л. В., кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології та педагогіки

Рецензент _____ (прізвище та ініціали)

Кваліфікаційна робота захищена з оцінкою « _____ »

Секретар ДЕК _____ « ____ » _____ 2022 р.

Київ – 2022

АНОТАЦІЯ

«Психологічні особливості ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці»

Кваліфікаційна робота освітньо-кваліфікаційного рівня –магістр за спеціальністю 053 Психологія –

Національний університет «Києво-Могилянська академія», 2022 —

Ковш Владислави Олегівни

Робота присвячена вивченню актуальної соціально важливої проблеми ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці. В роботі представлено аналіз сучасних досліджень ризикованої поведінки, визначено поняття «ризикована поведінка», дається психологічний аналіз феноменології ризикованої поведінки та її видів, обґрунтовуються теоретичні основи дослідження ризикованої поведінки, представлена системна характеристика раннього юнацького віку. В дослідженні показано, що в ранньому юнацькому віці ризик – це не просто випадковий вибір стратегії поведінки, це спосіб адаптації до світу та дослідження соціальної реальності. Серед найважливіших результатів дослідження є розкриття закономірності, що ризикована поведінка в ранньому юнацькому віці проявляється в єдності двох протилежних тенденцій: прагненням до конструктивної соціально нормативної діяльності, в якій ризик сприяє саморозкриттю особистості, та з іншого боку – в деструктивній діяльності, в якій ризик збіднює життєві переживання, стає небезпечним, може призвести до балансування на межі життя і смерті. На основі результатів емпіричного дослідження розроблено програму профілактики ризикованої поведінки та формування життєвих навичок протидії ризику. **В першому розділі роботи** обґрунтовано значення проблеми вивчення ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці. **В другому розділі** представлено методи та результати емпіричного дослідження. **Третій розділ** присвячено програмі розвитку профілактики ризикованої поведінки.

Ключові слова: *ризикована поведінка, нормативність ризикованої поведінки, деструктивний та конструктивний ризик, юнацький вік, вікова домінанта.*

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ РИЗИКОВАНОЇ ПОВЕДІНКИ В РАННЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	9
1.1. Психологічні особливості ризикованої поведінки	9
1.2. Особистісні чинники прийняття ризику.....	11
1.3. Психологічні властивості юнацького періоду як умови ризику	16
1.4. Типи ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці.....	21
Висновки до першого розділу	25
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РИЗИКОВАНОЇ ПОВЕДІНКИ В РАННЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	27
2.1. Програма та методи дослідження	27
2.2. Аналіз результатів дослідження та їх інтерпретація.....	30
Висновки до другого розділу.....	44
РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ ПРОФІЛАКТИКИ РИЗИКОВАНОЇ ПОВЕДІНКИ.....	45
3.1. Принципи профілактичної роботи по запобіганню ризикованої поведінки	45
3.2. Формування життєвих навичок як умова профілактики ризикованої поведінки	50
3.3. Програма профілактики ризикованої поведінки	51
3.4. Методичні рекомендації до програми	63
Висновки до третього розділу	65
ВИСНОВКИ.....	66
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	68
ДОДАТКИ.....	74

ВСТУП

Актуальність проблеми. Необхідність вивчення психологічних особливостей ризикованої поведінки в юнацькому віці зумовлена низкою причин. Посилення динаміки соціально-економічних, політичних, соціокультурних змін сучасного українського суспільства, прискорення темпів життя, технологічні інновації, розмаїття та масштабність кризових явищ та ситуацій, створюють соціальні зони ризику, які безумовно впливають на поведінку сучасної молоді. В суспільному контексті зростає значення досліджень соціальних, групових та особистісних ризиків. Актуальність проблеми ризикованої поведінки зумовлена відсутністю знань про суть ризикованої поведінки, мотивацію ризику, її детермінанти, а також суб'єктивне сприйняття і раціоналізацію.

Особи юнацького віку активно реалізують свою самостійність, прикладають зусилля щодо пошуку власного місця у світі, способів ствердження свого «Я», часто усвідомлюючи обмеженість своїх можливостей. Оптимальною стратегією поведінки в цей період стає вільний, свідомий, альтернативний вибір, що не виключає виникнення ризикованих видів поведінки, а також появи як соціально прийнятної ризикованої поведінки, так і девіантної.

Сучасні геополітичні, економічні, соціокультурні перетворення в Україні та світі значно актуалізують прояви ризикованої поведінки, оскільки молоді люди частіше потрапляють в небезпечні та екстремальні ситуації. Психологічними наслідками цього стають емоційна вразливість, імпульсивність, тривожність, агресивність, що ставить перед психологами завдання профілактики та подолання ризикованої поведінки, яка стає широко розповсюдженою в сучасному суспільстві.

Аналіз психологічних досліджень свідчить, що проблема ризику є однією з центральних (Л. М. Абсалямова, С. В. Бикова, У. Едвардс, В. К. Калін, Ю. Козелецький, Т. В. Корнілова, К. Кумбс, В. А. Петровський, В. Д. Рудашевський, О. П. Саннікова, Г. М. Солнцева, Р. Тримпоп, Т. Б. Хомуленко, О. Я. Чебикін та ін.). Пізнання феномену ризикованої поведінки дозволило визначити такі психологічні аспекти як вплив мотивації на прийняття рішень і поведінку (У. Едвардс, В. К. Калін, Т. В. Корнілова, К. Левін, В. А. Петровський); особливості виправданості ризику (Ю.

Козелецький, О. А. Кондрацький); зв'язок схильності до ризику з девіантною поведінкою (С. М. Богомолова, О. Даклбек, С. Дж. Рідігер); особистісний зміст почуття ризику (Ю. Д. Башкіна, С. Т. Посохова, С. Кумбс, Р. Б. Кеттел); схильність до ризику (С. В. Бикова, О. В. Грідін, Т. В. Грязнова, С. П. Діков, О. М. Кір'янова, О. Г. Ніазашвілі, О. П. Саннікова, М. Ю. Соколов, Г. М. Солнцева); ототожнення з небезпекою, загрозою, втратами (М. С. Грінберг, І. К. Дабобес, С. Д. Максименко, М. С. Малєїн, Ю. І. Москальов, В. Рассудовський, В. І. Серебровський, А. В. Сомова, Ю. М. Швалб); прагнення до гострих відчуттів (М. Цукерман, Г. Ю. Айзенк).

Узагальнення численних наукових праць дало змогу констатувати, що, незважаючи на широке охоплення в дослідженнях ризикованої поведінки проблема не вирішена в аспекті психологічних особливостей ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці; ефективних технологій профілактики та корекції; прогнозування вираженості ризику й відповідних наслідків.

Тематика психологічних особливостей ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці потрапила в коло досліджень таких науковців як Є. С. Ємельянова, В. Д. Москаленко, О. Ю. Сідун, Н. І. Пов'якель та ін. Поняття ризикованої поведінки досліджували у своїх працях А. П. Альгіна, Ю. В. Фролова, Л. М. Залуніна, С. Лінг, П. К. Дик та інші. Психологічні моделі ризикованої поведінки в юнацькому віці були розглянуті такими дослідниками як Б. С. Братусь, Ц. П. Короленко, В. Менделевич та ін. Проведений аналіз досліджень свідчить, що інтерес сучасних фахівців до ризикованої поведінки має переважно фрагментарний та несистемний характер. Психологічні особливості ризикованої поведінки, прогнозування вираженості ризику та відповідних наслідків залишаються в науці фактично нерозкритими та дискусійними.

Теоретико-методологічну основу дослідження склали: психолого-педагогічні концепції уникнення ризикованих видів поведінки в юнацькому віці (Є. С. Ємельянова, В. Д. Москаленко, О. Ю. Сідун, Н. І. Пов'якель та ін.); теоретичні пояснення ризикованої поведінки (А. П. Альгіна, Ю. В. Фролова, Л. М. Залуніна, С. Лінг, П. К. Дик та інші); психологічні моделі ризикованої поведінки в юнацькому віці (Б. С. Братусь, Ц. П. Короленко, В. Менделевич та ін.); основні положення

холістичного та системно-структурного підходів (Л. Берталанфі, В. О. Ганзен, В. К. Калін, Б. Ф. Ломов); системно-структурного підходу до прийняття рішень (Ф. Ю. Василюк, К. Левін, В. Г. Панок та ін.); суб'єктно-діяльнісного підходу (Л. К. Велитченко, А. В. Карпов, Д. О. Леонт'єв, В. О. Моляко, В. А. Роменець, В. О. Татенко, О. Я. Чебикін та ін.); концепції особистісного розвитку (А. Адлер, А. Бандура, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, О. П. Саннікова, М. І. Томчук, А. В. Фурман та ін.); психологічні теорії прийняття рішень і вільного вибору особистості (Ю. Козелецький, Т. В. Корнілова, О. І. Санніков, Д. Канеман, А. Тверски та ін.); теорії ризику (І. Г. Абрамова, Ю. Козелецький, В. А. Петровський, Т. Б. Хомуленко); теорії емоцій та емоційної регуляції діяльності (П. К. Анохін, Ф. Ю. Василюк, Л. П. Журавльова, К. Ізард, Е. Л. Носенко, О. П. Саннікова, О. Я. Чебикін та ін.), положення психогенетичного підходу та вчення про закономірності розвитку психіки (Л. С. Виготський, Г. С. Костюк, С. Д. Максименко та ін.); теорії мотивації до гострих відчуттів (М. Цукерман, Г. Ю. Айзенк).

Мета дослідження теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні особливості ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці, а також розробити програму для формування навичок безпечної поведінки та профілактики ризику.

Завдання:

1. Теоретично проаналізувати дослідження ризикованої поведінки та виокремити психологічні чинники ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці;
2. Провести емпіричне дослідження психологічних особливостей ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці.
3. Розкрити особливості психологічної роботи з особами раннього юнацького віку в контексті програми профілактики ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці та формування навичок безпечної поведінки та надати психологічні рекомендації до програми.

Об'єкт дослідження – ризикована поведінка в ранньому юнацькому віці.

Предмет дослідження – психологічні особливості ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці.

Гіпотеза: схильність до невиправданого ризику у ранньому юнацькому віці зумовлена низкою чинників, які впливають на ступінь вираженості цієї схильності.

Методи дослідження: виконання вищезазначених завдань потребувало використання комплексу методів:

- теоретичних: аналіз та синтез науково-психологічної інформації щодо особливостей ризикованої поведінки та схильності до ризику в ранньому юнацькому віці, узагальнення та систематизація даних теоретичного вивчення проблеми;

- емпіричних: опитування, обробка отриманих результатів, кількісний та якісний аналіз даних, методи математичної статистики.

У ході проведення емпіричного дослідження було використано спеціальні психодіагностичні методики: «Методика діагностики схильності до ризику» (А. Г. Шмельов); «Мельбурнський опитувальник прийняття рішень»; «Шкала пошуку відчуттів» (М. Цукерман); «Опитувальник для оцінки рівня деструктивного ризику»; авторська анкета, орієнтована на дослідження феноменології ризикованої поведінки.

Дослідження проведено в одній із навчальних установ м. Києва.

Вибірка дослідження: 23 учнів 10-11 класів (15-17 років).

Наукова новизна дослідження полягає в розгляді проблеми ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці в системі обраних методів, а також в розробці профілактичної програми, спрямованої на формування навичок профілактики ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці.

Практичне значення отриманих результатів визначається в емпірично окреслених психологічних особливостях осіб юнацького віку, які відзначаються ризикованою поведінкою, а також у розробці програми формування життєвих навичок безпечної поведінки та профілактики ризику. Результати дослідження можуть бути корисними шкільним психологам, соціальним працівникам при організації та проведенні практичної роботи з особами юнацького віку, а також студентам і викладачами вищих навчальних закладів під час ознайомлення з досліджуваною темою.

Структура роботи: робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків; містить 66 сторінок основного тексту, 18 рисунків, 3 таблиці, 3 додатків. Список використаних джерел включає 66 найменувань.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ РИЗИКОВАНОЇ ПОВЕДІНКИ В РАННЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

1.1. Психологічні особливості ризикованої поведінки

Одним із вимірів соціальності людини є її поведінка як сукупність видимих вчинків і дій, що так чи інакше зачіпають інтереси інших людей, великих чи малих соціальних груп та відображають рівень засвоєння нею соціальних норм, правил, принципів життєдіяльності в умовах взаємодії з навколишнім середовищем.

Поведінка — це процес взаємодії людини з довкіллям, обумовлений її індивідуальними особливостями і внутрішньою активністю, що проявляється, переважно, у вигляді зовнішніх дій і вчинків; сукупність дій і вчинків; реакція організму на яке-небудь подразнення або вплив чогось; форма взаємодії людини і довкілля [47, с 342].

Поведінка у соціумі завжди визначається як соціальна поведінка. Для неї характерною є спрямованість дій на перетворення соціальних умов у відповідності з інтересами і потребами людини та запитамі соціуму, в якому вона перебуває. Саме у соціальній поведінці відображається рівень соціальних потенцій особистості, її знань, умінь і навичок, набутий соціальний досвід. В основі такої поведінки завжди знаходиться система цінностей і ціннісних орієнтацій [47, с. 233]. Характер проявів соціальної поведінки залежить від особливостей взаємовідносин людини із соціумом, до якого вона належить, а сама поведінка може розглядатись як одна з форм організації психічного життя людини.

У найбільш загальному виражені, соціальну поведінку можна класифікувати тільки за ознакою соціальної спрямованості. На цій підставі традиційно виокремлюють три основні типи поведінки:

- просоціальну (як соціальну позитивну, на основі її оцінки з позиції дотримання соціальних норм і принципів моралі);
- девіантну (таку, що відрізняється від загальноприйнятих у суспільстві норм права, культури, моралі, але принципово їх не порушує). Видами девіантної поведінки є різні хімічні та нехімічні (в тому числі комп'ютерні) адикції;

– асоціальну (деліквентну, кримінальну), яка вирізняється високим рівнем агресії по відношенню до інших членів суспільства, насамперед, до найближчого оточення.

Однак, в останні десятиріччя у суспільстві все частіше проявляється ще один, четвертий тип соціальної поведінки - ризикованої. Її не завжди можна ототожнювати з девіантною поведінкою, яка виходить за межі норм. Це, швидше, необдумані та нерозсудливі вчинки, які здійснюються в особливих емоційних станах або внаслідок необізнаності чи неповної обізнаності щодо ризиків, які можуть її супроводжувати [47, с. 343].

Ризикована поведінка - це поведінка, у результаті якої з'являється ймовірність виникнення порушення здоров'я чи інших небезпек, як для того, хто так себе поводить, так і для його оточення [3]. Отже, ризикована поведінка є певною мірою небезпечною.

На думку, Ю. Фролової ризикована поведінка означає ті види поведінки, існування яких потенційно загрожує здоров'ю та життю людини. В той час як Л. Залуніна відмічає, що будь-яка поведінка може бути пов'язана з ризиком, не будучи небезпечною для здоров'я, особливо якщо мова йде про юнаків. С. Лінг визначає ризиковану поведінку як спонтанну діяльність юнака щодо експериментування над своїми власними можливостями, як досвід індивіда в пошуках самого себе [3]. Представлені визначення спираються на альтернативність ризику. На рівнозначну вірогідність сприятливих та несприятливих наслідків його реалізації, що привносить у визначення ризику складну структуру його організації та проявів.

Як вважає Р. Грановська, жага ризику може бути засобом досягнення компетенції. Прагнення до гострих відчуттів, обумовлене досвідом подолання небезпек, або насолоди після відповідного емоційного розвантаження. Подібний вид катарсису супроводжується гордістю, задоволенням, можливим захопленням з боку оточення. Переживання такого роду підтримують схильність до ризику [13].

А. Молчанов зазначає, що ризик слід розглядати як певну передумову соціально небезпечних дій. Феноменально ризик виявляється у таких компонентах як ризикована дія, ризикована ситуація. Будь-який ризик, на думку дослідника, виступає у формі потенційного (рефлексія суб'єктом будь-якої небезпеки) чи актуального

(ризикована дія визначається як соціальна, якщо реалізується суб'єктом в межах соціальних норм).

М. Маслова вважає, що ризик має структурний характер й включає в себе ситуацію ризику, оцінку ризику, ступінь усвідомлення ризику, фактори ризику, межі й зону ризику. При цьому дослідниця визначає ризик як обов'язковий компонент будь-якої діяльності – як конструктивної, так і деструктивної, що вимагають адаптації особистості до ризикогенного середовища.

До основних причин розвитку ризикованої поведінки слід віднести:

- природну цікавість до всього нового, епітального;
- потребу у перевірці своїх можливостей і самоствердженні;
- бажання бути поміченим, виділитись з натовпу;
- протест проти обмеженості у свободі самовираження;
- відсутність, недостатність необхідної інформації або її недостовірність щодо можливих наслідків-ризиків тих чи інших дій і вчинків;
- складні життєві обставини, що ситуативно спонукають до різних видів ризику;
- безвідповідальне ставлення до себе, своїх дій [47, с. 343].

Е. Ільїн виділяє наступні чотири функції ризику:

- *захисна функція* проявляється у тому, що суб'єкт визначає ризик як закономірний («нормальний») стан, при якому формується раціональне ставлення до невдач;
- *аналітична функція*, оскільки наявність ризику передбачає необхідність вибору одного з можливих варіантів рішення;
- *інноваційна функція*, яка виявляється у стимулюванні пошуку нетрадиційних рішень проблем;
- *регулятивна функція* полягає у тому, що ризикована поведінка може виявлятися у двох формах конструктивній та деструктивній [24].

1.2. Особистісні чинники прийняття ризику

До психологічних концепцій ризику в контексті особистісного підходу належать погляди: М. Цукермана [64] про біологічну детермінацію прагнення гострих відчуттів; погляди Г. Айзенка [1, 2, 57], де готовність до ризику ототожнена зі

схильністю до гострих відчуттів, що пов'язано із темпераментом та із імпульсивністю; погляди Р. Кеттелла, в яких феномен ризику є складовою фактору імпульсивності [25, 56]; погляди С. Кумбса [59], де виділено таку індивідуальну якість як «міра припустимого ризику»; погляди Ю. Козелецького [28], в яких схильність до ризику – це особистісна риса, що детермінована чинниками оточення та певними особистісними властивостями, зокрема рівнями тривожності й агресивності.

Що стосується прагнення до пошуку нових і гострих відчуттів, то тут провідна роль належить властивостям нервової системи (збудливість, сила, лабільність, динамічність), генетично детермінованим особливостям темпераменту і низці ще чітко не встановлених психологічних особливостей (імпульсивність, адаптивність, мотиваційні компоненти, стресостійкість, самоконтроль, самооцінка, особистісний вибір), також психосоматичний стан здоров'я і професійна підготовленість [31, 57, 58, 64].

За своєю природою тваринам і людині не є властивим наражати себе на небезпеку (інстинкт самозбереження). Тому при перевищенні деякого больового порогу ушкоджувальної дії, живі істоти прагнуть його уникнути. За припущенням К. Халла організм прагне мінімізувати всяку напругу і збудження [12, с. 117-119]. Проте можна навести ряд прикладів, коли люди свідомо прагнуть до напруги і збудження (катання на «американських гірках», стрибки з парашутом, лазіння по горах, бандий-джампінг та ін.), і останніми роками популярність таких «екстремальних видів спорту» нестримно росте.

В якості індивідуально-типологічної особистісної особливості, яка обумовлює небезпечну поведінку суб'єкта М. Цукерман виділяє **схильність до пошуку гострих відчуттів**. Схильність до пошуку гострих відчуттів можна охарактеризувати так: індивід, що прагне ризикувати в одній ситуації, прагнучиме ризикувати й в інших ситуаціях [64, 65, 66]. На думку А. Брушлинського, чим більше людина звикає до постійного стресу і ризику, тим вона потребує сильнішої міри збудження. Це, насправді, має багато спільного з синдромами наркотичної залежності, але в ролі

наркотику виступають збуджуюча доза адреналіну, що поступає у кров й іноді ця потреба стає для суб'єкта непереборною та закриває інші цінності у житті [7].

Існують спроби визначити генетичну основу схильності до ризику. Показано зв'язок між спадковістю та ризиковою поведінкою у щурів, мишей, макак-резусів [62]. Варто відмітити, що М. Плат вважає, що страх і схильність до пошуку гострих відчуттів залежать від гена серотонінового транспортера 5HTTLPR як у макак та і у людей. Особи з коротким геном 5HTTLPR сильніше переживають стрес, відчувають більший страх від соціальних взаємодій, які могли бути для них небезпечні, більш вразливі та схильні до депресії [62].

Ряд дослідників сконцентрували свою увагу на дофаміні – нейромедіаторі, який продукується в нейроструктурах мозку лімбічної системи при емоційному збудженні. Вони виявили, що люди, що вживають наркотики, мають такі ж високі бали за шкалою «пошуку гострих відчуттів» [65, 66]. Біологічним фундаментом в обох випадках є стимуляція дофаміну і нейромедіаторних систем мозку. Нестача дофамінових рецепторів в певних відділах мозку корелює з схильністю особистості до авантюризму, імпульсивної поведінки, алкоголізму, наркоманії і азартних ігор [12, с. 117 - 119], [14]. М. Цукерманом було доведене, що високий рівень норадреналіну в цереброспінальній рідині негативно корелював з показниками різних особистісних тестів, що вказують на схильність до гострих відчуттів. Отже, при низькому рівні норадреналіну суб'єкт відчуває потребу в зовнішній стимуляції щоб підвищити продукування норадреналіну, що примушує його шукати «гострі відчуття», що супроводжують ситуації небезпеки [64, 65, 66]. А. Г. Євдокимов в якості фізіологічних корелятів схильності до ризику називає варіабельність серцевого ритму та шкірно-гальванічну реакцію. Автор зазначає що для осіб з високим рівнем схильності до ризику характерним є переважання симпатичного тону вегетативної нервової системи [20].

Також важливо представити теорію Г. Айзенка щодо встановлення нейрофізіологічної основи основних конструктів (інтроверсія, екстраверсія, нейротизм) [1, 2, 60]. На думку ученого інтроверсія-екстраверсія тісно пов'язана з рівнями активації кори великих півкуль головного мозку, як це показано

електроенцефалографічними дослідженнями. Г. Айзенк використовує термін «**активація**» для позначення міри збудження, яка варіює від нижнього екстремуму (сон) до верхнього (стан паніки). Учений вважав, що інтроверти надзвичайно збудливі а, отже, вкрай чутливі до зовнішньої стимуляції. З цієї причини вони уникають ситуацій, які надмірно впливають на них. І навпаки, екстраверти недостатньо збудливі і тому нечутливі до стимуляції. Тому вони постійно вишукують ситуації, які зможуть їх збуджувати [1, 2, 60]. Взаємозв'язок схильності до ризику з екстраверсією також встановлено в роботах Т. В. Корнілової та О. А. Долинкової [30].

Психологічна детермінація ризику у поведінці та діяльності людини здебільшого описана в термінах схильності до ризику, ризикованості, поведінки ризику та готовності до ризику.

Є.П. Ільїн наголошує, що **схильність до ризику** (*ризиковість*) є стійкою, проте «вторинною» характеристикою індивіда, обумовленою, за даними різних авторів, наявністю інших властивостей особистості, зокрема *прагненням до пошуку нових відчуттів, наполегливості, нейротизму, імпульсивності, егоцентризму, тривожності, самоефективності* [24]. Отже, чинниками схильності до ризику виявляються як індивідуально-типологічні особливості центральної нервової системи, так і особистісні властивості, набуті в індивідуальному досвіді.

За Г. М. Солнцевою та Т. В. Корніловою схильність до ризику розглядається як особистісна властивість, що характеризує міру ризикованої поведінки людей у відповідних ситуаціях та пов'язана зі зниженим самоконтролем суб'єкта [48].

В межах дослідження феномену ризику у поведінці та діяльності деякі автори використовують категорію «**ризикованість**». Г. М. Солнцева та Т. В. Корнілова вказують, що **ризикованість може розглядатися**, по-перше, як *імпульсивність*, недостатня продуманість дій у поєднанні з надією на успіх; по-друге, як *властивість ситуації* або стратегії приймання рішення; по-третє, як *особистісна характеристика* [29, 27].

За визначенням Т. В. Корнілової **ризикованість** – це якість пізнавальних стратегій, форма активності та узагальнена характеристика особистісної схильності щодо способів виходу із ситуації невизначеності. У своїх роботах авторка вказує на

взаємозв'язок ризиковості з рішучістю, готовністю брати відповідальність, домінантністю, готовністю орієнтуватися на власну думку [29, с. 102].

За дослідженнями А. Г. Лерча встановлено позитивний взаємозв'язок між ризикованістю та імпульсивністю, збудливістю, домінантністю та негативний – з сумлінністю, соціальною бажаністю та соціальною відповідальністю [48]. Ю. Козелецький пов'язує ризиковість із потребою в перевазі, самоствердженні та агресивністю [27].

У літературі зустрічається категорія «**поведінкове прийняття ризику**». За визначенням Т. Б. Котлярової та С. О. Манічева **прийняття ризику** – це практична готовність особистості діяти (здійснювати вчинки) з певною мірою ризику. Перехід від прийняття рішення до реалізації дії може бути вольовим, інтелектуальним або афективним актом. При цьому ставлення до ризику та суб'єктивний рівень прийнятного ризику обумовлюють такий перехід [32, с. 95- 99].

Схильність до ризику позитивно пов'язана із особистісними рисами, такими як незалежність, агресивність, прагнення до успіху, схильність до домінування і самоствердження, імпульсивність. Негативні зв'язки встановлені з соціальною бажаністю, соціальною відповідальністю і сумлінністю [24].

За А. Г. Євдокімовим особам, що схильні до ризику притаманні вищі показники імпульсивності, емоційної лабільності, некритичності, а також істерії, психопатії і гіпоманії, ніж для осіб з низьким рівнем [20].

Х. Вольфарт виділив три особистісних фактори ризикової поведінки: 1) *нерішучість* – невпевненість і коливання при прийнятті рішень; 2) *раціональність* – пошук необхідної інформації при прийнятті рішень; 3) *власне «ризикова поведінка»* – зацікавленість суб'єкта у виборі і стійкість у досягненні мети, незважаючи на неуспіх або мізерність шансів, тобто поведінкове прийняття ризику в умовах необхідності прийняття рішення у відповідних життєвих ситуаціях [24].

О. Г. Ніазашвілі та В. О. Хащенко вказують, що на прийняття ризику впливають нонконформізм, дипломатичність та адекватність самооцінки. За результатами вказаних досліджень особи, що мають високий рівень поведінкового ризику, характеризуються сміливістю, дипломатичністю, комунікативністю,

неадекватно завищеною самооцінкою та залежністю [40]. Водночас, дані Т. В. Тулупьєвої і О. П. Ісакової доводять, що схильність до ризику негативно взаємопов'язана з дипломатичністю особистості. Тому таким людям швидше властиві природність (невигадливість, нехитрість) і простота, ніж орієнтованість на соціальні очікування [50].

1.3. Психологічні особливості юнацького віку як умови ризику

На думку ряду дослідників юнацький вік охоплює період від 12 до 17 років за Дж. Бірреном [33, 44]; старше шкільне дитинство (від 11 до 15 років), пізню юність (від 15 років до 21 року) за Д. Бромлей [33, 44]; від 12 до 19 років за Е. Еріксоном [54]; від 15 до 18 років за В. Ф. Моргуном [23]; від 12 до 18 років за В. Квінн [26]; від 12 до 19 років за Г. Крайгом [33]; від 16-20 років за І. Г. Малкіною-Пих [37].

У періодизації Р. Заззо [400, 410] етапи дитинства співпадають зі щаблями системи виховання і навчання та завершуються з набуттям освіти. За періодизацією В. І. Слободчикова та Г. А. Цукерман [46] ранній юнацький вік входить до періоду, який називається – персоналізація: освоєння й інтеріоризація життєвих цінностей, дозрівання особистісних сфер (з 6 до 18 років). За Б. Лівехудом [35] юнацький вік входить до першої фази асиміляції, інтеграції, душевного сприймання, зростання (до 20 років).

М. Цукерман [64] вказує, що жага гострих відчуттів, як провідний чинник ризику особистості інтенсивно зростає між 9 і 14 роками, досягає свого піку приблизно у 20 років, після чого поступово знижується. Цей факт автор пов'язує з гормональними змінами перехідного віку, які стимулюють до зближення з ризиковими однолітками. При цьому форми ризикованої поведінки залежать від конкретних соціальних умов.

Ю. Д. Башкіна та С. Т. Посохова [5] також вважають, що підліткам притаманна потреба в переживанні ризику, яка проявляється в єдності двох протилежних тенденцій – в конструктивній соціально прийнятній активності з підвищеним ризиком або в деструктивній, зокрема, в саморуйнівній діяльності. Отже, наявність

почуття ризику, з одного боку, дає можливість просування шляхом саморозкриття, а з іншого – нівелює відчуття реальності, навіть призводить до балансування на межі життя і смерті.

Л. Стайнберг зазначає, що важливою умовою вибору ризикованих форм активності у підлітків є присутність та вплив однолітків. На думку автора, це пов'язано з незрілістю нейронних зв'язків, що відповідають за процес оцінки та аналіз ситуації. Така незрілість зумовлює труднощі або навіть неможливість ухвалення зважених, розумних рішень в емоційно насиченій ситуації у присутності однолітків [24].

Дослідження В. В. Гульдана та А. М. Корсун [15] щодо специфіки прагнення гострих відчуттів та форм задоволення цієї потреби у підлітків 15-16 років, показали, що прагнення до гострих відчуттів є інваріантним для девіантних підлітків, підлітків-спортсменів та підлітків-учнів спеціалізованих шкіл з поглибленим вивченням іноземної мови. Проте, в структурі та формі задоволення цієї потреби у них виявлено суттєві відмінності. Підліткам-спортсменам більш притаманним є задоволення потреби у сильних відчуттях через відповідну поведінку, що пов'язана з фізичним ризиком, девіантним підліткам — соціальний ризик, а учням спеціалізованих шкіл — інтелектуальна активність.

Встановлено, що 50% осіб юнацького віку мають високу схильність до ризику, яка в процесі дорослішання знижується. Схильність до ризику юнацтва пов'язана з їх орієнтованістю на майбутнє, прагненням нав'язати світу власний порядок, намаганням вийти за межі, що склалися. Часто молоді люди ризикують через відсутність передбачення можливих наслідків, нехтують небезпекою, не враховують міру ризику [39].

У підлітковому та юнацькому віці відбувається пошук рольових моделей, схильність до яких обумовлена засвоєними на попередньому етапі нормами та наявністю ризикової поведінки у найближчому оточенні. І .Н. Гуревич із співавторами [16] зазначають, що часто подібна ризикована поведінка не сприймається як ризикована, тому що ризик для них виступає нормальною характеристикою поведінки, закріпленою в їх оточенні. Саме в цей віковий період

формується індивідуальний рівень схильності до ризику відповідного до рівня ризику засвоєного в соціальному оточенні.

Для дослідження ризику особистості істотним також є переживання вікової підліткової кризи, як періоду становлення схильності до ризику [16]. Початок кризи для кожного підлітка є індивідуальним і залежить від темпу дозрівання організму та характеру соціальної ситуації розвитку. Основою підліткової кризи стають суперечності між новими внутрішніми змінами і зовнішніми обставинами, що не змінюються й які не задовольняють потреби дитини, що подорослішала. Чинниками цих суперечностей є поява почуття дорослості, психофізіологічна перебудова організму, критичність мислення та потреба в самоствердженні. Криза підліткового віку має наступні ознаки і прояви: агресивність у спілкуванні з дорослими, прояв критичності, часта зміна настрою, посилена увага до своєї зовнішності, зниження навчальної мотивації, негативізм, конфліктність, порушення громадського порядку [55].

Підліткова криза пов'язана зі статевим дозріванням та характеризується нестійкістю самооцінки та загального емоційного фону. Статева ідентифікація досягає нового рівня, що виразно проявляється в орієнтації на зразки мужності і жіночності в поведінці і прояві індивідуальних особистісних властивостей. Готовність до ризику набуває цінності у контексті спілкування із однолітками та самопрезентації у референтних групах [53, 61].

Вікові межі підліткової кризи остаточно не визначені у психології. Так, у працях Л. І.Божович, увесь підлітковий вік розглядається як кризовий і складається з двох фаз – 12-15 років і 15-17 років [6]. За Д. І. Фельдтшейном підлітковий вік ділиться на три періоди: «локально-вередливий», «право- значущий», «стверджуюче-дієвий», дослідник акцентує увагу на його конфліктності [52]. І. В. Дубровіна виділяє два типи вікових криз у підлітковому віці: незалежності та залежності. Якщо підліток переживає *кризу незалежності*, то він проявляє гостре почуття дорослості (демонстрація, незалежності, самостійності, дорослих форм поведінки тощо), що часто призводить до конфліктних ситуацій. Якщо отрочтво проходить безконфліктно або здійснюється за типом «кризи залежності», то неминучою є запізнiла, а тому

особливо хвороблива і бурхлива криза в ранньому юнацькому віці (17-18 років), або зтяжна інфантильна позиція «дитини» [18].

Різні моделі підліткової кризи окреслено у багатьох напрямках психології, однак всі моделі виокремлюють характеристики підліткової кризи, які роблять цей період сензитивним для реалізації ризикованої поведінки. Так, К. Левін вважає, що підліток займає маргінальну соціально-психологічну позицію та володіє властивостями маргінальної особистості. **Ознаками маргінальної особистості є емоційна нестійкість та чуттєвість, соромливість і агресивність, емоційна напруженість і конфліктні стосунки з оточенням, схильність до безапеляційних суджень і оцінок** [21].

Л. І. Божович вважала кризу підліткового віку найтривалішою та найскладнішою з усіх вікових криз. Дослідниця вказувала на неоднорідність цієї кризи та виділяла в ній дві фази: **перша фаза** (12-14 років), характеризується виникненням здатності орієнтуватися на цілі, що виходять за межі сьогодення («здатність до цілепокладання»), **друга фаза** (15-17 років) пов'язана з усвідомленням свого місця в майбутньому (**народження «життєвої перспективи»**), зокрема, уявлення про своє бажане Я та про життєві задуми [6]. Центральним моментом підліткової кризи є розвиток самосвідомості підлітків, в першу чергу самооцінки, що супроводжується цілою гамою специфічних, внутрішньо конфліктних, переживань. Незрілі спроби підлітка аналізувати свої можливості супроводжуються то зльотом самовпевненості, то, навпаки, сумнівами в собі. Такого роду невпевненість у собі часто приводить підлітків до помилкових форм самоствердження — ризикових вчинків, бравади, виключно з метою показати свою незалежність [21].

Однією з яскравих особливостей підліткової кризи є особистісна нестабільність, тобто не лише коливання емоційного фону та самооцінки, а і моральна нестабільність. За даними Л. Колберга, в цей період розвивається конвенційна мораль, за якої особистість ще не має істинної моральності і вона орієнтується на зовнішні (соціальні) норми моралі. Цим нормам, правилам поведінки більшість підлітків слідує для того, щоб виправдати очікування значущих для них людей,

зберегти з ними хороші стосунки, дістати їхнє схвалення. Орієнтація на виправдання очікувань оточуючих, схвалення або на авторитет і визначає нестійкість поведінки підлітків, їхню залежність від зовнішніх соціальних впливів [34].

Важливим у поясненні схильності до ризику підлітків (у кризовому періоді) є виділені Л. С. Виготським вікові домінанти, як найбільш яскраві інтереси підлітків. Це «**єгоцентрична домінанта**», що описує підвищений інтерес підлітка до власної особистості; «**домінанта далечини**», яка описує орієнтацію підлітка на великі масштаби, які для нього є набагато суб'єктивно прийнятними, ніж ближні (поточні, сьогоднішні); «**домінанта зусилля**», як потяг підлітка до опору, подолання, до вольової напруги, боротьби проти авторитету, протестних проявів; «**домінанта романтики**», як прагнення підлітка до невідомого, ризикованого, пригод, героїзму [10].

Значущими для аналізу ризику особистості у період підліткової кризи є властиві цьому віку відповідні поведінкові реакції. До них відносяться реакції емансипації, групування з однолітками, захоплення (хобі).

Реакція емансипації є типом поведінки, за допомогою якої підліток намагається вивільнитися з-під опіки дорослих, їхнього контролю, заступництва. Потреба вивільнитися пов'язана з боротьбою за самостійність, самоствердженням себе як особистості. Реакція може проявлятися у відмові від виконання загально прийнятих норм, правил поведінки, знеціненні моральних і духовних ідеалів старшого покоління. Опіка, надмірний контроль за поведінкою, покарання шляхом позбавлення свободи та самостійності загострюють конфліктну ситуацію і провокують підлітків на крайні заходи: прогули, втечі зі школи і з дому, бродяжництво.

Реакція групування проявляється у прагненні підлітків до об'єднання, до групування з однолітками, в оточенні формуються і апробуються навички соціальної взаємодії, уміння підкорятися колективній дисципліні, вміння завойовувати авторитет і зайняти бажаний статус. У групі однолітків ефективніше стабілізується самооцінка підлітка. Він цінує думку однолітків, віддаючи перевагу спілкуванню з ними, а не з дорослими, критику яких він відхиляє.

Реакція захоплення (хобі) є характерною особливістю підліткової кризи. Захоплення необхідні для становлення особистості підлітка, оскільки завдяки їм розвиваються схильності, інтереси, індивідуальні здібності підлітків [4].

Провідною новою особливістю психології підлітка, порівняно з дитиною молодшого шкільного віку є якісно новий рівень самосвідомості (потреба усвідомити себе як особистість). Л. С. Виготський вважав, що розвиток самосвідомості є головним підсумком перехідного віку [10]. Уявлення, на підставі яких у підлітків формуються критерії самооцінки, отримуються в ході особливої діяльності – самопізнання. Основною формою самопізнання підлітків, на думку І. Ю. Кулагіної є порівняння себе з іншими людьми: дорослими, однолітками [34].

Одним з чинників ризикових вчинків підлітків, що спричинюють проблеми є бажання ствердитися й виділитися в поєднанні з протестом проти існуючих в суспільстві норм і правил, проти «сірого безликого натовпу». Потреба в протесті приводить деяких підлітків в особливі неформальні групи або рухи зі своїми ознаками й ідеологією, інколи до втеч з дому, бродяжництву. Всі підлітки, що влилися в подібні течії є соціально дезадаптованими, навіть якщо не проявляють прямої агресивності [8, 9, 22, 33]. З суперечливістю підлітків, їхньою схильністю впадати в крайності, з нестійкістю поведінки, її залежністю від зовнішніх впливів Т. Б. Хомуленко та Л. М. Абсалямова пов'язують специфічну особливість підлітків щодо включеності в акт ризику та називають її – *«феномен подвійної невизначеності»* [53].

1.4. Типи ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці

Трактування ризикованої поведінки підлітків в українських наукових джерелах збігається з розумінням цього поняття в зарубіжних працях. Зокрема, на сайті Центрів контролю захворювань (CDC) США — організації, що займається охороною здоров'я, знаходимо низку документів, в яких фігурує поняття «ризикованої поведінки». Серед багатьох завдань та масштабних проєктів CDC веде статистичний облік досліджень здоров'я підлітків. Система спостереження за поведінкою серед молодих людей відстежує шість пріоритетних видів поведінки підлітків, які

відіграють певну роль у причинах смерті, втрати працездатності та соціальних проблем серед підлітків та дорослих. Такі форми поведінки часто починають формуватись в дитинстві або ранньому підлітковому віці. CDC виокремлює такі типи ризикованої поведінки (Youth Risk Behavior Surveillance System).

Поведінка, яка провокує травми та насильство – носіння зброї, фізична бійка, фізичне поранення (споглядання насильства), уникання школи через її недостатню безпеку, спроба самогубства.

Статева поведінка, стосунки, що призводять до незапланованої вагітності або захворювань, які передаються статевим шляхом. Наприклад: статеві стосунки до 13-річного віку, наявність багатьох партнерів, не використання захисту під час статевого акту, відмова тестуватися на ВІЛ, вживання алкоголю чи ліків під час статевого акту або перед ним.

Вживання шкідливих/небезпечних речовин, що мають високий ризик несприятливих наслідків (тобто травми, залучення до кримінальної поведінки, відмова від школи, загибель людей). Сюди ж входить неправильне використання лікарських засобів, що відпускаються за рецептом, вживання заборонених наркотиків (наприклад, кокаїну, героїну, метамфетамінів, інгалянтів, галюциногенів або екстазі) та вживання ін'єкційних наркотиків (тобто наркотиків, що мають високий ризик зараження захворюваннями, що передаються через кров, таких як ВІЛ та гепатит).

Поведінка, яка пов'язана зі вживання тютюну, в тому числі спроба куріння, куріння цілої сигарети до 13 років, куріння сигарети хоча б раз на тиждень та вживання різних форм бездимного тютюну.

Ризикована харчова поведінка, що призводить до нездорових дієт, включає не вживання в їжу потрібної кількості фруктів, не вживання овочів, не вживання молока, вживання напоїв на основі цукру, таких як газовані напої, відмова від сніданку.

Ризикована поведінка, що призводить до відсутності фізичного здоров'я, недостатнє фізичне навантаження, яке включає такі фактори ризику: низька кардіоактивність, пропуски уроків фізичної культури, проведення часу за відеоіграми або за комп'ютером протягом 3 або більше годин на день.

Як форма ризикованої поведінки розглядається також *лихацтво та бравада*. *Лихацтво* - нехтування безпекою, вчинення необдуманих вчинків. Його різновид – *бравата* – показна сміливість, зневага безпекою задля показної хоробрості. Наприклад, починаючи курити і усвідомлюючи при цьому ризик для здоров'я, індивід тим самим демонструє певну бравату, яку знаходить психологічно вигодою. Подібного роду дії можуть тлумачитися як параметри «культивованого ризику». І лихацтво, і бравата найчастіше притаманні підліткам (заради самоствердження).

Потяг до азартних ігор (гемблінг). У суспільній свідомості азартна поведінка завжди містить елемент ризику, оскільки втрачається самоконтроль і знижується рефлексія. *Азартна поведінка* пов'язана насамперед із азартними іграми, у яких вирашем є гроші. В азартних іграх вираш залежить повністю або значною мірою від випадку, а не від мистецтва граючих, тобто це ігри, пов'язані з ризиком. Проте не тільки матеріальний стимул (легкий вираш грошей) тягне людей до азартних ігор. Відіграє свою роль і індивідуальна схильність людей до ризику, що базується на бажанні поласкотати собі нерви, випробувати адреналіновий сплеск і викид ендорфіну — гормону щастя.

Злочинна поведінка. Відзначається збільшення кількості суспільно небезпечних дій, що здійснюються особами підліткового віку. У їх основі дедалі більше виявляються жорстокість, садизм, агресивність, які переростають в делінквентну (злочинну) поведінку на ґрунті наркоманії, токсикоманії, алкоголізму.

Ризикована поведінка може проявлятися з часом у дорослих в професійній діяльності. Характерною особливістю діяльності фахівців екстремальних професій (льотчиків, пожежників, поліцейських, рятувальників, мінерів та ін.) є необхідність періодично виконувати трудові завдання в умовах ризику. Підлітки, які схильні до ризику можуть обирати собі саме екстремальні види професій.

Сучасні дослідження виділяють нові загрози, які провокують ризиковану поведінку підлітків: куріння електронних сигарет, кібер-активність. Як категорію ризикованої поведінки проаналізовано також у статті Данілової А. П. «Ризикована поведінка старшокласників у сфері інтернет-спілкування як соціально-педагогічна проблема», в якій авторка привертає увагу до інтернет-загроз, пов'язаних з рекламою

алкоголю, тютюну, сайтами для дорослих, що провокують підлітків до ризикованих вчинків [17].

Однією з актуальною проблем сучасної молоді є адреналінова залежність, яку відчуває учнівська молодь, що займається екстремальним спортом. Молоді люди, які обирають собі в якості відпочинку діяльність, пов'язану з ризиком для здоров'я і життя, дійсно живуть «екстримом». Причому, чи буде це скейт, парашут, акваланг або дресирування крокодилів для них має вторинне значення. Головне — отримання гострих відчуттів. Це, насправді, має багато спільного з наркоманією. Якщо наркоманія - це захворювання, що викликає зловживанням наркотиком, то в цьому випадку у ролі наркотику виступають величезні дози адреналіну, що надходить в кров. І якщо потреба в ньому стає для юної особи нездоланною, це може призводити до нехтування всім іншим в житті, то мова може йти про свого роду залежність.

Сьогодні молодь все частіше захоплюється екстремальними видами спорту, ризикує здоров'ям, а часто навіть життям заради адреналіну. За останні кілька десятків років з'явилося багато нових екстремальних захоплень в молодіжному середовищі, що вимагають майже професійних умінь і навичок, тренувань, а також складного спорядження та великих матеріальних витрат. В молодіжному середовищі прийнято розділяти екстрим за стихіями:

- повітря (дельтапланеризм, класичний парашутизм, фрістайл - показ різних фігур у вільному падінні, скей серфінг — стрибки з лижею і виконання різних складних фігур та ін.);
- вода — на воді й під водою (дайвінг, водні лижі, рафтинг — спуск по гірській річці на каное або плотах та ін.);
- земля — на землі (скейтбординг, ВМХ - невеликий велосипед на зразок циркового, що пристосований для різного роду трюків),
- в горах (альпінізм, гірський велосипед, сноубординг - спуск по снігу з гірських схилів на спеціальній дошці, «нюу скул» (лижі, загнуті з обох сторін, що дозволяє робити неймовірні «фішки»), гірські лижі);
- під землею (дігтери, спелеологи) та ін [17].

ВИСНОВКИ ДО ПЕРШОГО РОЗДІЛУ

Визначальними чинниками ризикованої поведінки виступають психологічні особливості юнацького періоду. Ранній юнацький вік в силу своїх вікових та психофізіологічних особливостей відзначається високою вірогідністю виникнення ситуацій ризику в життєдіяльності в його контексті. Здійснюючи ризиковані дії й вчинки, юнаки піддають себе власним випробуванням. У контексті цього життєвого періоду ризик – це не просто випадковий вибір стратегії поведінки, це спосіб адаптації до світу та дослідження соціальної реальності. Ризик в юнацькому віці проявляється в єдності двох протилежних тенденцій. З одного боку – в конструктивній соціально нормативній діяльності, в якій ризик сприяє саморозкриттю особистості. З іншого боку – в деструктивній діяльності, в якій ризик збіднює життєві переживання та може призвести до небезпечних наслідків, можливо до балансування на межі життя і смерті.

В теоретичному аналізі проблеми встановлено:

1. Ризикована поведінка — це поведінка, у результаті якої з'являється ймовірність виникнення порушення здоров'я чи інших небезпек, як для того, хто так себе поводить, так і для його оточення. Ризик має декілька функцій: *захисну, аналітичну, інноваційну та регулятивну.*

2. Схильність до ризику (ризиковість) є стійкою, проте «вторинною» характеристикою особи, обумовленою наявністю властивостей особистості, зокрема прагненням до пошуку нових відчуттів, наполегливості, нейротизму, імпульсивності, егоцентризму, тривожності, рівня самоефективності. Чинниками схильності до ризику виступають як індивідуально-типологічні особливості його центральної нервової системи, так і властивості особистості, що набуті в індивідуальному досвіді.

3. Ризик в юнацькому віці проявляється в єдності двох протилежних тенденцій. З одного боку – в конструктивній соціально прийнятній діяльності (заняття спортом з підвищеним ризиком), в контексті якої ризикована поведінка сприяє саморозкриттю

особистості. З іншого боку – в деструктивній діяльності (вживання наркотичних речовин, азартних іграх), в контексті якої ризикована поведінка збіднює переживання і призводить до небезпечних наслідків, та навіть балансування на межі життя і смерті.

4. В контексті юнацького віку проявляється велика різноманітність таких типів ризикованої поведінки: поведінка, яка провокує травми та насильство; статеві поведінка, стосунки, що призводять до незапланованої вагітності або захворювань, які передаються статевим шляхом; вживання шкідливих/небезпечних речовин, що мають високий ризик несприятливих наслідків; поведінка, яка пов'язана зі вживання тютюну; ризикована поведінка, що призводить до нездорових дієт; ризикована поведінка, що призводить до шкоди фізичному здоров'ю; злочинна поведінка; азартна поведінка; куріння електронних сигарет; кібер-активність; екстремальні види спорту; прагнення до оволодіння екстремальними професіями.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РИЗИКОВАНОЇ ПОВЕДІНКИ В РАННЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

2.1. Програма та методи дослідження

Дослідження проводилося у три етапи.

На першому етапі проведено огляд вітчизняної та зарубіжної літератури щодо проблеми ризикованої поведінки осіб підліткового та юнацького віку. На цьому етапі було здійснено вибір методів дослідження, розроблено авторську анкету.

На другому етапі було проведено он-лайн опитування.

На третьому етапі проведено аналіз отриманих даних та узагальнення результатів.

Для дослідження обрано методики, які були розроблені для дослідження схильності до ризику, індивідуальних стилів прийняття рішень в умовах невизначеності, рівень потреби у відчуттях різного роду та спрямованості, рівень деструктивного ризику; а також врахування стосунків з однолітками, однокласниками; стосунків з сім'єю; наявність хобі; наявність цілей та планів на майбутнє; наявність проявів ризикованої поведінки; наявність фізичних проблем.

Серед них:

- Методика діагностики схильності до ризику А. Г. Шмельова;
- Мельбурнський опитувальник прийняття рішень (МОПР);
- Шкала пошуку відчуттів М. Цукермана;
- Опитувальник на рівень деструктивного ризику (Додаток А);
- Авторська анкета (Додаток Б).

Методика діагностики схильності до ризику А. Г. Шмельова. Дана методика спрямована на вивчення схильності до ризику і виявлення переважаючих характерологічних тенденцій. Аналіз схильності до ризику, яку автор розглядає як рису характеру, має важливе значення для психологічного прогнозування процесів ухвалення рішення в ситуації невизначеності. В ході аналізу результатів слід орієнтуватися на те, що показник схильності до ризику може варіювати від 0 до 40.

Чим більша величина показника, тим більша схильність до ризику. Якщо показник схильності до ризику складає 30 і більше одиниць, то її рівень є високим, таку людину можна назвати «ризикуючою» за умови, що її відповіді були достатньо щирими. Якщо показник в межах від 11 до 29, то схильність до ризику середня, а якщо менше, ніж 11, то рівень схильності до ризику низький (така людина не любить ризикувати, а її можна назвати обачною). Під час інтерпретації результатів автор рекомендує брати до уваги те, що велика схильність до ризику свідчить не тільки про рішучість, але може вести й до авантюризму [41].

Мельбурнський опитувальник прийняття рішень (МОПР) російськомовна адаптація Корнілової Т. В. МОПР являє собою особистісний опитувальник, спрямований на діагностику індивідуального стилю прийняття рішень, яка побудована на тому, що в стресовій ситуації суб'єкт під час прийняття рішення керується такими трьома умовами:

- 1) обізнаністю щодо серйозних ризиків та пов'язаними з ними альтернативами;
- 2) надією знайти кращу альтернативу;
- 3) вірою в те, що той, хто ризикує, має у своєму розпорядженні достатню кількість часу для пошуку та оцінки альтернатив.

Це означає, що суб'єкт, який приймає рішення, знаходиться в певний момент у ситуації стресу. В цей час у його свідомості відбувається конфлікт між емоціями та мотивами. Згідно із теоретичними уявленнями, **пильність**, яка виступає основною обмежувальною силою в діяльності людини, що приймає рішення, вступає у протиріччя з потребою в пізнанні й толерантністю до невизначеності. У підсумку МОПР містить 22 пункти, що оцінюються за 3-бальною шкалою.

Результати опитування оцінюються за чотирма шкалами:

- **пильність** (Vigilance);
- **уникнення** (Back-Passing);
- **прокрастинація** (Procrastination);
- **надпильність** (Hypervigilance).

Визначені поняття безпосередньо пов'язані з копінг-стратегіями, тобто з усвідомлено використовуваними прийомами опанування людини труднощів,

переважно в сфері комунікації. Зміст поняття «копінг» (від англ. to cope with – справлятися з чим-небудь/впоратися) полягає в тому, що воно означає поведінкові й когнітивні зусилля, які застосовуються людиною для того, щоб впоратися з загрозами, які виникають у процесі її взаємодії з довкіллям. Копінг-стратегії можуть бути ефективними або неефективними, продуктивними або непродуктивними. Це залежить від двох основних чинників: контексту та обумовленості середовища, в якому реалізується процес опанування та відповідної реакції індивіда.

Пильність розглядається в МОПР як **продуктивний копінг**, негативно пов'язана з толерантністю до невизначеності й позитивно з раціональністю та рефлексивністю. Розуміння своїх емоцій, наявність внутрішнього особистісного емоційного інтелекту, відповідає пильності. Пильність пов'язана із помірним рівнем психологічного стресу. Згідно з теоретичними уявленнями, пильність – єдиний спосіб впоратися з ситуацією. Це спосіб, який дозволяє приймати раціональні рішення.

Максимальний бал за шкалою «Пильність» - 18 балів.

Уникнення як копінг-стратегія в МОПР – це захисний механізм психіки, який полягає в ухиленні (відмові, уникненні) ситуацій та джерел неприємного впливу [63]. Шкала уникнення дозволяє побачити, наскільки людина уникає самостійних рішень, перекладаючи відповідальність на інших. Максимальна кількість балів за шкалою «Уникнення» становить 18 балів. Виходячи з цього, середнє значення 9-бальної шкали, відповідно, наведені нижче значення вказуватимуть на те, що людина дуже часто уникає брати відповідальність та приймати рішення самостійно.

Прокрастинація (відкладання рішення) — тенденція індивіда відкладати важливі та невідкладні справи на невизначений час. Ця риса особистості веде до життєвих проблем та хворобливих психологічних наслідків. Максимальна кількість балів за шкалою «Прокрастинація» - 15 балів. У цьому випадку, чим менша кількість балів, тим менше особи схильні прокрастинації.

Масштаби надмірної пильності є невиправданим «перекиданням» між різними альтернативами, спостерігається тенденція до прийняття імпульсивних рішень, що обіцяє порятунок від ситуації, в крайніх формах – «паніка» при виборі між альтернативами. Максимальна кількість балів за шкалою «нагляд» - 15 балів. Подібно

до попередньої шкали, середнє значення 8 балів. Значення менше 8 балів означає низьку «обережність», якщо вище - високу.

Шкала пошуку відчуттів М. Цукерман. Пошук нових відчуттів має велике значення для особистості, оскільки стимулює емоції і уяву, розвиває творчий потенціал, що згодом приводить до особистісного росту. Високий рівень потреби у відчуттях, на думку автора методики, означає наявність потягу, можливо безконтрольного, до нових вражень, які «лоскочуть нерви», що може часто провокувати досліджуваного до участі в ризикованих авантюрах і заходах. Середній рівень свідчить про вміння контролювати свої потреби, про стриманість і розсудливість. Низький рівень означає перевагу передбачливості і обережності, стабільності і впорядкованості, а не нових вражень від життя [42, 43].

Опитувальник на рівень деструктивного ризику. Опитувальник на рівень деструктивного ризику використовується для того, щоб дізнатися чи притаманний підліткам деструктивний рівень ризику. Містить 10 суджень, з якими треба чи погодитися чи не погодитися. Кожна відповідь, яка співпала з ключем, оцінюється в один бал. Чим більше балів, тим вище рівень деструктивного ризику.

Авторська анкета. Анкета містить 11 відкритих питань, допомагає визначити багато аспектів життя особи: зацікавленість в школі, оцінки, стосунки з однолітками та вчителями, плани щодо майбутньої професії, улюблені заняття. Також анкетування спрямовано на те, щоб визначити чи властиво респонденту порушувати дисципліну в школі, які саме ризиковані вчинки проявляє особа, які в неї є фізичні проблеми та чи з'ясувати, чи є комусь займатись вихованням учасників та спілкуватися з ним, що може впливати на готовність до ризику.

2.2. Аналіз результатів дослідження та їх інтерпретація

Експериментальною базою був освітній заклад м. Києва. У дослідженні взяли участь 23 учні 10-11 класів (віком 15-17 років), з них 14 осіб - учні 10 класу (12 дівчаток і 2 хлопчиків), 9 осіб - учні 11 класу (7 дівчаток і 2 хлопчиків). Дослідження проводилось за допомогою онлайн-опитування. Слід зазначити, що практично всі респонденти проявили зацікавленість і бажання отримати результати тестування та

подарунок у вигляді файлу з методиками управління стресом. Це може свідчити про серйозне, відповідальне ставлення до дослідження та зацікавлення, що своєю чергою, підвищує достовірність виявлених результатів.

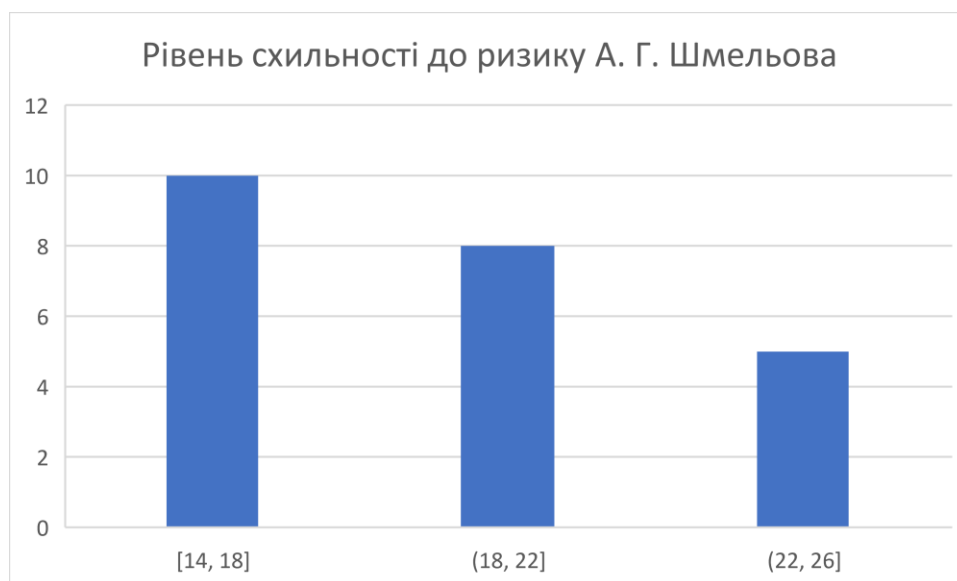
Інтерпретація отриманих результатів дослідження відбувалась в наступному порядку. Спочатку з використанням опитувальника ми визначили рівень деструктивного ризику в опитуваних. Серед 23 учнів 2 з них мають високий рівень, 2 - низький, а решта 19 учнів мають середній рівень деструктивного ризику (Рисунок 2.2.1).

Рисунок 2.2.1



Наступним кроком інтерпретації результатів дослідження було визначення схильності до ризику за методикою А. Г. Шмельова. Всі 23 учня, які взяли участь у дослідженні, мають середні показники схильності до ризику. Але загальна кількість балів схильності до ризику варіювалась від 14 до 25. В нашому дослідженні встановлено, що від 22 балів і вище учні більш схильні до ризику, а від 16 і нижче – є більш обачними (Рисунок 2.2.2). Але варто взяти до уваги, що чим вище схильність до ризику, тим більше рішучості, яка може вести до авантюризму.

Рисунок 1.2.2



За Мельбурнським опитувальником прийняття рішень було досліджено схильність до копінгу в стресовій ситуації при прийнятті рішення. За результатами цього опитувальника: *копінг-стратегія пильність* набрала найбільшу кількість респондентів з високими балами; *уникнення* — на другому місці за кількістю високих балів серед респондентів; *надпильність* — на третьому місці за високими балами, але багато респондентів показали середні показники цієї копінг-стратегії; *прокрастинація* має найбільшу кількість респондентів з низькими показниками (Рисунок 2.2.3; Рисунок 2.2.4; Рисунок 2.2.5; Рисунок 2.2.6).

Рисунок 2.2.3



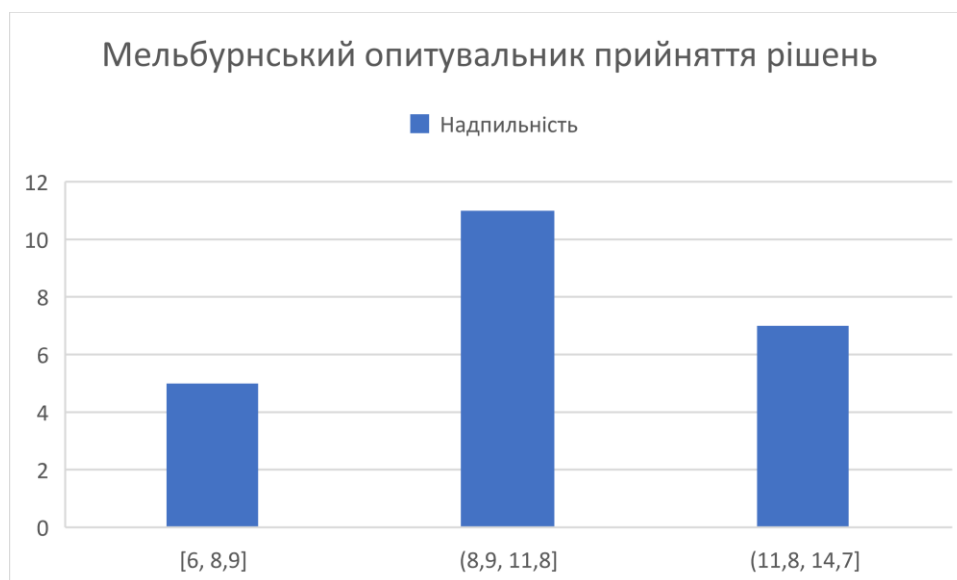
Рисунок 2.2.2



Рисунок 2.2.3



Рисунок 2.2.4



За шкалою пошуку відчуттів М. Цукермана виявилось, що 21 респондентів мають середній рівень, 2 мають високий рівень цього показника. У контексті нашого дослідження особливий інтерес становлять особи з високим рівнем такої схильності. Як показали результати, серед учасників, що мають високу схильність до пошуку відчуттів, у відповіді прослідкувалось те, що найгірший соціальний недолік в їх сприйнятті — це бути нудною людиною, занудою. Один із учасників відповів, що хотів би спробувати якийсь із незнайомих наркотиків, що викликають галюцинації (Рисунок 2.2.7). Отримані дані свідчать, що юнаки 15-17 років прагнуть гострих відчуттів, що штовхає їх часом до небезпечних з погляду інстинкту самозбереження вчинків.

Рисунок 2.2.5



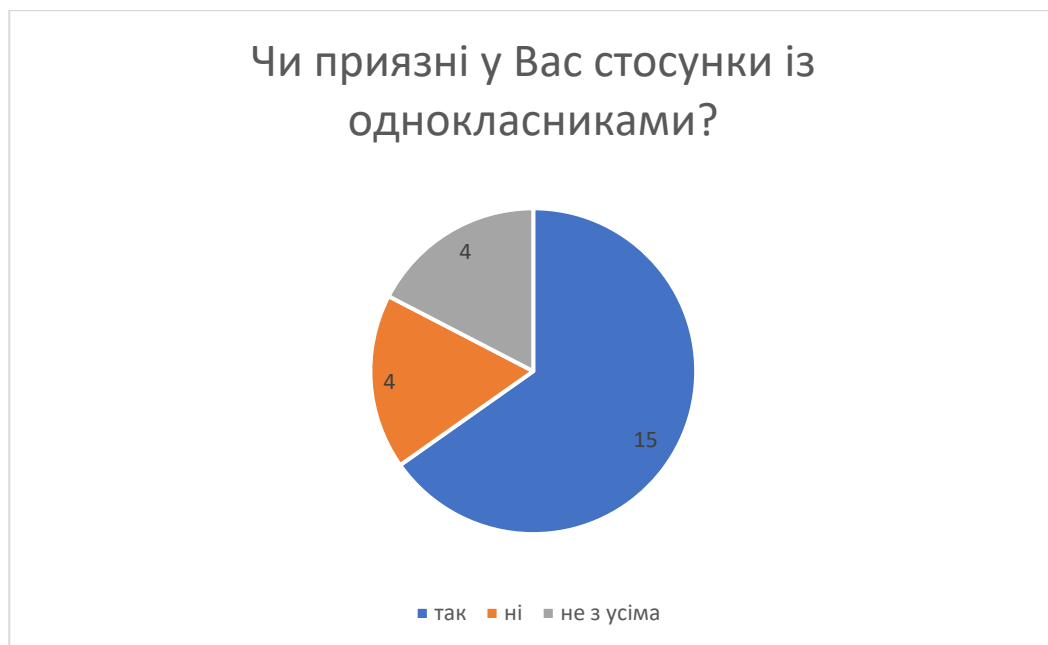
За допомогою нашого анкетування ми дослідили, які можливі зовнішні чинники, які впливають на готовність до невинного ризику в ранньому юнацькому віці: стосунки з однолітками, однокласниками; стосунки з сім'єю; наявність хобі; наявність цілей та планів на майбутнє; наявність ризикованої поведінки; наявність фізичних проблем.

Зупинимось детальніше на аналізі одержаних даних. Для зручності сприймання кількісних результатів подаємо їх у вигляді кругових діаграм.

Нами було виявлено, що одним із чинників ризикованої поведінки є взаємостосунки з однолітками. В анкетуванні досліджуваним пропонувалось

відповісти на питання: «Чи приятні у Вас стосунки із однокласниками?». 4 респондентів відповіли, що ні, 4 — що не з усіма, інші 15 відповіли, що так (Рисунок 2.2.8). В цієї групи учасників було зафіксовано наявність неприязних стосунків між однокласниками.

Рисунок 2.2.6



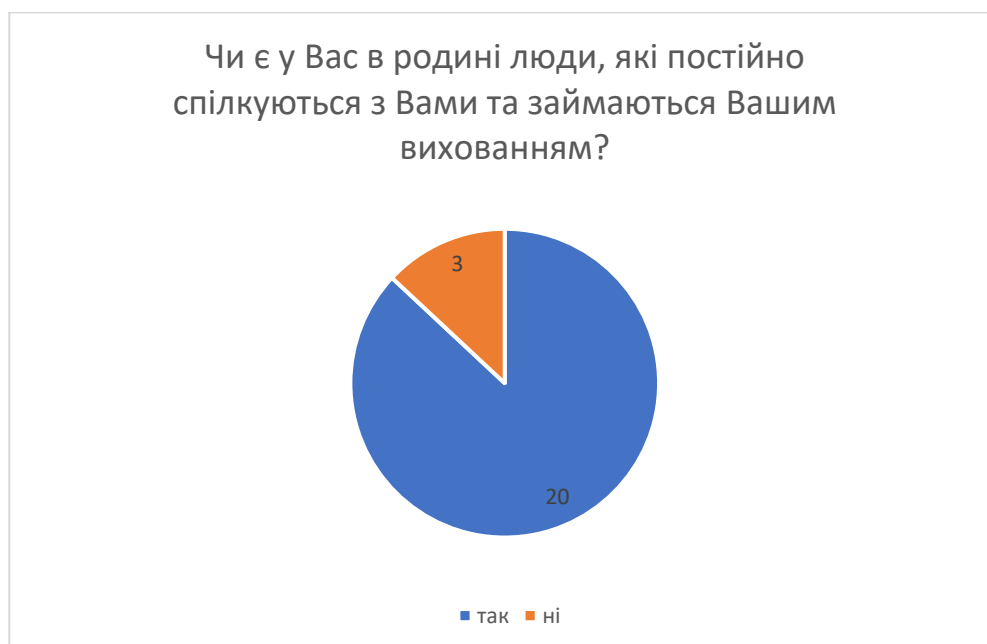
Також дослідженням охоплено стосунки з вчителями. Досліджуваній групі адресувалось запитання: «Чи хороші стосунки склалися у вас із учителями?». 13 відповіли, що так, 2 — ні, решта 15 — з кимось так, з кимось ні (Рисунок 2.2.9). На нашу думку, доволі великий показник середніх відносин з вчителями, є проблемним, який потребує певної оптимізації .

Рисунок 2.2.7



Нами також поставлені питання про спілкування та виховання в родині: «Чи є у Вас в родині люди, які постійно спілкуються з Вами та займаються Вашим вихованням?». 3 відповіли, що ні, решта 20 — так (Рисунок 2.2.10). Ми вважаємо, що постійне спілкування з родиною та виховання дитини її батьками є важливим аспектом у формуванні цінностей у дитини, її способу життя, інтересів. Тому ті діти, які не мають постійного спілкування в родині можуть скласти групу, що може розпочати практикувати ризиковану поведінку ймовірніше, ніж інші учасники.

Рисунок 2.2.8



Також в дослідженні визначалися аспекти ставлення учасників до школи і їх оцінки останнім часом. Досліджуваній групі було запропоновано відповісти на такі питання: «Чи подобається Вам навчатися в школі?», «Які оцінки останнім часом у Вас переважають?». 6 відповіли, що їм подобається в школі, 16 зазначають так собі, інколи так, інколи ні, в школі досить цікаво, але є і багато негативних моментів, 10 визнали, що навчатися в школі їм не подобається (Рисунок 2.2.11). 14 респондентів відповіли, що мають високі оцінки останнім часом, 9 – середні (Рисунок 2.2.12). На нашу думку, це може свідчити про інтелектуальні орієнтації досліджуваних.

Рисунок 2.2.9



Рисунок 2.2.10



Також, одним із завдань дослідження було визначення наявності хобі, інтересів, планів після закінчення школи та планів щодо майбутньої професії. Досліджуваній групі пропонувалось відповісти на такі запитання: «Чи маєте Ви вже плани, яку професію Ви оберете в майбутньому?», «Чи маєте Ви плани навчатися після закінчення школи?», «Чи є у Вас улюблені заняття, яким Ви присвячуєте весь свій вільний час?». 17 респондентів мають плани щодо професійного майбутнього, решта 6 не мають (Рисунок 2.2.13). 1 респондент не має планів навчатися після закінчення школи, решта 22 мають освітні наміри та плани (Рисунок 2.2.14). 2 відповіли, що не мають улюблених занять, яким присвячують свій вільний час, решта 21 мають, більшість мають декілька улюблених занять (Рисунок 2.2.15). На нашу думку, те що більшість мають плани на майбутнє, на навчання після школи та мають улюблені заняття є хорошим показником соціалізації. Оскільки заняття, яким присвячують свій вільний час може свідчити про те, що учасники дослідження не нудьгують, розвиваються у свій вільний час на користь своєму здоров'ю.

Рисунок 2.2.11

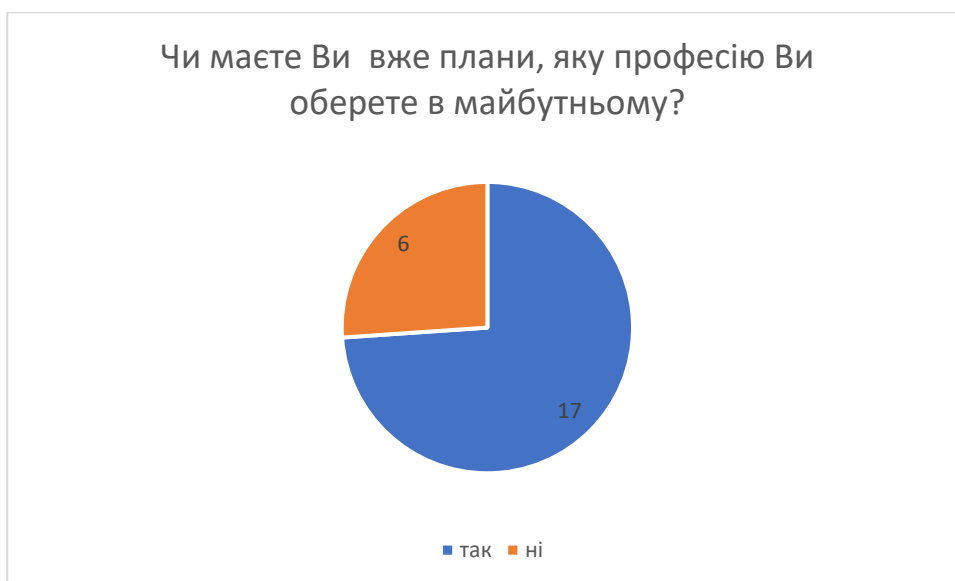


Рисунок 2.2.12

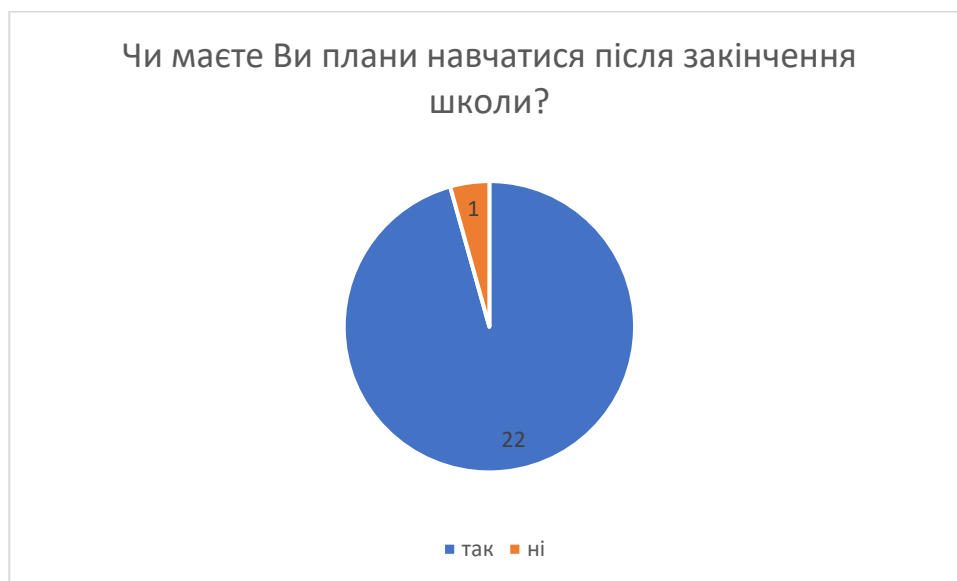
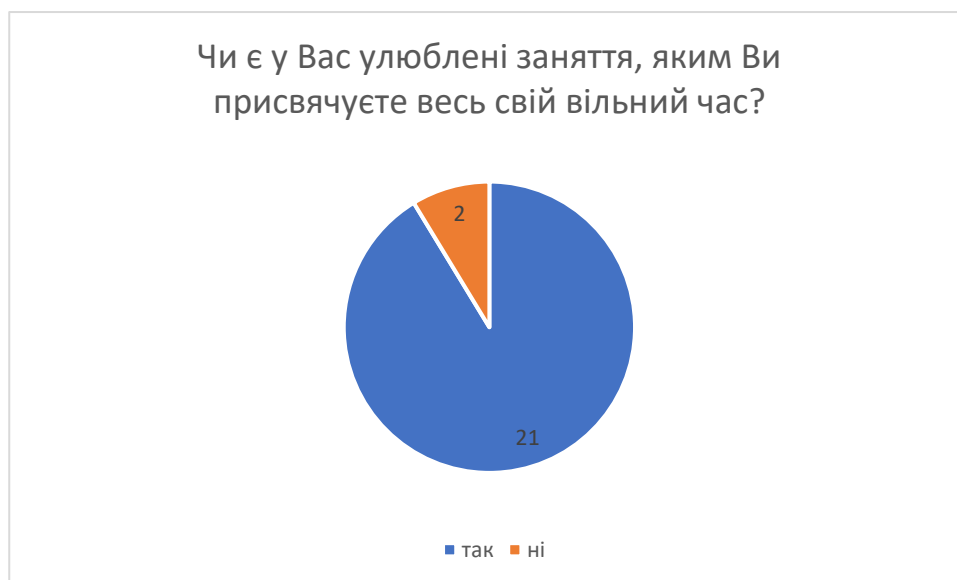


Рисунок 2.2.13



В дослідженні були поставлені питання, чи порушували учасники дисципліну в школі останнім часом, наявність ризикованої поведінки і якої саме. Досліджуваним пропонувалось відповісти на такі запитання: «Чи порушували Ви останнім часом дисципліну в школі?», «Що з перерахованих вчинків Вам властиво?». 20 зазначили, що не порушували дисципліну в школі останнім часом, 3 відповіли, що порушували (Рисунок 2.2.16). 12 досліджуваних зазначили, що не мають ризикованих вчинків, 10 відповіли, що їм властиво пропускати заняття, 3 вказали на куріння, 3 на випивку, 1 - вживання психоактивних речовин (Рисунок 2.2.17). На нашу думку, це свідчить про

високі показники ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці, навіть у нормативно соціалізованій групі учасників.

Рисунок 2.2.14



Рисунок 2.2.15



В дослідженні були включені питання про проблеми фізичного самопочуття, фізичні, соматичні проблеми. Досліджуваним було запропоновано відповісти на запитання: «Чи траплялося з Вами останнім часом щось із перерахованого?». 3 зазначило, що останнім часом вони хворіли (довга хвороба), 10 мають тривалі порушення сну, безсоння, 18 зазначили погане самопочуття та поганий настрій, 9 відмітили втрату апетиту, лише 2 учасників не відзначили проблем фізичного самопочуття (Рисунок 2.2.18).

Рисунок 2.2.16



Для дослідження кореляційних зв'язків між показниками респондентів нашої вибірки ми обрали коефіцієнт кореляції Спірмена. У контексті нашого дослідження особливий інтерес становлять особи з ризикованою поведінкою. В дослідженні визначені кореляційні зв'язки між наступними показниками:

- «Пильність» - «Рівень деструктивного ризику»;
- «Прокрастинація» - «Рівень деструктивного ризику»;
- «Уникнення» - «Рівень деструктивного ризику»;
- «Надпильність» - «Рівень деструктивного ризику»;
- «Схильність до ризику» - «Рівень деструктивного ризику»;
- «Пошук відчуттів» - «Рівень деструктивного ризику».

Після проведення всіх розрахунків коефіцієнтів кореляції отримано результати, що представлені у Таблиці 2.3.1.

Кореляційний аналіз	
Шкала	Коефіцієнт кореляції Спірмена
1	-0.0583
2	-0.342
3	0.392
4	0.592

5	-0.417
6	-0.308

Таблиця 2.3.1

Найбільш високі кореляції ми отримали за наступними шкалами: «Надпильність» - «Рівень деструктивного ризику», Уникнення» - «Рівень деструктивного ризику». Найвищий показник кореляції - 0.592 - за шкалами «Надпильність» - «Рівень деструктивного ризику». Такий результат свідчить про стійку закономірність. Отже, при високому рівні деструктивного ризику досліджувані нашої вибірки схильні обирати таку копінг-стратегію у прийнятті рішень як надпильність, в якій спостерігається тенденція в прийнятті імпульсивних рішень, що обіцяє порятунок від ситуації, в крайніх формах (паніка при виборі альтернатив). З іншими шкалами зв'язок з рівнем деструктивного ризику не значний, слабкий. Коефіцієнти кореляції за іншими шкалами є недостатньо вагомим, проте можна припустити, що за умови врахування певних соціальних та індивідуально-психологічних особливостей, можна встановити більш вагомі зв'язки. Отримані дані вимагають додаткових і більш масштабних досліджень для підтвердження або спростування зв'язку між такими характеристиками з урахуванням певних особливостей респондентів.

З урахуванням відповідей на питання з нашого анкетування визначено кореляційні зв'язки:

- «Стосунки з однолітками» - «Ризикована поведінка»;
- «Порушення дисципліни в школі» - «Ризикована поведінка»;
- «Наявність улюбленого заняття у свій вільний час» - «Ризикована поведінка»;
- «Наявність людей в родині, які постійно спілкуються та виховують» - «Ризикована поведінка»;
- «Фізичні проблеми» - «Ризикована поведінка».

Після проведення всіх розрахунків коефіцієнтів кореляції отримано результати, представлені у Таблиці 2.3.2.

Кореляційний аналіз

Шкала	Коефіцієнт кореляції Спірмена
1	0.224671
2	0.302933
3	-0.113854
4	0.248452
5	0.368243

Таблиця 2.3.2

Дані результати математичної обробки даних вказують на наступні статистично-значимі кореляційні зв'язки:

– «Фізичні проблеми» - «Ризикована поведінка»: фізичні проблеми такі як: порушення сну, втрата апетиту - можуть свідчити про проблеми учасників, які не знаючи як справитися з проблемами, можуть обирати ризиковану поведінку.

– «Порушення дисципліни в школі» - «Ризикована поведінка»: якщо є схильність до порушення дисципліни в школі, то є ймовірність того, що виникають прояви ризикованої поведінки: куріння, випивка чи вживання психоактивних речовин.

– «Наявність людей в родині, які постійно спілкуються та виховують» - «Ризикована поведінка»: постійне спілкування в родині є важливим для осіб раннього юнацького віку. Без довірливого спілкування та відсутності уваги з боку дорослих є виникають умови ризикованої поведінки, формується готовність до ризику.

– «Стосунки з однолітками» - «Ризикована поведінка»: спілкування з однолітками, однокласниками в ранньому юнацькому віці є дуже важливим для гармонії та оптимального самопочуття.

Стійкий зворотний зв'язок є у шкалах: «Наявність улюбленого заняття у свій вільний час» - «Ризикована поведінка».

Результати кореляційного аналізу переконують про підтвердження гіпотези дослідження.

ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РОЗДІЛУ

У ході емпіричного дослідження встановлено, що для досліджуваної вибірки властивий середній рівень схильності до ризику та домінування копінг-стратегії пильності в прийнятті рішень. Серед досліджуваних з високим рівнем деструктивного ризику домінують високі показники надпильності як копінг-стратегії.

З'ясовано, що особи юнацького віку з високим рівнем ризику відзначаються відокремленістю та дистанцією в стосунках з дорослими, не мають дорослих, які з ними спілкуються, не мають встановлених позитивних стосунків з однолітками та вчителями, мають проблеми з порушеннями дисципліни в школі, мають фізичні проблеми.

З'ясовано, що існує тісний кореляційний зв'язок між «Надпильністю» як копінг-стратегією і рівнем деструктивного ризику, фізичними, соматичними проблемами та ризикованою поведінкою, відсутністю постійного спілкування в родині осіб з ризикованою поведінкою, відсутністю приятельних стосунків з однолітками.

Проведене дослідження свідчить, що ризикована поведінка є нормативною в досліджуваній групі, більшості досліджуваних властива схильність до ризику, рішучості і до ризикованого авантюризму.

Серед копінг стратегій в ранньому юнацькому віці домінує стратегія пильності, яка виражена більшою мірою, ніж стратегії уникнення, надпильності та прокрастинації. Серед досліджуваних з високим рівнем деструктивного ризику домінують особи із копінг стратегією надпильності, що може свідчити про притаманну імпульсивність, надмірну збудливість у процесі прийняття рішення, що може проявлятися у вигляді тривоги чи паніки.

В юнацькому віці властиві як нормативні елементи ризикованої поведінки (куріння, випивка, порушення дисципліни). Переважна більшість наших опитуваних має схильність до ризику та проявляють ризиковану поведінку, відзначаються прагненням до гострих відчуттів.

Отримані стійкі кореляційні зв'язки між особистісними та зовнішніми показниками, які описують ризиковану поведінку. Гіпотеза дослідження підтверджена.

РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ ПРОФІЛАКТИКИ РИЗИКОВАНОЇ ПОВЕДІНКИ

3.1. Принципи профілактичної роботи по запобіганню ризикованої поведінки

Збільшення ризикованої поведінки в середовищі неповнолітніх змушує науковців (І. Запорожан, В. Синьов, В. Оржеховська, Т. Федорченко, М. Фіцула та ін..) шукати ефективні шляхи попередження цього явища, тобто профілактики формування ризикованої поведінки.

Принцип (від латинського *principium*) – «основа», «початок». Кожна наука, її сфера і відповідна їй галузь практичної діяльності в своєму розвитку керуються певними принципами — основними вихідними положеннями, які впливають із встановлених наукою закономірностей. Кожен принцип реалізується через певні правила.

Принципи і правила існують об'єктивно, незалежно від нас, ігнорувати їх не можна. В іншому випадку діяльність може бути не тільки марна, але й шкідлива. Саме через застосування принципів здійснюється безпосереднє співвідношення теоретичних положень, втілених в закономірностях, з практикою організації профілактики ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці.

Принципи профілактики ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці - це ті основні вимоги, правила, норми, які повинні пред'являтися змісту, формам, методам профілактичної роботи, які забезпечують формування рефлексивної позиції осіб юнацького віку та його суб'єктне включення в безпечну життєво доцільну поведінку. Проаналізуємо найважливіші з них.

Принцип персоніфікації. Процес профілактики ризикованої поведінки юнаків, орієнтує на конкретну особистість дитини з її потребами, інтересами, ціннісними орієнтаціями, почуттями і настроями.

Умовами реалізації даного принципу є:

- вивчення потреб, інтересів і здібностей кожної конкретного учасника;
- виявлення позитивних якостей учасника і опора на них;

– створення сприятливого емоційного фону суб'єктної взаємодії учасника і дорослого.

У практиці організації профілактичної роботи даний принцип відображається в наступних правилах:

- вивчення дитини, її особистості та індивідуальних характеристик має носити моніторинговий характер;
- позитивні якості, які є у дитини, можна виявити тільки в умовах довірливої взаємодії з нею;
- позитивні емоції сприяють мотивації учасників а спільну діяльність;

Принцип мотивації припускає наявність внутрішнього спонукання до участі у профілактичній діяльності.

Умовами реалізації даного принципу є:

- усвідомлення мети і значення профілактичної діяльності;
- добровільність включення у профілактичний процес;
- послідовність і поетапність вирішуваних завдань.

У практиці організації процесу профілактики даний принцип відображається в наступних правилах:

- усвідомлення кожним учасником особистої значущості участі у профілактичному процесі;
- профілактичний процес є органічною частиною процесу виховного;
- виділення домінуючої мети профілактики;
- стимулювання учасників до творчого вирішення поставлених завдань.

Принцип обґрунтованого соціального вибору означає створення ситуації вибору в ході профілактичного процесу, вимагає від юнака обов'язкового вибору тієї або іншої дії, вчинку, рішення. Умовами реалізації принципу обґрунтованого соціального вибору є:

- включення дітей у вирішення різних проблем соціальних відносин у реальних або імітованих ситуаціях;
- створення ситуацій морального вибору;
- використання дилем в методиках.

Правила реалізації вище визначеного принципу на практиці:

- визнання значущості групової оцінки прийнятого учасником рішення;
- не можна передбачити всі проблеми, з якими зіткнеться учасник в житті, але треба бути готовим до їх вирішення;
- будь-яка ситуація передбачає вибір, і цей вибір дитина повинна зуміти обґрунтувати;
- ситуація вибору супроводжується вольовим зусиллям з боку індивіда.

Принцип позитивної реалізації учасника в групі однолітків повинен забезпечити створення в ході профілактичної роботи поля самореалізації для кожного учасника.

Умови реалізації даного принципу:

- вивчення особистості і проявів індивідуальності учасника;
- створення комфортних умов взаємодії юнаків;
- заохочення успіхів і досягнень учасників.

На практиці принцип позитивної реалізації учасників в групі реалізується в наступних правилах:

- соціальна значимість захоплення учасників;
- позитивна спрямованість інтересів особистості;
- задоволення від спілкування з однолітками;
- наявність позитивних емоцій у процесі спільної діяльності.

Принцип адекватної самооцінки - оцінка учасником себе, своїх дій і вчинків повинна відповідати оцінкам найближчого оточення.

Умовами реалізації даного принципу є наступні:

- розумне поєднання заохочення і покарання ;
- використання словесних оцінок при аналізі досягнутих учасником результатів;
- адекватність в оцінках з боку дорослих і однолітків.

На практиці вище визначені принципи реалізуються в наступних правилах:

- відстеження та регулярна оцінка досягнутих учасником результатів;
- колективне обговорення результатів спільної діяльності в групі;
- розуміння учасниками значущості своїх дій і вчинків для оточуючих;

– обговорення загально визнаних «позитивних» і «негативних» молодіжних героїв.

Принцип рефлексивної позиції означає аналіз юнаком особливостей своїх дій і вчинків, дій і вчинків інших людей на основі сформованої у нього системи цінностей і моральних орієнтирів.

Умови реалізації даного принципу:

– розвиток стійкої системи відносин особи юнацького віку з навколишнім середовищем;

– формування адекватної самооцінки;

– суб'єктна включеність у профілактичний процес на основі оцінки своїх можливостей і співвіднесення їх з результатами досягнень.

Цей принцип відображається у низці правил:

– звичка до аналізу подій, що відбулися;

– прагнення розвинути свої вольові якості;

– вміння керувати своїм емоційним станом;

– уміння не тільки приймати рішення, але і вислухати думку дорослих і однолітків з їх приводу.

Принцип інтеграції дій різних інститутів виховання в процесі профілактики ризикованої поведінки старшокласників. Умовами реалізації даного принципу є:

– використання можливостей конкретного інституту виховання в процесі профілактичної роботи;

– комплексний характер процесу профілактики;

– діалогова взаємодія суб'єктів процесу профілактики в ході рішення загальних та специфічних завдань;

– суб'єктне включення старшокласників у профілактичний процес.

У практиці діяльності різних інститутів виховання цей принцип відображається в наступних правилах:

– реалізуючи спільні цілі та завдання профілактики ризикованої поведінки старшокласників, кожен інститут виховання використовує свої можливості і засоби вирішення поставлених завдань і реалізації намічених цілей;

– в ході профілактики дитині повинна надаватися допомога різного роду та виду: медична, педагогічна, психологічна, правова;

– досягаючи змін в поведінці дитини, необхідно прагнути не руйнувати, а творити її особистість;

– активне включення учасників в процес профілактики повинен здійснюватися на основі формування установки на тривалу і взаємну співпрацю.

Принцип поєднання загальної профілактики ризикованої поведінки старшокласників з профілактикою конкретних видів можливих ризиків.

Умовами реалізації вищезначених принципів виступають такі:

– пріоритет загальної профілактики, спрямованої на формування рефлексивної позиції перед рішенням окремих задач, пов'язаних з привчанням до соціально схвалюваних зразків поведінки;

– поєднання загально профілактичних заходів з усіма учасниками з частковою профілактикою з особами з групи ризику;

– діагностика і виявлення осіб з групи ризику;

– пріоритет загальної профілактики ризикованої поведінки перед включенням в її процес профілактики конкретних видів ризику.

Правила реалізації принципу, що розглядається на практиці:

– поєднання загального і часткового;

– пріоритет загальної профілактики, спрямованої на формування рефлексивної позиції учасника;

– моніторинг ризикованої поведінки юнаків з метою виявлення складових часткової профілактики конкретних ризиків;

– орієнтація в профілактичній роботі на всі вікові категорії, починаючи з молодшого шкільного віку.

Принцип опосередкованих впливів профілактичних заходів. В якості умов реалізації принципу опосередкованих впливів профілактичних заходів ми розглядаємо наступні:

– добровільність включення учасників в профілактичний процес;

– формування активної життєвої позиції осіб юнацького віку;

- формування установок на здоровий спосіб життя;
- організація цікавого дозвілля старшокласників та забезпечення їх зайнятості;

У практиці організації процесу профілактики цей принцип відображається в наступних правилах:

- будь-який профілактичний вплив має сприяти формуванню позитивних життєвих навичок у старшокласників;
- у процесі профілактики ризикованої поведінки не можна використовувати тільки заборонно-наказовий вплив;
- високий рівень інформованості осіб юнацького віку про різні види ризикованої поведінки викликає підвищений інтерес до тих чи інших видів ризику або того, що з ним пов'язано;
- пріоритетний вплив у профілактичній роботі на сферу саморегуляції та вольові якості особистості [19].

3.2. Формування життєвих навичок як умова профілактики ризикованої поведінки

Розроблена програма спирається на положення А. В. Самойлова, який розглядає профілактику як роботу з особистістю, яка полягає у формуванні в людини навичок самостійного прийняття рішень; умінь вирішувати проблемні ситуації, що виникають; навичок вирішення проблем спілкування та вмінь поводитися в різних ситуаціях; уміння протистояти впливу групи, вмінь розв'язувати конфліктні ситуації [45].

Відповідно до класифікації ВООЗ профілактика поділяється на первинну, вторинну та третинну.

Первинна профілактика, на наш погляд, є найбільш масовою та ефективною, тому що спрямована перш за все на формування здорового способу життя. Навчання юнаків знанням і навичкам здорового способу життя є важливим компонентом будь-якої профілактичної та програм охорони здоров'я [38].

Світовим і вітчизняним досвідом доведено, що саме освіта на основі життєвих навичок (ООЖН), на відміну від класичних інформаційних підходів, набагато

ефективніше впливає на поведінку людини: підвищує стійкість до негативних соціальних впливів і суттєво знижує схильність до невиправдано ризикованої поведінки та вживання психоактивних речовин. ООЖН також сприяє моральному вдосконаленню особистості, усвідомленню нею важливих цінностей, розвитку комунікативності, емпатії і співробітництва, інших класичних рис гармонійно розвиненої особистості. В основі цієї методики – набуття життєвих навичок і тренінгові методи навчання [11].

Життєві навички (*life skills*) – це низка психологічних і соціальних компетентностей, які допомагають людині бути в гармонії зі своїм внутрішнім світом і будувати продуктивні взаємини із соціальним оточенням [11].

Можна погодитися з твердженням В. Ляшенко, який переконує, що поняття «життєва компетентність» значно ширше, об'ємніше, бо передбачає спроможність особистості набувати знання, перетворювати їх на уміння та адекватно діяти [36].

До життєвих навичок відносять уміння:

- прийняття рішень;
- вирішення проблем;
- творчого та критичного мислення;
- ефективного спілкування;
- самооцінки та почуття гідності;
- уміння чинити опір тиску;
- уміння вибудовувати міжособистісні відносини;
- долати емоції та стрес;
- здатність співчувати;
- здатність радіти успіхам інших;
- відчувати себе громадянином;
- уміння справлятися з власним життям;
- уміння управляти своїм життям у здоровий та продуктивний спосіб.

3.3. Програма профілактики ризикованої поведінки

На основі теоретичного аналізу психологічної літератури та проведеного емпіричного дослідження можна заявити, що навчання безпечної поведінки та формування ціннісного ставлення до свого життя та здоров'я для осіб юнацького віку є дійсно важливим. Оскільки в ранньому юнацькому віці проходить освоєння життєвих цінностей та дозрівання особистісних сфер, тому важливо навчити в цьому віці розвиватися на користь своєму здоров'ю та сформуванню життєві навички, такі як:

- прийняття рішень;
- вирішення проблем;
- творчого та критичного мислення;
- ефективного спілкування;
- самооцінки та почуття гідності;
- вміння чинити опір тиску;
- вміння вибудовувати міжособистісні відносини;
- долати емоції та стрес;
- здатність співчувати;
- здатність радіти успіхам інших;
- відчувати себе громадянином;
- вміння справлятися з власним життям;
- вміння управляти своїм життям у здоровий та продуктивний спосіб.

Однією з найбільш ефективних форм здійснення профілактичної діяльності серед юнаків є, перш за все, навчання, яке ґрунтується на досвіді особистості, а також передбачає, що учасники, крім отримання нової інформації, мають можливість одразу ж використовувати її на практиці, виробляючи нові навички.

Загальна мета програми — підвищення компетентності в спілкуванні та набуття життєво необхідних навичок.

Програма розрахована на участь в ньому старшокласників (8-11 клас), оскільки саме цей вік найбільш чутливий для розвитку особистості та характеризується вираженими якісними компонентами схильності до ризику, за результатами багатьох досліджень. Найбільш вдалим часом для програми є період канікул.

Програма складається з 8 занять, тривалість кожної з яких становить 90 хвилин. Загальна кількість учасників - не менше 12, але не більше 25.

На першому занятті повинно відбуватися знайомство тренера з учасниками, забезпечується створення атмосфери довіри та саморозкриття, знайомство з метою навчання. Важливим етапом є встановлення правил проведення програми.

Рекомендовано такі правила:

- Конфіденційність.
- Щирість і відвертість.
- Повага до іншого.
- Обговорення лише того, що відбувається в групі в цей момент.
- Активна участь (при небажанні висловлюватись - «правило руки»).
- Говорити від власного імені та про власні почуття.

Далі проводиться визначення очікувань учасників від програми. Діагностика особливостей та індивідуальних характеристик учасників за допомогою методик: методика особистісного диференціалу (за В. Б. Шапарь); методика Дембо – Рубінштейна для діагностики самооцінки та рівня домагань; методика діагностики акцентуацій характеру за опитувальником К. Леонгарда – Г. Шмішека; тест-анкета «Емоційної спрямованості»; «Незакінчені речення» за вибірковими сферами (ставлення до себе, ставлення до майбутнього, минулого, протилежної статі, страхів, сім'ї та друзів); тест Куна «Хто Я». Підведення підсумків заняття. Також після кожного заняття учасники можуть підійти до психолога та отримати індивідуальні консультації для обговорення проблем чи питань, які виникали під час заняття. Оскільки в ранньому юнацькому віці розвивається рефлексія, в учасників виникає потреба розмовляти про особисте і небажання виносити це на розсуд однолітків. Тому, індивідуальні консультації, бесіди з учасниками є важливим елементом програми.

На другому занятті передбачено розкриття характеристик деструктивного та конструктивного ризику. Розпочинається заняття з привітання, вступного слова

психолога, обговорення очікувань учасників від заняття. Далі міні лекція про ризик, ризиковану поведінку, небезпечний ризик. Проводиться аналіз небезпечних ситуацій й оцінка ставлення до безпеки та ризику. Розглядаються ситуації, в яких необхідно виділити із переліку небезпечні: хлопчик дражнить пса; дівчинка ложечкою розмішує цукор у склянці чаю; хлопчик переходить вулицю на червоний сигнал світлофора; дівчинка катається на ковзанах у дворі; хлопчик причепився до трамваю; хлопчик займається боксом в спортзалі; дівчинка з високого обриву стрибає у річку; дівчинка прасує білизну самостійно; хлопчик їде на даху метро; хлопчик катається на велосипеді; дівчинка стоїть на краю платформи, чекаючи метро; хлопчик просунув голову у вікно автобусу під час руху; дівчинка займається на гімнастичних снарядах; хлопчик стрибає з другого поверху на будівельному майданчику; хлопчик під керівництвом тренера стрибає з вишки в басейн; льотчик вистрибує з літака з парашутом і т. д. Наприкінці заняття тренер пропонує учасникам пригадати, що відбувалося на занятті, проводить індивідуальні консультації.

На третьому занятті формуються навички прийняття рішення діяти в небезпечній ситуації, або здатність до відмови. Розпочинається заняття з привітання, вступного слова психолога, оцінки та формування очікувань учасників від заняття. Далі учасники проходять діагностику індивідуального стилю прийняття рішень за допомогою Мельбурнського опитувальника прийняття рішень. Потім розгортається обговорення результатів тесту та надається інформаційний блок про стилі прийняття рішень. Проводиться вправа на вирішення конкретних ситуацій щодо вибору оптимальних стилів дій. Обговорення: навести приклад, коли хтось: вчасно помітив наближення небезпеки; зумів уникнути небезпеки; потрапив у небезпечну ситуацію; діяв сміливо і рішуче й вийшов без втрат з небезпечної ситуації; допоміг комусь в небезпечній ситуації. **Методика С. Розенцвейга:** виберіть картки і зіграйте. Група ділиться на четвірки (гетерогенні). Робота у підгрупі протягом 15 хвилин, де програватимуться ситуації за трьома різними способами: жорсткий, м'який й нейтральний. По закінченню підводяться підсумки заняття та індивідуальні консультації.

На четвертому занятті формуються навички спілкування та проводиться навчання, як вирішувати конфліктні ситуації. Зустріч розпочинається з вступного

слова психолога та обговорення очікувань учасників. Далі міні лекція про ефективність спілкування та слухання.

Перша вправа «Знайди ноту»: всі починають разом співати одну пісню (за домовленістю). По команді психолога співають мовчки. Потім тренер сплескує знову і всі продовжують вголос. Тут важливо не збитися з ритму.

Друга вправа «Торт»: кожний продумає і вибере для себе роль якоїсь частини чи компонента торта. Міні-лекція про «Я-висловлювання». Далі пропонується порівняти фрази: «Ти завжди спізнюєшся» і «Щось трапилось, що вранці знову спізнилася?». Пояснення: слова «ти», «завжди», «ніколи» є конфліктогенами, тобто можуть спричинити конфліктну ситуацію. Цього не станеться, якщо Ви розповідатимете про власні реакції, почуття; обговорюватимете не особу, а факти. Далі треба знайти різницю між фразами: «Чому ти не можеш прибрати за собою?» і «Будь ласка, наведи порядок на робочому столі».

Третя вправа «Я думаю». Учням пропонується розбитися на групи. Кожній групі надаються приклади ситуацій, які обговорюються і надаються найбільш ефективні рішення. Наприклад, «Коли на мене підвищують голос, я...»; «Коли мене не попередили про якусь подію, а вимагають...».

Четверта вправа «Я-повідомлення»: запропонувати учасникам перетворити запропоновані «Ти-повідомлення» в «Я-висловлювання». «Ти-повідомлення»: ти завжди мене перериваєш; ти завжди спізнюєшся; ти постійно залишаєш папери на моєму столі; ти постійно займаєш робочий телефон для вирішення особистих питань; ти завжди на мене кричиш; ти завжди повідомляєш про зміни в останню хвилину; ти ніколи не виконуєш свої обов'язки, я мушу все робити замість тебе. На завершення рольова гра «Конфліктна ситуація»: хтось із групи заявляє наступну конфліктну ситуацію, пов'язану зі школою. (Якщо немає бажаючих, пропонує психолог). Учасник, який запропонував конфліктну ситуацію, обирає виконавців на певні ролі для програвання даної ситуації. Учасники готуються 2 хвилини. Ті, хто залишився у колі, обдумують своє рішення: як би вони повелися на місці героїв подій. Розігрування. Обговорення: «Що ви відчували під час цієї ситуації?» Учасники

рольової гри відповідають від імені свого героя. «Чи вирішена для вас конфліктна ситуація?» По закінченню підводяться підсумки заняття та індивідуальні консультації.

На п'ятому занятті формуються навички протистояння соціальному тиску. Розпочинається з того, що кожен учасник ділиться своїми очікуваннями та змінами, які б йому хотілося побачити в результаті заняття. *Перша вправа* «На ризик» спрямована на довіру. *Друга вправа* «Я — Вони» визначає наскільки підлітки схильні до впливу з боку оточуючих. Наступні вправи «Мода», «Я обираю...» та «Я поважаю себе за...» дозволяють визначити особистісні позиції, розвинути впевненість та самостійність у виборі небезпечних альтернатив. *Фінальна вправа* «Техніка впевненої відмови» розкриває алгоритм надання чіткої послідовності дій при певних ситуаціях чи нав'язування думок, які особистості неприємні. Наприкінці заняття психолог пропонує учасникам пригадати, що відбувалося на занятті. Проводяться індивідуальні консультації.

На шостому занятті формується адекватна самооцінка, прийняття власного «Я», розуміння важливості поваги та любові до себе та оточуючих. Розпочинається як завжди з обговорення очікувань. Далі міні-лекція про самоусвідомлення. *Вправа «Будинок»*: психолог пропонує учасникам уявити та описати себе у вигляді будинку. Під час обговорення: при аналізі описів увага звертається на зміст, форму, розмір, комфортність, на основі чого робиться висновок про глибину знання та прийняття кожним з учнів власного «Я». Далі медитація «Розкриття троянди». *Завершальна вправа* «Цінність мого «Я». В кінці тренер пропонує висловлювання по колу: «Я дізнався ...», «Я зрозумів, відчув...» для підведення підсумків заняття. Проводяться індивідуальні консультації.

На сьомому занятті проводиться навчання про емоції та психологічні умови долаття стресу. Розпочинається з очікувань та міні лекції про емоції, їх функції. Далі пропонується вербалізація емоцій та почуттів: учасники сідають у коло, по черзі висловлюють припущення сусідам ліворуч про їхній стан («Мені здається, що ти зараз спокійний і зацікавлений тим, що відбувається»). Почувши інформацію про свій

стан, слухачі надають зворотний зв'язок, тобто уточнюють повідомлене. Після того, як коло замкнеться, психолог організовує обговорення. *Обговорення*: яким чином ви визначили емоційний стан сусіда? На які ознаки ви орієнтувалися при цьому? Важко чи легко говорити про власний емоційний стан? А про стан іншої людини? Чи потрібно говорити співрозмовнику про емоції? Чи завжди говоримо те, що відчуваємо? Чому приховуємо власні емоції/почуття? Які наслідки? Далі вербалізація негативної емоції, яка складається з двох частин. **1 частина**: об'єднання учасників у малі групи по три особи. Кожен з учасників має зіграти три ролі – особа, яка висловлює негативну емоцію; особа, яка сприймає негативну емоцію і реагує, спостерігач. При чому, співрозмовникам потрібно робити все неправильно, «неконструктивно». Завдання спостерігача полягає у тому, щоб записувати побачені помилки. Кожна фаза рольової гри триває до 5 хв. Обговорення у малих групах, потім у великому колі. **2 частина**: тепер кожна команда демонструє іншу ситуацію, в якій все зроблено правильно. Замість звинувачень та дорікань говоріть про свої почуття. Презентація команд відбувається за методом «акваріума». Далі міні лекція про психофізіологічну саморегуляцію: дихальна саморегуляція; м'язове розслаблення (прогресивна релаксація); самонавіювання; аутотренінг; медитація; масаж, самомасаж; моторна саморегуляція. *Завершальна техніка*: звільнення від небажаних емоцій. Наприкінці заняття тренер пропонує учасникам пригадати, що відбувалося на занятті та проводить індивідуальні консультації.

На фінальному восьмому занятті проводиться навчання управління своїм життям у здоровий спосіб. Розпочинається з очікувань та міні лекції про фізичне та психологічне здоров'я. *Перша вправа* «Фактори, що впливають на здоров'я»: психолог пропонує учасникам об'єднатися в малі групи та виконати таке завдання: «Уявіть собі, що ви знаходитесь у центрі уявного кола. У внутрішньому колі запишіть фактори, що впливають на ваше здоров'я, які стосуються вас як індивідуума і на які ви вплинути не можете». У другому колі: «Запишіть фактори, що впливають на Ваше здоров'я і стосуються Вашого безпосереднього соціального й фізичного середовища, щодо яких ви робите вибір».

У зовнішньому колі запишіть фактори, що впливають на Ваше здоров'я і стосуються Вашого більш широкого соціального, фізичного чи політичного середовища, щодо яких ви робите вибір чи можете вплинути на них. Фактори, що позитивно впливають на здоров'я, запишіть зеленим, негативно — червоним маркером. Обговорення, після якого психолог знайомить учасників із такою інформацією: За даними досліджень, здоров'я залежить від таких основних факторів:

- спадковості — на 20 %;
- рівня медицини — на 10 %;
- екологічної ситуації — на 20 %;
- способу життя — на 50 %.

Друга вправа «10 заповідей здоров'я»: психолог запитує в учасників: «Що таке заповідь?», після чого пропонує скласти власні 10 заповідей здоров'я. Після закінчення роботи психолог пропонує одному з учасників назвати свої заповіді й записати їх на дошці. Інші учасники доповнюють перелік. Після закінчення психолог радить учасникам, обговоривши всі заповіді у великому колі, залишити 10, із якими погоджуються всі. Під час обговорення важливо звернути увагу на те, що кожна з позицій має бути аргументованою — слід формулювати й записувати заповіді як норми поведінки. *Третя вправа* «Що таке залежність?»: психолог повідомляє, що одним із факторів, що негативно впливають на наше здоров'я, є шкідливі звички, які пов'язані із вживанням наркотичних речовин, і пропонує учасникам методом «мозкового штурму» визначити асоціації до слова «залежність». Після подається інформаційний блок про шкідливі звички. *Четверта вправа* «Як ви думаєте?»: психолог пропонує учасникам об'єднатися в чотири групи: перша — підлітки, друга — батьки, третя — медичні працівники, четверта — представники наркобізнесу. Групи мають визначити причини вживання підлітками наркотичних речовин із позиції певної цільової групи — підлітків, батьків, медичних працівників, представників наркобізнесу. Перелік причин, який кожна група по черзі презентує,

фіксують на окремому аркуші, після чого учасники обговорюють результати. У фіналі заняття: вправа «Яким був тренінг?»: учасники об'єднуються у малі групи по 3-4 особи. За 5 хвилин потрібно придумати якомога більше прикметників-визначень, які описують програму. Наприклад, активна, інформативна, корисна, динамічна тощо. Після цього лідери малих груп зачитують напрацьований список. Далі часники разом з психологом аналізують знання й навички, набуті протягом навчання.

Три валі сть	Заняття	Зміст заняття	Методи роботи	Результати заняття для учасників
День 1-й				
90 хви лин	№1 Знайом ство	Знайомство учасників, визначення правил роботи. Діагностика особливостей та індивідуальних характеристик учасників. Створення сприятливого емоційного фону.	Обговорення, методики: особистісного диференціалу (за В. Б. Шапарь); Дембо – Рубінштейна; опитувальник К. Леонгарда – Г. Шмішека; тест- анкета «Емоційної спрямованості»; «Незакінчені речення»; тест Куна «Хто Я», індивідуальні консультації.	Учасники та тренер знайомляться один з одним та змістом занять, спільно сформульовані правила взаємодії; учасники вивчають свої особливості та індивідуальні характеристики.
День 2-й				

90 хви лин	№2 Поняття про ризик, небезпечний ризик	Розширення знань про деструктивний та конструктивний ризик. Аналіз небезпечних ситуацій й відношення до безпеки та ризику.	Міні лекція, дискусії, індивідуальні консультації.	Учасники дізнаються про характеристики деструктивного та конструктивного ризику; розширяють знання про небезпечні ситуації.
День 3-й				
90 хви лин	№3 Прийняття рішення в небезпечній ситуації	Формування прийняття рішення діяти в небезпечній ситуації, або відмова. Діагностика індивідуального стилю прийняття рішень.	Мельбурнський опитувальник прийняття рішень, вправа на вирішення конкретних ситуацій на вибір оптимальних стилів дій, методика С. Розенцвейга; обговорення, індивідуальні консультації.	Учасники отримують навички прийняття рішення в небезпечній ситуації, або відмова; дізнаються індивідуальний стиль прийняття рішень.
День 4-й				

90 хви лин	№4 Форму вання навичк и спілкув ання	Формування навички спілкування. Навчання вирішувати конфліктні ситуації.	Міні лекції, вправи: «Знайди ноту», «Торт», «Я думаю», «Я- повідомлення», рольова гра, обговорення, індивідуальні консультації.	Учасники отримують навички спілкування; розвивають власні навички розв'язання конфлікту.
День 5-й				
90 хви лин	№5 Форму вання навичк и протис тояння соціаль ному тиску	Формування навички протистояння соціальному тиску.	Вправи: «На ризик», «Я — Вони», «Мода», «Я обираю...» та «Я поважаю себе за...», вправа «Техніка впевненої відмови», індивідуальні консультації.	Учасники навчаються протистояти соціальному тиску.
День 6-й				
90 хви лин	№6 Форму вання адекват ної самооц інки	Формування адекватної самооцінки. Прийняття власного «Я», розвиток вміння поважати та	Міні лекція, вправа «Будинок», вправа «Розкриття троянди» (медитація), вправа «Цінність мого Я», обговорення,	Учасники розумітимуть значущість прийняття власного «Я» як гідного поваги, любові до себе самого та

		любити самого себе та оточуючих.	індивідуальні консультації.	інших для переживання власної самоцінності.
День 7-й				
90 хвилин	№7 Почуття та емоції	Розвиток вміння сприймати і розуміти емоційний стан інших (емпатії), відчувати власні почуття і емоції	Міні лекції, вербалізація емоцій та почуттів, вербалізація негативної емоції, техніка звільнення від небажаних емоцій, обговорення, індивідуальні консультації.	Учасники поглиблюють розуміння таких понять, як емоції, почуття, повага до іншого; навчаються психофізіологічній саморегуляції.
День 8-й				
90 хвилин	№8 Я обираю здоровий спосіб життя	З'ясувати значення поняття «фізичне здоров'я» та «психологічне здоров'я», визначити фактори, що впливають на здоров'я.	Міні лекції, вправи: «Фактори, що впливають на здоров'я», «10 заповідей здоров'я», «Що таке залежність?», «Як ви думаєте?», «Якою була програма?», обговорення.	Учасники розширюють власні знання про здоров'я; розглядають фактори, що впливають на здоров'я, сформулюють власні практичні поради щодо ведення здорового

				способу життя; разом з психологом аналізують знання й навички, набуті протягом програми.
--	--	--	--	--

Таблиця 3.3.1.: Структура програми профілактики ризикованої поведінки

Таким є зміст профілактичної програми запобігання ризикованої поведінки у ранньому юнацькому віці. Не можна гарантувати абсолютної ефективності цієї програми, адже багато аспектів впровадження буде залежати від групи учасників, особистості психолога, умов проведення програми.

3.4. Методичні рекомендації до програми

Для успішного проведення програми профілактики ризикованої поведінки необхідно забезпечити певні організаційні умови, до них відносяться: невелика кількість учасників, час та тривалість, місце, матеріальне забезпечення тощо.

Форма організації програми: регулярні заняття (4 рази на тиждень), тривалість одного – 90 хвилин та плюс 10-20 хвилин на перерву. Кількість учасників групи має бути обмежена 12-25 особами. Приміщення – аудиторна кімната, у якій можна буде зручно розташувати: стільці, поставлені по колу (за кількістю учасників); столи для розміщення необхідних матеріалів; дошку або фліп-чарт. Також важливо, щоб у приміщенні було достатньо місця для проведення ігор-руханок та інших рухливих форм роботи. Для проведення занять необхідно мати: ручки, блокноти для індивідуальних записів учасників; роздруковані методики; аркуші паперу А4; маркери або фломастери різних кольорів. В якості конкретних засобів, які орієнтовані на формування життєвих навичок та профілактики ризикованої поведінки обрані: психологічні прийоми, вправи, техніки, психологічні методики, рольові ігри, робота в малих групах, обговорення.

Також, важливо всією групою разом з психологом встановити правила. Існує кілька основних правил, на які можна опиратися:

1. Бути позитивними.
2. Бути активними.
3. Говорити тільки за темою.
4. Говорити від свого імені.
5. Не критикувати: кожний має право на власну думку.
6. Говорити те, що думаєте.
7. Говорити коротко й по черзі.
8. Дотримуватися регламенту.

На початку кожного заняття обговорювати очікування учасників та повторення правил групи. На завершення кожного заняття підводити підсумки та індивідуальні консультації учасників з психологом, де є можливість обговорити проблеми чи питання, які виникали під час заняття. Можливо психолог захоче з кимось провести консультацію окремо. Бажано, щоб на кінець програми всі учасники мали змогу хоч раз пройти індивідуальну консультацію з психологом. Оскільки в ранньому юнацькому віці розвивається рефлексія, в учасників виникає потреба розмовляти про особисте і небажання виносити це на розсуд однолітків. Тому, індивідуальні консультації, бесіди з учасниками є важливим елементом під час розгортання програми.

ВИСНОВКИ ДО ТРЕТЬОГО РОЗДІЛУ

Розроблена програма профілактики ризикованої поведінки сприяє формуванню настанов на безпечну поведінку та формуванню відповідального ставлення до свого здоров'я, життя та уважного ставлення до оточуючих. В процесі проведення різноманітних психологічних вправ, рольових ігор, дискусій учасники поглиблюють своє розуміння життєвих ситуацій та орієнтуються на конструктивні життєві навички, такі як: прийняття рішень, вирішення проблем, ефективне спілкування, вирішення конфліктних ситуацій, опір тиску, дотримання оптимальної самооцінки та опори на почуття власної гідності, додання стресу, умінням співчувати, радіти успіхам інших, справлятися з власним життям і управляти своїм життям у здоровий та продуктивний спосіб. В результаті програми вдається знизити рівень деструктивного ризику учасників.

Проведенню програми сприяє дотримання методологічних рекомендацій в провадженні профілактичної програми: невелика кількість учасників, час і тривалість занять, місце, матеріальне забезпечення, методи.

Запропоновані заходи здатні значно знизити показники деструктивної ризикованої поведінки серед осіб юнацького віку та сприяють оволодінню життєвими навичками безпечної поведінки.

ВИСНОВКИ

У нашій роботі представлено теоретичне та емпіричне дослідження проблеми ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці. На основі проведеного дослідження можемо сформулювати наступні висновки:

1. Визначальними чинниками ризикованої поведінки виступають психологічні особливості юнацького періоду. Ранній юнацький вік в силу своїх вікових та психофізіологічних особливостей відзначається високою вірогідністю виникнення ситуацій ризику в життєдіяльності в його контексті. Здійснюючи ризиковані дії й вчинки, юнаки піддають себе власним випробуванням. У контексті цього життєвого періоду ризик – це не просто випадковий вибір стратегії поведінки, це спосіб адаптації до світу та дослідження соціальної реальності. Ризик в юнацькому віці проявляється в єдності двох протилежних тенденцій. З одного боку – в конструктивній соціально нормативній діяльності, в якій ризик сприяє саморозкриттю особистості. З іншого боку – в деструктивній діяльності, в якій ризик збіднює життєві переживання та може призвести до небезпечних наслідків, можливо до балансування на межі життя і смерті.

2. У ході емпіричного дослідження встановлено, що для досліджуваної вибірки властивий середній рівень схильності до ризику та домінування копінг-стратегії пильності в прийнятті рішень. Серед досліджуваних з високим рівнем деструктивного ризику домінують високі показники надпильності як копінг-стратегії.

З'ясовано, що особи юнацького віку з високим рівнем ризику відзначаються відокремленістю та дистанцією в стосунках з дорослими, не мають дорослих, які з ними спілкуються, не мають встановлених позитивних стосунків з однолітками та вчителями, мають проблеми з порушеннями дисципліни в школі, мають фізичні проблеми.

З'ясовано, що існує тісний кореляційний зв'язок між «Надпильністю» як копінг-стратегією і рівнем деструктивного ризику, фізичними, соматичними проблемами та ризикованою поведінкою, відсутністю постійного спілкування в родині осіб з ризикованою поведінкою, відсутністю приязних стосунків з однолітками.

3. На основі отриманих результатів дослідження розроблено програму профілактики ризикованої поведінки та формування життєвих навичок безпечної поведінки, а також запропоновано комплекс психологічних рекомендацій до впровадження програми. В процесі участі в обговореннях, рольових іграх, виконання різноманітних вправ, учасники отримують можливість переоцінити своє ставлення до власного життя і здоров'я, на основі чого знижується рівень деструктивної ризикованої поведінки. Комплексне застосування вказаних психологічних вправ, технік, призначених для особистісного та поведінкового розвитку учасників, проведення розроблених заходів сприяє розвитку готовності до конструктивного ризику, підвищує життєві навички безпечної поведінки та адекватно реагування на різні ситуації взаємодії з оточуючими, дозволяє напрацювати стратегії успішного вирішення різних проблем.

Проведене нами дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми. Продовження поглибленого теоретичного аналізу проблеми, збільшення обсягу вибірки, зміна вікової групи, розробка профілактичних програм - всі перераховані заходи можуть сприяти вивченню проблеми ризикованої поведінки. На основі подальших досліджень у вказаних напрямках можуть з'явитися нові знання, що змінять уявлення про психологію ризикованої поведінки в ранньому юнацькому віці.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Айзенк Г. Структура личности. СПб.: Ювента; М.: КСП+, 1999. - 464с.
2. Айзенк Г., Айзенк М. Исследования человеческой психики / пер. А. Озерова. М: ЭКСМО-Пресс, 2001. - 480 с.
3. Алексеєнко Т. Ф., Кушнар'ов С. В. Ризикована поведінка: посібник / Т. Ф. Алексеєнко, С. В. Кушнар'ов. – Вінниця: ТОВ «Фірма Планер», 2013. – 172 с.
4. Байярд Р., Байярд Дж. Ваш беспокойный подросток: Практ. руководство для отчаявшихся родителей. М: Просвещение, 1991. - 223 с.
5. Башкина Ю. Д., Посохова С. Т. Личностный смысл чувства риска у подростков. Ананьевские чтения-2007: Материалы научно-практической конференции. СПб., 2007. - С. 64.
6. Божович Л. И. Этапы формирования личности в онтогенезе. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды / ред. Д. И. Фельдштейна. М.-Воронеж: Международная пед. академия, 1995. 264 с.
7. Брушлинский А. Степень риска: от истоков и до наших дней. Радиус города. 2009. No 9 (52). URL: <http://www.radiuscity.ru/articles.aspx?id=1548>
8. Вдовиченко О. В. Психологические особенности, влияющие на стремление к рискованным поступкам у молодёжи. Матеріали міжн. наук.- практ. конф. «Наука та інновації - 2005». Т. 13 Психологія. Дніпропетровськ: Наука і освіта, 2005. - С. 70-72.
9. Вдовиченко О. В. Психологічні особливості схильності до ризику у підлітків з інтернет-адикцією. Вплив інтернет-мережі на психіку дітей та молоді – виклик сьогодення: матеріали всеукр. круг. столу., м. Одеса, 27 березня 2017 р. Одеса: ОДУВС, 2017. - С. 35-36.
10. Выготский Л. С. Собрание сочинений: в 6-ти т. / ред. Т. А. Власовой. М.: Педагогика. 1983. - 368 с.
11. Воронцова Т. В. Оржеховська В. М., Пономаренко В. С. Формування здорового способу життя та профілактика ВІЛ/СНІДу: Програма навчального курсу для учнівської молоді старшого підліткового та юнацького віку. Київ : Освіта, 2013. - 12 с.

12. Глейтман Г., Фридлунд А., Райсберг Д. Основы психологии. СПб: Речь, 2001. - 1248 с.
13. Грановская Р. М. Элементы практической психологии / Р.М. Грановская. - Л., 1988
14. Грязнова Т. В. Психологические механизмы готовности к социальному риску в профессиональной деятельности руководителя: на примере руководителей высшего звена железнодорожного транспорта: дис. ...канд. психол. наук: 19.00.03 / Дальневост. гос. ун-т путей сообщ. Хабаровск, 2007. - 197 с.
15. Гульдман В. В., Корсун А. М. Поиск впечатлений как фактор приобщения подростков к наркотикам. Вопросы наркологии. 1990. Т.2. - С. 40– 44.
16. Гуревич И. Н., Цветкова Л. А., Антонова Н. А., Ерицын К. Ю. Концептуализация поведения риска с позиций психологической науки. Вестник Санкт-Петербургского университета. 2014. Сер.12, Вып. 3. - С. 113–120.
17. Данілова А. П. Ризикована поведінка старшокласників у сфері інтернет-спілкування як соціально-педагогічна проблема / А. П. Данілова // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді. – 2015. – Вип. 19(1). – С. 194-203.
18. Дубровина И. В. Формирование личности в переходный период от подросткового к юношескому возрасту. М.: Педагогика, 1987. - 181 с.
19. Дубровина И. В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики / Ирина Владимировна Дубровина. – М.: Педагогика, 1991. – 230 с.
20. Евдокимов А. Г. Физиологические критерии склонности к рискованному поведению у лиц молодого возраста: дис. ... канд. мед. наук: 03.03.01 / Волгогр. гос. мед. ун-т. Волгоград, 2010. - 132 с.
21. Ермолаева М. В. Психология развития: Методическое пособие для студентов заочной и дистанционной форм обучения. М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2003. - 376 с.

22. Заика Е. В. Психологическая характеристика личности подростков с отклоняющимся поведением. Вопросы психологии. 1990. № 4. - С. 83–91.
23. Заїка В. М., Моргун В. Ф. Типологія життєвих криз та ініціальних тенденцій трансформації людини на основі багатовимірної теорії особистості. Психологія і особистість. 2016. № 2 (10), ч. 2. - С. 29-44.
24. Ильин Е. П. Психология риска СПб.: Питер, 2012. 288 с.
25. Капустина А. Н. Многофакторная личностная методика Р. Кеттелла. СПб.: Речь, 2001. - 112 с.
26. Квинн В. Н. Прикладная психология. СПб., М., Харьков, Минск: Питер, 2000. - С. 560.
27. Козелецкий Ю. Психологическая теория решений. М.: Прогресс, 1979. - 503 с.
28. Козелецкий Ю. Человек многомерный. Киев: Лыбедь, 1997. - 197 с.
29. Корнилова Т. В. Диагностика «личностных факторов» принятия решений. Вопросы психологии. 1994. № 6. - С. 99-109.
30. Корнилова Т. В., Долныкова А. А. Диагностика импульсивности и склонности к риску. Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 1995. № 3. - С. 46–48.
31. Короленко Ц. П. Психофизиология человека в условиях. Л.: Медицина, 1978. - 271 с.
32. Котлярова Т. Б., Маничев С. А. Отношение к риску и импульсивность. Когнитивные стили: Тезиси научно-практического семинара / ред. В. Колга. Таллин: Таллинский педагогический институт, 1986. - С. 95-99.
33. Крайг Г., Бокум Д. Психология развития. СПб. : Питер, 2005. - 940 с.
34. Кулагина И. Ю., Колюцкий В. Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. М.: ТЦ «Сфера», 2001. - 464 с.
35. Ливехуд Б. Кризисы жизни – шансы жизни: Развитие человека между детством и старостью. Калуга: Духовное познание, 1994. - 217 с.
36. Ляшенко В. І. Визначення рівнів сформованості життєвої компетентності дітей-інвалідів. Метод. рекомендації для спеціалістів соціальної реабілітації.

- Миколаїв: Державний комплекс ранньої соціальної реабілітації дітей-інвалідів, 2009. - 46 с.
37. Малкина-Пых И. Г. Возрастные кризисы. Справочник практического психолога. М.: «Эксмо», 2005. - 896 с.
38. Мінакова І. В., Денисенко Н.Ф. Розвиток життєвих навичок як метод навчання здоровому способу життя та елемент високоякісної освіти. Електронний збірник наукових праць ЗОІППО. 2011. Випуск 3
39. Ниязашвили А. Г. Индивидуальные различия склонности к риску в разных социальных ситуациях развития личности: автореф. дис. ... канд. наук: 19.00.01 / Московский гуманитарный университет. М., 2007. - 19 с.
40. Ниязашвили А. Г., Хащенко В. А. Психологическая готовность к экономическому риску. Психология безопасности профессиональной деятельности: Тезисы докладов I Международной научно-практической конференции, 17-18 ноября 1999. М.: Когнито-центр, 1999. - С. 40-41.
41. Пашукова Т. И. Практикум по общей психологии для студентов педагогических вузов: учеб. Пособие / Т. И. Пашукова, А. И. Допира, Г. В. Дьяков. – М.: Ин-т практ. психологии, 1996
42. Практикум по психодиагностике. Дифференциальная психометрика / под ред. В. В.Столина, А. Г. Шмелева. – М., 1984
43. Практическая психодиагностика, методики и тесты / Д. Я. Райгородский. – Издательский дом «Бахрах-М» Изд-во Самара, - 2002, - 667 с.
44. Психология человека от рождения до смерти / ред. А. А. Реана. СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2002. - 656 с.
45. Самойлов А. М. Пріоритети та технології педагогічної профілактики девіантної поведінки підлітків – 2015. – Вип. 41. – С. 134-139
46. Слободчиков В. И., Цукерман Г. А. Интегральная периодизация общего психического развития. Вопросы психологии. 1996. No 5. - С. 38-51.
47. Соціальна педагогіка: словник-довідник. - Вінниця: ТОВ «Планер», 2009. - 468 с.

48. Солнцева Г. Н., Корнилова Т. В. Риск как характеристика действий субъекта. М.: НИЦ «Инженер», 1999. - 80 с.
49. Толстых А. В. Возрасты жизни. М.: Мол. гвардия, 1988. - 223 с.
50. Тулупьева Т. В., Исакова О. П. Склонность к риску и поиску новых ощущений как фактор психологической защиты личности. Ананьевские чтения – 2003: Материалы научно-практической конференции. СПб. 2003. - С. 299-300.
51. Урунтаева Г. А. Детская психология: учебник для студ. сред. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2006. - 368 с.
52. Фельдштейн Д. И. Психология развивающейся личности. М., 1996. - 248 с.
53. Хомуленко Т. Б., Абсалямова Л. М. Мотиваційні, інтелектуальні та емоційні компоненти психології ризику: віковий аспект. Харків: ХНПУ, 2011. - 157 с.
54. Эриксон Э. Г. Детство и общество. СПб.: Ленато, АСТ, Фонд «Университетская книга», 1996. - 592 с.
55. Ясперс К. Всемирная история философии. Введение / пер. с нем. К. В. Лощевский. СПб: Наука. 2000. - 272 с.
56. Cattell R. B. Personality and motivation structure and measurement. New York: World Book Co. 1957. - 948 p.
57. Cloninger C. R., Gottesman I. I. Genetic and environmental factors in antisocial behavior. The causes of crime: New biological approaches / ed. S. A. Mednick, T. E. Moffitt, S. A. Stack. Cambridge: Cambridge University Press. 1987. - P. 92–109.
58. Cloninger C. R., Sigvardsson S., Bohman M., Knorrning A. L. von Predisposition to petty criminality in Swedish adoptees: Cross-fostering analysis of genetic environment interaction. Archives of General Psychiatry. 1982. No 39. - P. 1242–1247.
59. Coombs C. H., Bowen J. N. A test of VE-theories of risk and the effect of the central limit theorem. Acta Psychologica. 1971. No 35. - P. 15–28.
60. Eysenck H. J. Personality, genetics, and behavior. New York: Praeger, 1982. - 340 p.

61. Johnson P. B., Malow-Iroff M. S. Adolescents and Risk: Making Sense of Adolescent Psychology. Westport, Conn.: Praeger, 2008. 160 p.
62. Karli K. W., Ghodasra J. H., Platt M. L. Serotonin Transporter Genotype Modulates Social Reward and Punishment in Rhesus Macaques. URL: <http://www.plosone.org/article/info%3Adoi%2F10.1371%2Fjournal.pone.0004156>
63. Methodology: Melbourne Decision Making Questionnaire, retrieved from: <https://sites.google.com/site/test300m/mopr>
64. Zuckerman M. Psychobiology of Personality. New York: Cambridge University Press, 2005. - 322 p.
65. Zuckerman M., Buchsbaum M. S., Murphy D. L. Sensation seeking and its biological correlates. Psychological Bulletin. 1980 No 88. P. 187–214.
66. Zuckerman M., Kuhlman D. M. Personality and risk-taking: Common biosocial factors. Journal of Personality. 2000. No 68. P. 999–1029.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А.

Опитувальник на рівень деструктивного ризику.

Інструкція: Скажіть, з чим Ви погоджується (ТАК) чи не погоджуєтесь (НІ).

Позначте свою відповідь у відповідній колонці.

	Судження	Так	Ні
1	Як Ви вважаєте, чи може життя людини втратити цінність в деяких ситуаціях?		
2	Іноді краще програти, ніж докласти зусиль для перемоги		
3	Мені складно без підтримки інших впоратися зі стресом		
4	Мене багато хто любить, розуміє і цінує		
5	Я розумію людей, захоплених азартними іграми		
6	Я не зможу опинитись у безнадійному становищі		
7	Сенс життя не завжди буває ясний, його можна іноді втратити або знайти		
8	Дізнавшись про зраду друга, я спробую з'ясувати причину		
9	Чи погодитеся Ви спробувати наркотики для того, щоб стати своїм в новій компанії?		
10	Поміняєте Ви спосіб життя, місце проживання чи роботу заради гарної ідеї		

Ключ: 1 бал надається за відповідь «так» на запитання 1; 2; 3; 5; 7; 9 та відповіді «ні» на питання 4; 6; 8; 10.

Рівень деструктивного ризику $K_{ДР} = ДР/10$.

Якщо коефіцієнт деструктивного ризику:

$0 < K_{ДР} < 0,1$ – низький рівень деструктивного ризику;

$0,2 < K_{ДР} < 0,3$ – нижче за середній рівень деструктивного ризику;

$0,4 < K_{ДР} < 0,5$ – середній рівень деструктивного ризику;

$0,6 < K_{ДР} < 0,7$ – вище за середній рівень деструктивного ризику;

$0,8 < K_{ДР} < 1,0$ – високий рівень деструктивного ризику.

Анкетування.

Інструкція: Дайте відповіді на питання. Відповідайте дуже коротко, по суті.

1. Чи подобається Вам навчатися в школі?
2. Які оцінки останнім часом у Вас переважають?
3. Чи хороші стосунки склалися у вас із учителями?
4. Чи приязні у Вас стосунки із однокласниками?
5. Чи порушували Ви останнім часом дисципліну в школі?
6. Чи маєте Ви вже плани, яку професію Ви оберете в майбутньому?
7. Чи маєте Ви плани навчатися після закінчення школи?
8. Чи є у Вас улюблені заняття, яким Ви присвячуєте весь свій вільний час?
9. Чи є у Вас в родині люди, які постійно спілкуються з Вами та займаються Вашим вихованням?
10. Що з перерахованих вчинків Вам властиво ? Відзначте та підкресліть.
 - Пропуски занять
 - Хуліганські вчинки
 - Куріння
 - Випивка
 - Вживання різних психоактивних речовин
 - Втеча з дому
 - Затримання міліцією
 - Поставлення на облік в міліції
11. Чи траплялося з Вами останнім часом щось із перерахованого
 - Довга хвороба
 - Тривалі порушення сну, безсоння
 - Втрата апетиту
 - Погане самопочуття та поганий настрій

Зведена таблиця результатів за методиками.

Методика	Мельбурнський опитувальник прийняття рішень				Методика схильності до ризику Шмельова	Опитування рівня деструктивного ризику	Шкала пошуку відчуттів	Анкетування						
Респондент	Пильність	Прокрастинація	Уникнення	Надпильність	Рівні	Рівні	Рівні	Стосунки з однокласниками	порушення дисципліни	наявність хобі	наявність людей в родині, які постійно спілкуються та виховують дитину	наявність ризикової поведінки	фізичні проблеми	
1	17	13	5	9	24	0,4	6	+	-	+	+	-	-	
2	18	7	8	7	19	0	6	+	-	+	+	-	+	
3	16	10	11	10	17	0,5	10	+	-	+	+	-	+	
4	12	9	11	10	22	0,6	8	+	-	+	+	-	+	
5	18	12	8	6	20	0,2	9	+	-	+	+	-	-	
6	14	13	13	13	23	0,3	9	+	-	+	+	-	+	
7	11	13	13	10	21	0	9	+	-	+	+	-	+	
8	18	13	10	11	17	0,4	5	+	-	+	+	-	-	
9	15	9	7	6	22	0,4	10	-	-	+	-	+	+	
10	18	6	8	11	14	0,5	10	+	-	+	+	-	+	
11	17	16	14	12	17	0,5	6	+	+	+	+	+	-	
12	18	10	10	13	25	0,3	9	+	+	-	-	+	+	
13	16	17	10	11	22	0,4	11	-	-	+	+	-	+	
14	17	17	13	10	18	0,6	9	-	-	+	+	-	-	
15	18	8	9	6	17	0,2	11	-	-	+	+	-	-	
16	18	10	7	10	24	0,3	7	-	+	+	+	-	+	
17	14	10	11	12	19	0,5	6	-	-	+	+	-	+	

18	17	10	5	12	16	0,5	8	-	-	+	+	-	+
19	16	14	13	12	22	0,5	8	+	-	+	+	+	+
20	10	15	15	13	17	0,4	4	-	-	+	+	+	-
21	13	9	10	6	23	0,4	9	+	-	-	+	-	+
22	17	15	14	9	16	0,4	7	+	-	+	+	-	-
23	17	6	7	9	15	0,3	8	+	-	+	+	-	+