



**ПОЛТАВСЬКИЙ ІНСТИТУТ ЕКОНОМІКИ І ПРАВА
ВНЗ "ВІДКРИТИЙ МІЖНАРОДНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ "УКРАЇНА"**

МАТЕРІАЛИ **МІЖНАРОДНОЇ** **НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ**

**«ІННОВАЦІЙНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ТА ПРАВОВЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ
СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНОГО РОЗВИТКУ УКРАЇНИ:
ВИКЛИК ГЛОБАЛЬНОГО СВІТУ»**



ТОМ II

19 - 20 КВІТНЯ 2017 р.

м.ПОЛТАВА

Міністерство освіти і науки України
Вищий навчальний заклад «Відкритий міжнародний
університет розвитку людини «Україна»
Полтавський інститут економіки і права

**Інноваційний потенціал та правове забезпечення
соціально-економічного розвитку України:
виклик глобального світу**

Матеріали
Міжнародної науково-
практичної конференції

м. Полтава, 19 – 20 квітня 2017 року

У трьох томах

Том II

Полтава 2017

Друкується за ухвалою вченої ради Полтавського інституту
економіки і права вищого навчального закладу
«Відкритий міжнародний університет розвитку людини
«Україна»
(протокол №2 від 25.04.2017 р.)

Редакційна колегія:

Шаравара Роман Іванович – к. е. н., доцент, професор кафедри фінансів,
обліку та аудиту, перший заступник директора інституту;

Бойко Галина Миколаївна – д. п. н., доцент ,завідувач кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання;

Кудінов Юрій Миколайович – к. іст. н., завідувач кафедри
загальноосвітніх дисциплін,

Рябокінь Наталія Олександрівна – к. ф. н., завідувач кафедри перекладу
та іноземних мов;

Кальян Олександр Сергійович – к. ю. н., доцент , професор кафедри
правознавства, завідувач кафедри правознавства;

Коломієць Павло Віталійович – к. ю. н., доцент кафедри правознавства;

Волошко Лариса Борисівна – к. п. н., доцент , доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання;

Клевака Леся Петрівна – к. п. н., доцент кафедри соціальної роботи.

Інноваційний потенціал та правове забезпечення соціально-
І-66 економічного розвитку України: виклик глобального світу:
матеріали Міжн. наук.-практ. конф., м. Полтава, 19-20 квітня
2017 р. : у 3 т. Т. 2. – К.: Університет «Україна, 2017. – 364 с.

Видання розраховане на науковців, аспірантів, викладачів,
студентів.

Секція 1 – Теорія, методи та технології соціальної роботи з окремими групами клієнтів

Брижак Мілана Володимирівна,
студентка 4 курсу спеціальності «Соціальна робота»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Голованова Діана Вікторівна,
старший викладач кафедри соціальної роботи,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

СОЦІАЛЬНА РОБОТА З ДЕВІАНТНИМИ ПІДЛІТКАМИ: ЗАРУБІЖНИЙ ДОСВІД

Вступ. Підлітковий вік – це один із найважливіших етапів життя людини. У ньому багато джерел і починань усього подальшого становлення особистості. Вік цей нестабільний, ранимий, важкий, і виявляється, що він більше, ніж інші періоди життя, залежить від реальностей довкілля [1]. Саме в підлітковому віці в дітей виявляється низка різноманітних девіацій.

Девіантна поведінка людини – це система вчинків чи окремі вчинки, які суперечать прийняттю у суспільстві нормам, і виявляються у вигляді незбалансованих психічних процесів, неадаптованості, порушенні процесів самоактуалізації та ухиленні від морального та етичного контролю особистості над власною поведінкою [2]. Дослідження девіантної поведінки у світовій та вітчизняній літературі представлені достатньо широко (Л. С. Виготський, П. Скотт, О. Є. Личко, Д. І. Фельдштейн, М. Герберт, З. Фрейд, У. Шелдон, У. Пірс, Ж. Пінатель, А. Адлер, Р. Мертонтан.)

Результати дослідження. Робота з важкими дітьми і підлітками є обов'язковим компонентом загальної соціальної роботи в багатьох країнах Західної Європи і США. Таких дітей відносять до «групи ризику», тобто таких, у яких висока імовірність здійснення протиправних дій. До цієї групи належать діти, які мають адитивну, асоціальну, делінквентну поведінку. Робота з ними за кордоном будується, як правило, на основі ряду програм. Характерною рисою цих програм роботи з важкими дітьми й підлітками в країнах Заходу і США є її превентивний характер.

У Великобританії у випадку вчинення злочину неповнолітнім до шістнадцяти років справа не розглядається судом, а спеціальною комісією "Children's Panels", склад якої призначається державним секретарем на

п'ять років. Члени комісії проходять відповідну підготовку за спеціальними програмами [3].

Голландія вважається однією із найбільш благополучних країн Західної Європи. І все ж таки, незважаючи на те, що урівень життя в Голландії дуже високий, тут існують проблеми підліткової й молодіжної злочинності, вандалізму і бродяжництва. Правопорушення молоді в цій країні пов'язані в основному з некорінним населенням. До числа важких підлітків і молодих людей найчастіше належать вихідці з Туреччини, Марокко, Анталських островів.

Соціальна робота з важкими дітьми і підлітками здійснюється за програмами (проектами). Проект Halt – робота з підлітками, які вчинили дрібні крадіжки або акти вандалізму. Даним проектом охоплено більша частина території Голландії. Суть цього проекту полягає в тому, що підліткові, що зробив правопорушення, пропонується відшкодувати матеріальний або моральний збиток власною працею. Він може відмовитися, але в цьому випадку буде мати справу з місцевими органами правопорядку. Судимість у Голландії, як відомо, має серйозні соціальні наслідки, бо в цьому випадку виникають проблеми під час вступу у вищі навчальні заклади і працевлаштування [3].

Проект Home Video Training (HVT) – робота з поліпшення взаємин між членами сім'ї, допомога у вирішенні проблем, пов'язаних з вихованням дітей.

Рекомендації звернутися до фахівців HVT батьки можуть одержати від адміністрації школи або від органів правопорядку. Батьки можуть і самі звернутися в бюро з власної ініціативи. Але в будь-якому випадку робота ведеться за добровільною згодою всіх дорослих членів родини.

Соціальний працівник є ключовою фігурою всіх проектів. У Голландії дуже високий престиж даної професії. Майже всі соціальні працівники бюро мають вищу освіту. Примітно, що вони працюють одночасно з невеликою кількістю клієнтів. Це дозволяє зробити роботу адресною. Наскільки вистачає засобів і фахівців, стільки клієнтів і задіяно в роботі. Існує конкурс на участь у роботі з проекту. Це, природно, посилює бажання підлітків працювати в ньому [4].

Соціальна робота з неповнолітніми правопорушниками і підлітками «групи ризику» у США почалася в 1970-ті роки, були зроблені реформи у сфері судочинства для неповнолітніх. 1974 року конгрес ухвалив закон про суди для неповнолітніх і профілактику підліткової злочинності, що переніс акцент із судової відповідальності неповнолітніх, що зробили дрібні карні й цивільні правопорушення, на виправлення їх за місцем проживання. Цей закон установлював тривалість перебування неповнолітніх, що зробили цивільні правопорушення, у виправних

установах, заохочував альтернативні заходи покарання замість тюремного ув'язнення для підлітків і закликав до створення служб для виправлення підлітків на основі спеціальних програм. Закон також забороняв спільне перебування у в'язниці дорослих і підлітків і проголосив профілактику як пріоритетну мету [5]. Цей факт став стимулом для розвитку спеціальних служб для неповнолітніх правопорушників і важких підлітків і створення різних програм для роботи з ними.

Мета системи судів у справах неповнолітніх, що у в США на даний час, виникла 1899 р. і полягає в реабілітації неповнолітніх злочинців. Система судів у справах неповнолітніх концентрує свою увагу не на покаранні, як це відбувається з дорослими в системі судів у кримінальних справах, а на їх ресоціалізації. У цьому сенсі про американський суд у справах неповнолітніх можна говорити як про суд з надання допомоги неповнолітнім, котрий поєднує в собі властивості благодійної організації й установи зі здійснення соціального нагляду.

Суди у справах неповнолітніх виникли під впливом традицій руху за спасіння дітей та існують завдяки тому, що американське суспільство визнає принципову відмінність між діями дітей і дорослих, бачить головне завдання цих судів у вихованні підлітків, що зробили карне діяння, а також у попередженні злочинності.

Сьогодні у США працює близько 3500 судів у справах неповнолітніх, організація і діяльність яких знаходиться в компетенції штатів і їхнього законодавства [5].

У більшості штатів вік осіб, охоплених судовою практикою судів у справах неповнолітніх, визначається до 18 років (в більшості штатів це вік повноліття).

Покаранням, визначеним судом, може бути умовний осуд, попередження, суспільно корисна праця, відшкодування завданого збитку, домашній арешт. У цьому випадку неповнолітній продовжує жити в будинку батьків, але щодня й в обов'язковому порядку бере участь в одній з консультативних або виховних програм.

Висновки. Отже, можна узагальнити, що соціальна робота із девіантними підлітками в різних країнах має профілактичну спрямованість, здійснюється за місцем проживання підлітків (у громаді), Робота здійснюється на основі програм, котрі спрямовані на певну групу підлітків; робота здійснюється різними фахівцями, що координують свою діяльність; професійною базою, на яку опираються соціальні працівники, є розгалужена мережа соціальних служб, розташованих у громаді.

Список використаних джерел:

1. Грошовик І. Робота з девіантними підлітками [Електронний ресурс]. / Ірина Грошовик. – Режим доступу : <http://library>.

- udpu.org.ua/library_files/stud_konferenzia/2013/visnuk_26.pdf
2. Лютий В.П. Соціальна робота з групами девіантної поведінки : навчальний посібник / В.П. Лютий. – К. : Академія праці і соціальних відносин, 2000, – 54 с.
 3. Корнилова Т.В. Факторы социального и психологического неблагополучья подростков в показателях методик стандартизованого інтерв'ю и листов наблюдения / Т.В. Корнилова, С.Д. Смирнов, Е.Л.Григоренко // Вопр. психологии. – 2012. – №1. – С.13–24.
 4. Гайдамашко І. А. Зарубіжний досвід попередження агресивної поведінки підлітків / І. А. Гайдамашко // Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія “Педагогіка, соціальна робота”. – Випуск 23.
 5. Томіленко В.П. Зарубіжне законодавство про зарубіжну юстицію: порівняльно-правовий аспект // В.П. Томіленко // Порівняльно-аналітичне право. – 2013. – №2.

Васильченко Ольга Володимирівна,
здобувач спеціальності «Соціальна робота»,
Рівненський інститут Університету «Україна»
Бацман Ольга Сергіївна,
зав. кафедри соціальної роботи,
старший викладач кафедри соціальної роботи,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ПРОЯВИ НАСИЛЬСТВА В СУЧАСНІЙ УКРАЇНСЬКІЙ СІМ'І (ЗА РЕЗУЛЬТАТАМИ СОЦІОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ)

Вступ. Проблема домашнього насильства є однією з найгостріших проблем сучасності. На думку ряду дослідників, кожна людина (індивід), найбільш імовірно, може бути піддана різним насильницьким діям або навіть убита саме членом своєї родини у власному будинку, а не стороннім незнайомцем на вулиці або в будь-якому іншому місці.

Дослідження і публікації. Проблемі сімейного насильства приділяється достатньо уваги. Дану проблему досліджували такі дослідники, як Н. В. Аніщук, А. А. Бова, Н. Б. Болотіна, К. О. Брайцева, Т. Гурко, К. Джеклін, А. Ерхард, І. А. Жеребкіна, О. О. Здравомислова, С. Кесслер, Л. Кім, Л. Колберг, І. С. Кон, І. Г. Кледина, О. А. Кравцова, Т. Лакер, Ю. В. Лічман, О. В. Лисова, У. Маккенна, Е. Маккобі, Н. О. Рингач, О. М. Савчук, Н. Смелзер, А. А. Тьомкіна.

Виклад основного матеріалу. *Насильство в сім'ї* – це не однобічний процес, а складна динаміка відносин між двома та більше активними агентами, у той час як практика обов'язкового реагування спрощується до звинувачення чоловіка-насильника та виправдання жінки-жертви [1, 46].

Насильство широко поширене у практиці повсякденного життя. Воно настільки звичне, що ми й не вважаємо насильство насильством, це норма. Причини звичайної жорстокості знаходяться в культурі нашого суспільства. Розглянемо ситуацію з емоційним насильством докладніше. Крик, як уже згадувалося, найбільш знайомий вид емоційного насильства.

Насильство в сім'ї є однією з основних проблем, пов'язаних зі здоров'ям громадськості в тому, що зачіпає мільйони людей і часто призводить до фізичної та емоційної травми і навіть смерті. Незважаючи на міф, що насильство щодо чоловіків не відбувається, 800 000 тисяч чоловіків є жертвами зловживань інтимного партнера [2].

Насильство в сім'ї є міждисциплінарною проблемою права, охорони здоров'я, психології, педагогіки, соціології. Його наслідки важким тягарем лягають на суспільство.

В Законі України «Про попередження насильства в сім'ї» *насильство* визначається як будь-які умисні дії фізичного, сексуального, психологічного чи економічного спрямування одного члена сім'ї стосовно іншого її члена, якщо ці дії порушують конститутційні права і свободи члена сім'ї як людини та громадянина і завдають йому моральної шкоди, шкоди його фізичному чи психічному здоров'ю. Насильство в сім'ї може розглядатися за кількома векторами: чоловік – жінка, батьки – діти, дорослі діти – батьки, старші діти – молодші діти, член сім'ї – кілька членів цієї ж сім'ї, член сім'ї – інші родичі, гомосексуальні партнери [3].

Однією з передумов сімейного насильства є нерівномірний розподіл влади в сімейній системі. Сучасна українська сім'я є достатньо суперечливою з точки зору розподілу влади. Як свідчать дані соціологічних досліджень, з одного боку, прийняття рішень щодо різних аспектів функціонування родини відбувається найчастіше за участю як жінок, так і чоловіків, з іншого, – розподіл сімейних обов'язків залишається здебільшого традиційним.

Подружнє насильство являє собою різновид більш широкого соціального явища – насильство в сім'ї, яке виступає одним із складових насильства в суспільстві в цілому. Насильство в сім'ї передбачає жорстоке поведіння з будь-якими членами сім'ї. У свою чергу, саме подружнє насильство є складним феноменом і включає в себе два процеси – насильство чоловіків над жінками і насильство друзин над чоловіками.

Жіноче подружнє насильство обумовлюється наступними причинами:

- як реакція на насильство з боку чоловіка може виявлятися як самооборона, так і як цілеспрямоване завдання шкоди здоров'ю чоловіка через помсту;
- як реакція на розподіл сімейних ролей (зростання незалежності жінок у суспільному житті, у першу чергу в економічному плані, сприяє збільшенню конфліктів на побутовому ґрунті, що стосуються обов'язків кожного з подружжя з ведення домашнього господарства);
- як реакція на загальні умови життя (наприклад безробіття обох або одного з членів сім'ї, малий сімейний дохід і, як наслідок цього, низький рівень і якість життя; наявність хворих дітей або родичів, які потребують постійного догляду, ослаблення культури сімейного спілкування, нехтування правилами поважного тону, маніпулювання у взаєминах і т. д.) [4].

Як тільки справа стосується чоловіка – відбирання заробітної плати в чоловіка, критики його роботи (починаючи від розміру заробітної плати і закінчуючи невтішними характеристиками його колег), виправдовуються необхідністю раціонального планування надходження та розподілу коштів, ведення сімейного бюджету. Приходимо до нескладної формули: «Незалежно від того, що чоловік робить стосовно жінки, це його провина, незалежно від того, що жінка робить стосовно чоловіка, – це також його провина».

Жінки схильні до подружнього насильства в усіх культурах без винятку, які вивчалися до теперішнього часу. Це підводить багатьох професіоналів до висновку, що є щось біологічне щодо насильницьких жінок у сімейних ситуаціях. Дослідники тепер вивчають роль «територіального імперативу» як чинника в жіночому насильстві проти чоловіків. Жінки бачать будинок як свою територію. Подібно до багатьох інших різновидів на планеті, ми, люди, ігноруємо відмінності, коли ми маємо досвід конфліктів на нашій власній території. Так, наукові результати показують, що насильство американських жінок не унікальне в нашій культурі й не вказує на особливу патологію серед американських жінок.

Попри широкий розмах існуючих досліджень з даного питання проблема домашнього насильства була спотворена і політизується «гендерними війнами». У більшості звітів, що стосуються сімейного насильства, йдеться про жінок, дітей і людей похилого віку, членів сім'ї як жертв жорстокого поводження, при цьому накладається табу на сам факт можливості виникнення ситуації, де постраждалим буде чоловік [5].

У процесі дослідження Н. Шестакова були докладно з'ясовані й інші гендерні відмінності в позиціях та орієнтаціях злочинця та жертви (розподіл грошових коштів та господарських обов'язків, пріоритет дружини або чоловіка у вирішенні народження дитини, співвідношення житлових умов з реальністю, дошлюбне та позашлюбне статеве життя, зради, динаміка емоцій убивць дружин та чоловіків, якості подружжя, їхня ініціативність, мотиви вбивства, освіта й соціальний статус злочинців) [6].

Доволі рідко розглядаються всі аспекти (об'єкти і суб'єкти, види) такого в цілому латентного явища, як подружнє насильство, а саме поняття часто-густо розуміється неоднаково, офіційна статистика є неповною, а емпіричні дані дещо різняться. При вивченні проблеми вживаються різні методи – аналіз кримінальних справ, інтерв'ювання і тестування, обстеження громадської думки.

Проаналізований матеріал засвідчив, що в одних випадках і чоловік, і дружина можуть виступати як активна провокуюча сторона сімейного конфлікту, в інших – власними діями або бездіяльністю (внаслідок соціальних, психологічних або біологічних причин) сприяти вчиненню правопорушень щодо своєї персони або скоювати злочин як відповідь на агресію з боку партнера. Водночас чоловіки меншою мірою, порівняно з дружинами, схильні визнавати факти насильства проти них та повідомляти про це правоохоронні органи або звертатися по медичну допомогу [6].

Зазначимо, що офіційні дані не відображають реального масштабу проблеми, оскільки велика кількість жертв насильства не звертається до міліції чи навіть до своїх близьких родичів, побоюючись розголосу чи помсти кривдника.

Тож проблема жіночого подружнього насильства є не достатньо розробленою. Це в першу чергу обумовлено високим ступенем її латентності, а також відсутністю єдиної теоретичної парадигми дослідження подружньої агресії [5].

Агресія та насильство з боку жінок – важлива складова цього процесу. Володіючи приблизно таким самим «насильницьким потенціалом», що й чоловіки, жінки виражають його дещо в інший спосіб. Оскільки хлопчики та чоловіки краще розвинені фізично, вони частіше вдаються до застосування фізичної агресії, у той час як дівчата та жінки застосовують краще сформовані у них вербальні та емоційні здібності у вираженні агресії. Наприклад, дорослі жінки вдаються до того, що псують улюблені речі партнера, відмовляють в інтимній близькості, не готують їжу та не виконують інших домовленостей.

Агресія і насильство в сім'ї, що здійснюються жінками, – важлива складова динаміки цього явища. Подолання стереотипів про те, що жінки слабкі та пасивні, – вирішальний крок на шляху до розуміння природи насильства. Відмінна риса жіночої агресії полягає в тому, що найчастіше вона відбувається в сім'ї і спрямована проти всіх членів сім'ї, включаючи дітей.

Отже, можна припустити, що подружнє насильство і над жінками, і над чоловіками в Україні має латентний характер, а проблема не до кінця усвідомлена. У дисертаційному дослідженні Д. Шинкаренко здійснено крос-культурне порівняння проявів насильства в українських і польських сім'ях. Виявилося, що українські чоловіки частіше штовхають, намагаються вдарити, погрожують бійкою та вдаються до неї, а також частіше ігнорують, забороняють чи обмежують дії партнерки, використовують ненормативну лексику та дискредитують дружину.

Якщо найбільш поширеною формою поведінки в конфлікті для польських чоловіків є бойкот, то для українців – вербальні образи. Загалом українки частіше, ніж польки, відчувають на собі прояви насильства. Разом з тим українські жінки самі значно більше застосовують образливу поведінку, ніж польки, вдаються до погроз і фізичного насильства [6].

Сучасна українська сім'я є достатньо суперечливою з точки зору розподілу влади. Як свідчать дані соціологічних досліджень, з одного боку, прийняття рішень щодо різних аспектів функціонування родини відбувається найчастіше за участю як жінок, так і чоловіків, з іншого, – розподіл сімейних обов'язків залишається здебільшого традиційним [1]. Проте законодавство з питань попередження сімейного насильства стане ефективним інструментом захисту від насильства в родині лише за умови широкого доступу до інформації із проблеми профілактики насильства в сім'ї, плідного співробітництва громадських організацій та органів влади й місцевого самоврядування, а також активної протидії кожного з нас цьому принизливому для людської гідності явищу.

Експерти найбільше стикаються у професійній діяльності із фізичним насильством у сім'ї, яке супроводжується психологічним. Відповідно, фізичне та психологічне насильство, на думку експертів, є найбільш поширеними у суспільстві. За відносно низької розповсюдженості найтяжчі наслідки для жертв має сексуальне насильство в сім'ї [2].

Л. В. Крижна виокремлює дві підгрупи жінок-злочинців. Першій притаманні риси суб'єктивного характеру (неврівноваженість, емоційна нестійкість, розбещеність, аморальні погляди, важко пояснювана дратівливість, надмірно принизливе ставлення до членів сімейно-

побутового оточення та ін.). Іншу підгрупу складають жінки, які вчинюють злочини за наявності віктимної поведінки потерпілої сторони. Іноді це свідоме провокування, особливо при систематичному вживанні спиртних напоїв, знущаннях, образах, погрозах, інших фактах протиправної поведінки [6].

Деякі з дослідників вважають, що у шлюбі між чоловіком і жінкою настає стадія «боротьби між статями». Це може не становити проблеми в деяких родинах, де є згода в розподілі гендерних ролей, але для гнітючої більшості пар ці проблеми можуть бути постійним джерелом стресу. Один з найбільш значущих аспектів нерівності між партнерами, що призводить до насильницької «боротьби між статями», полягає в розходженнях і протиріччях, пов'язаних із професійними й економічними статусними позиціями чоловіків і жінок. За відносно низьких чи високих досягненнях жінок у професійній сфері, порівняно з досягненнями чоловіка, ризик насильства стосовно жінок різко збільшується.

Якщо звернутися до проблеми насильства стосовно чоловіків, то дослідники відзначають співвідношення між статусом дружин і насильством. Імовірність грубого й насильницького ставлення до чоловіків збільшується з більш високим статусом жінок. Таким чином, жінки, що займають більш високі владні позиції, виявляють насильство частіше, так само, як це роблять і чоловіки для підтвердження свого домінуючого становища.

При розгляді феномена подружнього насильства правильно не тільки виділити його з усього комплексу домашнього насильства, але й не поєднувати його один з одним два процеси – насильство чоловіків над жінками і насильство дружин над чоловіками.

За 10 місяців у 2015 році на Черкащині зафіксовано 41 злочин, скоєний на ґрунті сімейно-побутових відносин. З початку року дільничні інспектори міліції поставили на облік 1545 осіб, схильних до насильства в сім'ї. До адміністративної відповідальності за вчинення насильства в родині притягнуто 1658 чоловіків. Проблема насильства з кожним роком стає гострішою саме через її прихований характер. Ми бачимо лише верхню частину айсберга офіційної статистики, яка не є досконалою через те, що наші жінки приховують акти знущання над ним.

Прояви насильства в сім'ї мають циклічний характер: насильство – примирення – заспокоєння – посилення напруження – і знову насильство. І замовчування фактів насильства є однією з причин віри в те, що насильство більше не повториться, що значно перешкоджає подоланню цього явища. Близько половини тих, хто зазнавав насильства в дитинстві, зазнавали його і в дорослому віці. Чоловіки частіше страждали від насильства в дитинстві 34%, а жінки – в дорослому віці – 33% [5].

Які проблеми становлять найбільшу загрозу для українських родин? Нестача грошей, для повноцінного життя родини – 56%, алкоголізм серед членів сім'ї – 43%, безробіття, проблеми працевлаштування – 35%, наркоманія серед членів сім'ї – 22%, недостатні можливості для оздоровлення \ лікування членів сім'ї – 19%, відсутність власного житла – 16%, поширення аморальної поведінки – 10%, соціально несприятливе оточення – 12%, психологічне насильство в сім'ї – 14%, недостатні можливості для якісної освіти, зокрема дітей, – 8%, фізичне насильство в сім'ї – 12%, нездоровий спосіб життя – 8%, те, що сім'ї не можуть належно виростити своїх дітей здоровими і щасливими, – 6%, економічне насильство в сім'ї – 5%, сексуальне насильство в сім'ї – 5% [6]. 77% чоловіків вважають, що насильство – це побиття, сексуальна напруга – 74% – так визначають і жінки, знущання – 62%, сексуальне домагання – 57%, словесні образи – 27%, в той час як жінки визначають, що для них насильство є побиттям для 80%, знущанням – 60%, сексуальним домаганням – 63%, словесними образами – 28%. Ці результати містять альтернативні аспекти складових насильства і розташовані в ієрархічному порядку за середнім показником визнання їх населенням.

Висновки. Отже, насильство у сприйнятті українських громадян асоціюється передусім із насильством фізичним (побиттям, знущанням) та сексуальним (сексуальною напругою, експлуатацією). Морально-психологічну шкоду класифікують як насильство значно рідше – лише 40% громадян вважають так. Аналіз результатів соціологічних досліджень дає змогу виявити ієрархію проблем сьогодення в українському суспільстві (за зменшенням їх значущості): на перше місце виходить стурбованість рівнем матеріальної забезпеченості – 49% громадян; багатьох – 23% – хвилює проблема майбутнього власних дітей, 19% стурбовані станом особистого здоров'я, тоді як станом здоров'я близьких людей переймаються 14%, 9% стурбовані відносинами в родині. Серед інших відповідей мали місце такі проблеми: високі ціни на нерухомість – 8%, неналежна якість медичних послуг – 7%, відсутність власного житла – 7%, необхідність ремонту власної квартири/будинку – 6% тощо [6].

Список використаних джерел:

1. Стрельник О. О. Гендерні аспекти соціальної роботи : навчальний посібник [для студентів вищих навчальних закладів] / О. О. Стрельник. – Полтава : Полтавський інститут економіки і права, 2009. – 146 с.
2. Что такое домашнее насилие? [Електронний ресурс]. – Режим доступу до статті : <http://translate.google.com.ua/translate? hl=ru&lan>

- gpair=en| ru&u=http://www.medicinenet.com/domestic_violence/article.htm.
3. Бова А. А. Кримінологія гендера: дослідження подружнього насильства / А. А. Бова // Український соціум. – 2013. – №2 (4). – С. 13–20.
 4. Варга А. Я. Насиліе в семье. Насильники по неволе [Електронний ресурс] / А. Я. Варга. – Режим доступу до статті : <http://www.psychnavigator.ru/articles.php?code=44>.
 5. Салли Л. Домашнее насиліе в обществе [Електронний ресурс] / Л. Салли. – Режим доступу до статті : <http://menalmanah.narod.ru>.
 6. Бейли Р. Супружеское насиліе [Електронний ресурс] / Р. Бейли. – Режим доступу до статті : http://translate.google.com.ua/translate?hl=ru&langpair=en|ru&u=http://emotional-verbal-abuse.suite101.com/article.cfm/spousal_abuse.

Герасименко Світлана Віталіївна,
здобувач спеціальності «Психологія»,
Миколаївський міжрегіональний інститут Університету «Україна»
Бацман Ольга Сергіївна,
завідувач кафедри соціальної роботи,
старший викладач кафедри соціальної роботи,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ВІТЧИЗНЯНІ І ЗАРУБІЖНІ КОНЦЕПЦІЇ САМОЕФЕКТИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Вступ. Кожна людина завжди хоче бути щасливою, успішною і досягати власної мети, але це вдається далеко не кожному. Таких людей можна назвати самоефективними. Вивчивши ключові складові самоефективності, можна буде навчити цьому людей, які поки що не можуть упоратися зі своїми психологічними проблемами. За допомогою поняття самоефективності можна оцінити здатність людей до усвідомлення власних здібностей та їхнього використання оптимальним чином.

Дослідження і публікації. Проблема дослідження самоефективності особистості розглядалася насамперед у працях засновника соціально-когнітивного підходу А. Бандури. Вікові та гендерні особливості самоефективності, її ресурси та місце у процесах регуляції поведінки вивчалися здебільшого західними та російськими психологами (А. В. Бояринцева, Ю. Н. Гончаров, Р. Л. Кричевський,

Є. О. Могильовкін, О. А. Шепелева, М. І. Гайдар, Д. Сервон, М. Ш. Магомед-Емінов, В. Г. Ромек, М. Єрусалем, Р. Шварцер, Б. Альмудевер, А. Асгарі, Ф. Бастані, Дж. Капрара, С. Купер та ін.).

Виклад основного матеріалу. Дослідження самоефективності особистості в наш час стають дедалі популярнішими, особливо на Заході (англ. «the self-efficacy», франц. «le sentiment d'efficacite personnelle»), та затребуваними в діловому світі.

У соціально-когнітивній теорії розроблена єдина концепція управління поведінкою особистості за допомогою формування вмінь і навичок самоефективності і самоконтролю. Ефективність консультування і психотерапії, на думку А. Бандури, визначається насамперед можливістю формування усвідомленої самоефективності особистості. Підвищення рівня самоефективності сприяє позбавленню від специфічних та ірраціональних страхів і фобій (наприклад страху змії та ін'єкцій), позбавленню від залежностей (куріння, алкоголю, наркотиків), сприяє стабілізації і зміцненню психофізичного потенціалу особистості, зміні стилю життя, формуванню позитивної життєвої установки в цілому.

Сьогодні існує чимало визначень самоефективності, та всі вони спираються на визначення засновника теорії соціального навчання А. Бандури: «Самоефективність – це усвідомлена здатність людини протистояти складним ситуаціям та впливати на ефективність діяльності і функціонування особистості в цілому» [1]. А. Бандура розрізняє рівень (кількість завдань, які індивід готовий успішно вирішити) і силу (відсоткове співвідношення впевненості і позитивного передбачення) самоефективності. У самоефективності можна розглядати два виміри – мотиваційний та регуляційний. Перший є проактивним, конативним (орієнтація на мету), другий – метакогнітивним (самоконтроль) [1].

А. Бандура ввів поняття «самоефективність» для позначення когнітивного механізму, що впливає на те, як люди діють у ситуації досягнення поставленої мети, що вони при цьому думають і відчувають. Виділяють чимало видів самоефективності особистості відносно власної ефективності в тій чи іншій сфері діяльності, наприклад поведінкову самоефективність, академічну, соціальну, загальну, особистісну тощо.

Для уточнення концепту самоефективності особистості у своєму концепті очікувань А. Бандура розрізняє очікування ефективності (англ. efficacy expectation) та очікування результатів (англ. outcome expectation). Самоефективність – не те ж саме, що очікування щодо результатів або наслідків своїх дій. Це впевненість людини в тому, що вона може здійснити деякі конкретні дії, тоді як припущення про результат робляться відносно того, що вона думає про можливі наслідки своєї діяльності.

А. Бандура зазначав, що віра людей у свою ефективність походить з чотирьох основних джерел. Найбільш ефективний спосіб увірувати у власну ефективність – досягти високих результатів у чому-небудь. Другий спосіб – соціальне моделювання. Моделі служать джерелами знань і мотивації. Соціальне спонукання виступає третім способом впливу. Реалістичні стимули ефективності можуть спонукати людей докласти більше зусиль, що збільшує їхні шанси на успіх. Четвертим шляхом у зміні переконань людей у власній ефективності є зниження гострих фізіологічних реакцій або зміна способів інтерпретації своїх фізіологічних станів. У свою чергу, самоефективність впливає на кілька аспектів психосоціального функціонування: те, як людина оцінює власну ефективність, визначає для неї розширення чи обмеження можливості вибору діяльності; зусилля, які їй необхідно буде докласти для подолання перешкод та фрустрацій; наполегливість, з якою вона буде вирішувати завдання. Коли виникає проблема, сильне відчуття самоефективності допомагає людині зберігати спокій та шукати рішення, а не міркувати про власну неадекватність. Тобто в розуміння концепту самоефективності покладений вольовий аспект, який спонукає докласти необхідних зусиль для вирішення проблеми.

А. Бандура вказував, що самоефективність є переконання людини щодо її здатності управляти подіями, які впливають на її життя [2]. Він вважає, що самоефективність – центральна і дуже важлива детермінанта людської поведінки. Вона безпосередньо впливає не тільки на мотиваційну сферу людини, але й на інші важливі детермінанти поведінки.

По-перше, сприйняття власної ефективності впливає на вибір виду діяльності. Людина береться за справи, які, на її думку, їй під силу, й уникає справ, з якими, з її точки зору, їй не впоратися. Цей момент ілюструють дослідження детермінант вибору кар'єри. Навіть у вибірках чоловіків і жінок з однаковим інтелектуальним рівнем жінки менш упевнені у власній ефективності щодо завершення освітніх програм, які вимагають математичних і технічних здібностей. Як наслідок, вони рідше обирають природничі дисципліни як основні предмети і як галузі професійної діяльності. З часом ефекти подібних процесів ухвалення рішення накопичуються. Унікаючи ситуацій, які змогла би подолати, людина втрачає можливість набуття нових цінних навичок. Основна функція мислення полягає в наданні людям можливостей прогнозувати перебіг подій і використовувати засоби контролю над тими подіями, які можуть впливати на їхню повсякденну діяльність.

Роботи Ч. Цген, П. Грєене, А. Цріцк показали зв'язок між ухваленням рішення щодо підприємницької кар'єри і ступенем виразності

самоефективності особистості. Спираючись на теорію М. Селігмена, який вважає почуття оптимізму почуттям, пов'язаним з інтерпретацією минулих успіхів і невдач, можна спостерігати логіку зв'язку оптимізму підприємця і зусиль, яких він докладає для досягнення майбутнього результату. Як стверджують К. Оеттінген та Д. Майер, чим вищий оптимізм, тим вища планка бажаної мети [3].

По-друге, якщо виконання дії вже розпочате, сприйняття самоефективності впливає на старанність і наполегливість незалежно від складності завдання. Концепція самоефективності тісно пов'язана з концепціями вивченої безпорадності М. Селігмана і локусу контролю Дж. Роттера, тому що самоефективні особистості здатні протистояти перешкодам для досягнення мети та схильні пояснювати власні дії внутрішніми причинами, а не зовнішніми обставинами. Б. Вайнер розробив атрибутивну теорію мотивації, у якій показав, що поведінка людини багато в чому залежить від того, яким чином вона розуміє причину своєї невдачі в діяльності. У теорії автономії і внутрішньої мотивації Е. Десі і Р. Райана було експериментально показано, що різноманітна інформація, яку одержує людина у вигляді зворотного зв'язку, різною мірою сприяє формуванню тих чи інших мотиваційних структур і каузальних орієнтацій [4].

По-третє, оцінка власної ефективності також впливає на емоційні реакції. Невпевненість у власній здатності вирішити найважливіші життєві завдання може супроводжуватися навіть депресією, а невпевненість у своїй академічній та соціальній ефективності підвищує ризик виникнення депресії в підлітків. Центром позитивної психології й об'єктом найбільш численних досліджень виступають позитивні емоції стану щастя, задоволеності, потоку оптимізму, надії та ін. Причому роль цих емоцій аж ніяк не зводиться тільки до гарного настрою.

Останній спосіб, яким переконання в самоефективності вносять свій внесок в адаптацію і саморозвиток, пов'язаний із селективними процесами. Переконання в особистій ефективності формують спосіб життя за допомогою відбору занять і умов оточення.

Під час виконання складних завдань, що вимагають особливих знань і використання оптимальних стратегій, особи, упевнені у своїй ефективності, розробляють і перевіряють стратегії більш аналітично. Вплив оцінок самоефективності на когнітивну результативність частково опосередковано когнітивними перешкодами. Е. Елліот та К. Двек виявили, що невпевненість у власній ефективності може змушувати людину фіксувати увагу не на завданні, а на самій собі [5].

Розуміючи самоефективність як компетенцію (наприклад, у професійній сфері), С. Белліер визначає її як готовність вирішувати

проблемні ситуації і отримувати задоволення, мобілізуючи необхідні здібності. Р. Самурсай та П. Пастре розуміють самоефективність як постійний аналіз діяльності та соціальних інтеракцій, моніторинг вчинків, як процес життєтворення, адаптації власних здібностей до вимог реальності [6]. Перше визначення за своїм змістом, вважаємо, наближається до розуміння установки, а друге – до соціального інтелекту.

На основі теоретичного аналізу можна виділити два аспекти вивчення самоефективності особистості – змістовий та формально-динамічний. Змістовний (характер змісту та спрямованість на сферу життєдіяльності) аспект самоефективності представлений як: 1) соціальна, академічна, поведінкова та загальна самоефективність (Дж. Маддукс, М. Шеєр та ін.); 2) набір відносно незалежних видів самоефективності (М. І. Гайдар, Є. О. Могильовкін); 3) тільки загальна самоефективність (Р. Шварцер та М. Єрусалем); 4) загальна самоефективність та її похідні (А. Бандура, Б. Алмудевер, С. Проітти-Белз, В. Гайяр, Ф. Фраццаролі) види. Формально-динамічний аспект самоефективності (структура та здатність до розвитку) відображається як: 1) інтегральна (М.І. Гайдар) або диференційна якість особистості (В. Гайяр); 2) континуальна властивість (А. Бандура, Б. Алмудевер) або дискретна. Питання щодо дискретності самоефективності особистості на даний момент залишається відкритим.

А. Бандура описав механізм розвитку самоефективності за допомогою генералізації як механізму «нарощування» самоефективності. Віра у власні можливості, отримана після досягнення успіху в одній сфері життєдіяльності (або в окремій роботі), здатна мобілізувати ресурси, щоб мати успіх в іншій сфері. Існує думка учених з приводу того, що вагома роз'єднаність між сферами життєдіяльності, відсутність переносів досвіду з однієї сфери життя до іншої, сприяє низькому психологічному благополуччю особистості [5]. На думку Д. Сервона, розуміння крос-ситуаційної узгодженості самоефективності має розглядатися як головний шлях до розуміння узгодженості особистісного функціонування в цілому. Один з підходів до питання про генералізацію – постулювання якогось глобального особистісного фактора, наприклад узагальненої самоефективності. Х. Маркусом та Д. Сервоном здійснюється спроба виявити індивідуальні відмінності у глобальній тенденції бути впевненим у своїх здібностях. Ми вважаємо, що цей підхід до розуміння самоефективності є недостатньо розвиненим сьогодні, саме тому ми звертаємося до нього при побудові емпіричної моделі самоефективності, предикторами якої виступають когнітивні, мотиваційні та емоційні процеси.

Альтернативний підхід полягає в дослідженні конкретних психічних структур і процесів, що обумовлюють формування впевненості у власних силах або відчуття неспроможності в різних сферах діяльності. Крос-ситуативна генералізація в оцінках власної ефективності обумовлена впливом Я-схем. Певна Я-схема може виникати у свідомості в різних обставинах і забезпечувати відносну стійкість оцінок власної ефективності в різних ситуаціях [6, 34].

Знову звертаючись до ключового питання нашої роботи про те, чому люди з однаковими здібностями та потребами не є однаково успішними, припускаємо, що успіх реалізується через конкретні ефективні дії. За Б. Г. Ананьєвим, у внутрішньому світі відбувається певна робота, яка потім екстеріоризується у процесі діяльності [7]. Саме у продуктах екстеріоризації внутрішнього світу можливе спостереження індивідуальності. Вплив середовища на організм і організму на середовище відбувається в дії. Саме в ній формується система наповнених значень і смислів, яка потім відбивається у свідомості індивіда і конституює весь його суб'єктивний світ, але не у вигляді мертвого вмісту пам'яті, а у вигляді образу світу (в розумінні О. М. Леонтьєва), збираючи в собі кінетичну енергію дії, що його формує. Можна сказати, що відбувається своєрідна «екстеріоризація» самоефективності, тобто перехід від внутрішньої впевненості у власних силах і можливостях до зовнішнього успішного виконання дії.

У контексті суб'єктного підходу стверджується, що не людина належить психічним структурам і процесам, а навпаки, психічні процеси і структури належать людині, не стимули середовища панують над людською активністю, а людська активність панує над середовищем. У зв'язку з цим суб'єктний підхід може розглядатися як концептуальна опозиція «постулату безпосередності». У ньому долається обмеженість даного положення і розкривається здатність людини до самодетермінації, самовизначення, саморозвитку [8]. Самодетермінація – це те утворення, яке зумовлює розвиток особистості зсередини.

До найбільш авторитетних і розроблених теорій суб'єктної причинності належить також теорія самодетермінації Е. Десі і Р. Райана [94]. Самодетермінація в контексті даного підходу розуміється як відчуття свободи як щодо сил зовнішнього оточення, так і щодо сил усередині особистості. На думку авторів, гіпотеза про існування внутрішньої потреби в самодетермінації допомагає передбачити і пояснити розвиток поведінки від простої реактивності до інтегрованих цінностей; від гетерономії до автономії щодо тих видів поведінки, які спочатку позбавлені внутрішньої мотивації. Бути автономним – означає бути самоініціюючим і саморегульованим, на відміну від ситуацій

примусу і спокушання, коли дії не впливають з глибинного Я [6].

Д. О. Леонтьєв для опису ресурсів особистості ввів поняття особистісного потенціалу [45]. На нашу думку, саме через самоефективну поведінку реалізується особистісний потенціал як форма подолання особистістю несприятливих умов її розвитку.

Чимало концепцій самоефективності базуються на розумінні цього поняття як віри у власні можливості на шляху досягнення мети та залишає без уваги психологічну природу індивідуальних та особистісних характеристик само ефективності – психо-процесуальних, статевих та вікових проявів.

Висновки. Отже, самоефективність – психологічна властивість, зазначені особливості якої є одними з ключових для нашого дослідження, як-от: 1) оцінка власної ефективності та очікування щодо неї впливають на когнітивні, мотиваційні, емоційні та селективні реакції особистості; 2) самоефективність виявляється у своєрідній «екстеріоризації», тобто переході від внутрішньої впевненості у власних силах і можливостях до зовнішнього успішного виконання дій; 3) самоефективність та особистісний досвід синергетично пов'язані: особистість впливає на досвід, у свою чергу, досвід є ресурсом для розвитку самоефективності особистості; у нашому дослідженні саме психічні процеси виступають джерелом набутого досвіду, що складає передумову розвитку самоефективності; 4) проаналізувавши визначення самоефективності, вважаємо, що доповнити розуміння самоефективності А. Бандурою доцільно в аспекті «економії життєвої енергії»: самоефективність – це здатність до досягнення певних результатів з мінімально можливими витратами або отримання максимально можливого результату з даної кількості ресурсів.

Список використаних джерел:

1. Социальная психология предпринимательства [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://www.ipras.ru/cntnt/rus/dop_dokume/rossijskie/socialnaya1.html?forprint=1.
2. Бандура А. Теория социального научения / А. Бандура. – СПб. : Евразия, 2000. – 320 с.
3. Гайдар М. И. Развитие личностной самоэффективности студентов-психологов на этапе вузовского обучения : диссертация ... канд. психолог. наук : 19.00.07 / Гайдар М. И. – Воронеж, 2008. – 260 с.
4. Дергачева О. Е. Позитивная психология самодетерминации: теория каузальных ориентаций Э. Деси и Р. Райана / О. Е. Дергачева // Современная психология мотивации / под ред. Д. А. Леонтьева. – М. : Смысл. – 2002.

5. Капрара Дж. Психология личности / Дж. Капрара, Д. Сервон. – СПб. : Питер, 2003. – 640 с.
6. Голушко А. А. Соотношение результативности деятельности и уровня тревожности (на примере экзаменационной ситуации) / А. А. Голушко // Вопросы прикладной психологии. – Новокузнецк, 1995.
7. Ананьев Б. Г. О проблемах современного человекознания / Б. Г. Ананьев. – М. : Наука, 1977. – 380 с.

Кравченко Олександр Олегович,
студент 4 курсу спеціальності «Соціальна робота»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Голованова Діана Вікторівна,
старший викладач кафедри соціальної роботи,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

АЛКОГОЛІЗМ ЯК ФОРМА ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ

Вступ. На сьогодні гострою проблемою для нашого суспільства, на жаль, досі залишається девіантна поведінка молоді. У більшості випадків поява такої форми поведінки пов'язана з особливостями взаємодії людини з навколишнім середовищем, соціумом. Адже, як відомо, саме оточення обумовлює формування особистості та визначає набір її соціальних ролей, а отже, – визначає спрямованість її поведінки.

Результати дослідження. Проблемами наркотизму займалися вітчизняні та зарубіжні науковці-дослідники як-от: А.А. Габіані, Б.М. Левін, А.М. Рапопорт, А.А. Герцензон, Г.Г. Заїраєв, О.Е. Соловей, І.А. Голосенко, М.С. Мацковський, О.І. Рібаков, В.Є. Хвощов, Ф.Е. Шерегі, М.Є. Позднякова, Я.А. Гілінський, Л.Є. Кессельман, О.М. Балакірева, О.О. Яременко, В.О. Соболев, І.П. Рущенко, О.М. Поступний, Ю.Н. Свеженцева В.Н. Подшивалкіна, Т.Г. Каменська, М.В. Левинський, Н.А. Мірошніченко.

Головною **метою** соціальної роботи з алкозалежною молоддю є створення умов для уникнення чи подолання проблем, для повноцінного розвитку й життєдіяльності молодих людей та задоволення ними потреб у такий спосіб, що не призводить до негативних наслідків.

Алкоголізм – захворювання, що викликане вживанням алкогольних напоїв та обумовлене дією алкоголю як наркотичної речовини (Г.М. Ентін). 1972)

Алкоголь уражає майже всі органи молодого організму. Згідно зі статистикою, від п'яти до семи відсотків усіх дитячих отруєнь припадають на алкогольні інтоксикації.

Основною психологічною мотивацією вживання алкоголю в ранньому віці фахівці вважають бажання виглядати більш дорослим, адже їм можна більше, ніж дітям, бажання зняти астеничні прояви. Зловживання алкоголем у молоді включає в себе знайомство із дозами сп'яніння у віці до 16 років та більш-менш регулярне вживання спиртних напоїв без ознак залежності в більш дорослому віці [1].

Але зловживання спиртним – не єдиний фактор розвитку хвороби (алкоголізму); лише 10% людей, що регулярно споживають спиртне, хворіють на алкоголізм. На жаль, реальне сп'яніння також є одним з факторів життя молоді. І часто таке сп'яніння призводить до раптової і передчасної смерті [2].

Дослідники виділяють наступні причини зловживання алкоголем серед молоді: доступність алкоголю; фінансове неблагополуччя; невирішені побутові проблеми; соціальні проблеми і пов'язані з ними психологічні стани невизначеності, депресії; вплив соціального оточення, зокрема друзів; низький соціальний та освітній статус.

Крім того, серед причин, що провокують поширення пияцтва серед молоді, називаються наступні:

- аномію суспільства, під якою розуміють такий його стан, за якого немає чіткої регуляції поведінки індивідів, існує моральний вакуум, попередні старі норми й цінності вже не відповідають новим відносинам, а нові ще не склалися;
- моральну спустошеність людей, розчарованість у собі та навколишньому світі.

Неодноразово відзначається, що переважна більшість споживачів алкогольних напоїв надалі переходять на більш сильні речовини – наркотики [3].

Причини першої спроби алкоголю різноманітні. Але простежуються їхні характерні зміни залежно від віку. До 11 років перше знайомство з алкоголем відбувається або випадково, або його дають «для апетиту», «лікують» вином, або ж дитина сама з цікавості пробує спиртне. У старшому віці це частіше трапляється з традиційного приводу: «свято», «сімейне торжество», «гості» і т.д. І хоча це відбувається за згодою батьків, у колі родини, все ж і таке прилучення дітей до вина небезпечно. Адже варто раз доторкнутися до спиртного, як уже знімається психологічний бар'єр – і підліток вважає, що він уже має право випити з товаришами або навіть сам, якщо з'явиться така можливість.

Недарма кажуть у народі: «Ріки починаються зі струмочка, а пияцтво – з чарочки».

Головна небезпека першої спроби алкоголю для незрілої особистості полягає в тому, що, відчувши потяг до спиртного, підліток з біологічною схильністю до алкоголізму стає алкоголіком практично відразу, навіть не встигнувши зрозуміти, що з ним сталося [2].

ВООЗ виділяє на основі системного підходу такі проблеми, пов'язані із вживанням алкоголю:

- 1) *проблеми осіб, що мають алкогольну залежність*: короточасні функціональні розлади та втрату самоконтролю; агресивність, нещасні випадки; адміністративну відповідальність за перебування в нетверезому стані в суспільних місцях, отруєння алкоголем; наслідками довготривалого непомірного вживання алкоголю є розвиток цирозу печінки, раку та серцево-судинних захворювань, недостатність харчування, втрата самоконтролю, працездатності, розвиток алкоголізму та алкогольних психозів, передчасна смерть та самогубство;
- 2) *проблеми сім'ї*: конфлікти в сім'ї, невиконання подружніх, батьківських та материнських обов'язків; втрату поваги, матеріальні труднощі; внутрішньоутробне враження плоду; неправильне виховання та юнацький алкоголізм серед дітей алкоголіків, злочинність;
- 3) *проблеми суспільства*: порушення суспільного порядку; дорожньо-транспортні пригоди; нещасні випадки, зниження продуктивності праці та прогули; економічні витрати, пов'язані з лікуванням та допомогою через непрацездатність, з охороною правопорядку.

Особливість пияцтва та алкоголізму, як адиктивної поведінки, в тому, що ці явища виступають каталізатором, що спричиняє прояв інших видів соціальних відхилень – злочинності, адміністративних порушень, соціального паразитизму, самогубств, аморальної поведінки [4].

Боротьба з алкоголізмом – найбільша соціальна й медична проблема будь-якої держави. Людина, яка вживає алкоголь систематично, ризикує стати алкоголіком, тобто потрапити у психічну та фізичну алкогольну залежність. Залежність тим важча, чим раніше людина починає пити.

У формуванні алкогольної залежності вирішальну роль відіграють такі фактори:

- **соціальні** (культурний та матеріальний рівень життя, стреси, інформаційні перевантаження, урбанізація);
- **біологічні** (спадкова схильність; до 30% дітей, чії батьки зловживали спиртним, можуть стати потенційними алкоголіками);

- **психологічні** (психоемоційні особливості особистості, здатність до соціальної адаптації та протистояння стресам) [2].

Алкоголь схожий на інші наркотики. Він викликає психічну і фізичну залежність та зміну психічного стану людини – навколишній світ сприймається спотворено й неадекватно. При постійному вживанні алкоголь руйнує особистість [5].

Ступінь зловживання оцінюють за спеціальними показниками – за частотою вживання та кількістю вживання алкоголю, а також за виникаючими внаслідок цього соціально-психологічними проблемами.

Рання алкоголізація є однією з форм порушення поведінки в підлітків – зазвичай вона йде поруч із відхиленням від навчання та праці, з делінквентністю, залишенням дому, а інколи й зі зловживанням з іншими дурманячими речовинами [1].

Експерти основною причиною поширення пияцтва серед неповнолітніх та молоді вважають руйнування інституту родини, духовну спустошеність взаємин батьків та дітей, вплив реклами, що пропагує стиль життя, пов'язаний із вживанням алкоголю та наркотиків, невміння підлітка справлятися зі стресом, нестачу чітких світоглядних орієнтирів, позначену як «відсутність ідеології»; викривлені цінності [3].

Висновки. Отже, проблема подолання пияцтва й алкоголізму є досить актуальною, вона включає економічний, соціальний, культурний, психологічний, демографічний, юридичний і медичний аспекти. Тільки з урахуванням усіх цих факторів можливе її позитивне рішення.

Список використаних джерел:

1. Личко А.Е. Подростковая наркология : руководство / А.Е. Личко., В.С. Битенский. – Л. : Медицина, 1991. – 304 с.
2. Шугай Т.Й. Профілактика вживання алкоголю серед молоді / Т. Й. Шугай // Практична психологія та соціальна робота – 2009. – №9. – С. 43.
3. Профілактика вживання наркотиків серед учнівської та студентської молоді : методичний посібник / Т.В. Журавель, В.В. Самусь, К.В. Сергеева [та ін.] ; за ред. Т.В. Журавель. – К. : ФО-П Буря О.Д., 2014. – 96 с.
4. Трубавіна І.М. Соціально-педагогічна робота з неблагополучною сім'єю: навчальний посібник / І.М.Трубавіна. – К. : ДЦССМ, 2002. – 132 с.
5. Максимова Н.Ю. Психологія девіантної поведінки / Н.Ю. Максимова. – К. : «Либідь», 2011. – 520 с.

Малінська Вікторія Володимирівна,
студентка 4 курсу спеціальності «Соціальна робота»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Голованова Діана Вікторівна,
старший викладач кафедри соціальної роботи,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ВІЛЬНИЙ ЧАС ТА ЙОГО ВИКОРИСТАННЯ ЯК ІНТЕГРАТИВНИЙ ЧИННИК РОЗВИТКУ МОЛОДІ

Вступ. Вільний час – це багатоаспектне явище, яке розглядається багатьма науками, зокрема психологією, педагогікою, соціологією, туризмом, фізичною рекреацією, економікою, управлінням, медициною та ін. Реальна величина вільного часу, який наявний у нашому розпорядженні, залежить від соціально-економічних, демографічних та інших факторів. Вона визначається досягнутим рівнем виробничих сил, характером суспільних відносин, загальним культурним і освітнім рівнем, потребами суспільства, нарешті, завданнями, які воно ставить перед собою. На величину цього часу впливає вік, стать, рівень зайнятості, освіти, сімейний стан та ін.

Результати дослідження. Проблема проведення вільного часу та молодіжного дозвілля на сучасному етапі присвячено низку досліджень зарубіжних та вітчизняних вчених, зокрема Н. Бабенко, В. Дімова, І. Євтєєва, О. Карпуніна, О. Кучера, В. Лісовського, О. Мартиненко, В. Суртаєва, В. Орлова, В. Скороходова, Л. Скокової, Л. Коган, В. Пічі, І. Петрової, О. Семашка, Н. Цимбалюк, Г. Щерби, Р. Яремкевич та інших.

Важливе місце в житті молоді займає вільний час. Він – один з основних засобів формування особистості молодої людини. Вільний час безпосередньо впливає на навчально-виховну сферу, бо в його умовах найбільш сприятливо відбуваються рекреаційно-відтворювальні процеси, які знімають інтенсивні фізичні, інтелектуальні, психічні навантаження.

Вільний час – складова соціального часу, звільнена від виробничих та побутових справ, яка охоплює сферу вільної діяльності людини. Дозвілля – сукупність видів діяльності, призначених для задоволення фізичних, духовних та соціальних потреб людей у вільний час [1].

Одну із перших спроб визначення терміна «вільний час» зробив Т. Веблен, який під цією дефініцією розумів сукупність життєдіяльності людини поза часовими вимірами трудової діяльності, вважаючи при цьому, що кількість вільного часу людини має безпосередній вплив на її соціальний статус [2].

Зазначена дефініція вільного часу ґрунтується на трьох факторах:

- вільний час є часом, який залишається людині після виконання всіх професійних, сімейних та громадських обов'язків;
- зміст та форми занять протягом вільного часу людина вибирає добровільно;
- заняття, які реалізуються протягом вільного часу, спрямовані на відпочинок, розвагу, безінтересовне вдосконалення особистості чи участь у громадському житті [3].

Розглядаючи природу вільного часу, не можна не пов'язувати його з такими характеристиками, як добровільний вибір, гнучкість, спонтанність, самовизначеність та ін. За своєю сутністю і змістом вільний час студентів доповнює навчальний і заповнюється науково-пізнавальною, професійною, громадською, культурною діяльністю, різними формами дозвілля, у процесі яких формується висококваліфікований спеціаліст з вищою освітою, активний громадянин своєї країни. Однак вони обмежуються багатьма факторами – віком, статтю, традиціями, матеріальними можливостями, видами дозвільної діяльності, станом здоров'я. Можливість змінювати ролі у межах вільного часу, переключатися з однієї діяльності на іншу збільшує його значення в житті людини. Здатність до гнучкості кожного індивіда диктується життєвим досвідом сім'ї, школи і суспільства, а також професійною діяльністю.

Суспільство, різні соціальні групи зовсім не байдужі до того, як витрачається студентами вільний час і в яких пропорціях поєднуються в ньому основні види діяльності. Усі наявні в їх руках засоби вони прагнуть мобілізувати для певної дії на проведення молоддю свого дозвілля [4].

У функціональному просторі вільного часу та його раціональному використанні дослідниками визначені інститути і фактори його регулювання. До них належать: матеріальні (мережа закладів дозвілля – стадіони, кінотеатри, театри, концертні зали, а також доходи населення); організаційні (мережа закладів, покликаних обслуговувати дозвілля, методи роботи); особисті (рівень освіти і культури, навички, ціннісні орієнтації, установки та ін.). Єдність цих факторів і складає систему контролю та регулювання вільного часу.

Однією з найважливіших категорій соціології вільного часу є поняття «культура вільного часу». Культура вільного часу – це ніщо інше як проблема змісту вільного часу, спосіб і міра його якісного освоєння з точки зору реалізації й збагачення людських сутнісних сил. Основою культури вільного часу є свідомо вільна творча діяльність, яка духовно і фізично розвиває особистість.

Культура вільного часу розглядається з урахуванням принципів, які мають методологічний характер:

- принципу всебічного та гармонійного розвитку особистості, соціальних груп та суспільства в цілому;
- принципу вільної діяльності, вільного вибору занять;
- принципу економії часу, який виражає соціальну ефективність використання вільного часу.

Ці принципи розкривають внутрішню структуру культури використання часу різними соціальними групами, сприяючи з'ясуванню процесу взаємопроникнення вільного та робочого часу. Сутність вільного часу полягає у вільній діяльності, яка означає насамперед наявність часового простору, вільного від необхідних, невідкладних справ, свідоме прагнення людини опанувати цей час, самостійно (з певною мірою розумності) вибрати варіант імовірної дії, вміння досягати поставленої мети і, безумовно, саму дію, що є об'єктивним змістом діяльності.

Вільний час є таким же зайнятим часом, як, скажімо, робочий. Але вільним його називають тому, що:

- цей час відносно вільний від трудових обов'язків;
- він належить самій людині, яка може за певних умов відносно вільно розпорядитися ним за своїм бажанням;
- при його використанні людина має можливість змінювати величину конкретних затрат часу і черговість видів діяльності, порядок задоволення тих чи інших потреб;
- він вільний від невідкладного задоволення людиною потреб, які пов'язані лише зі збереженням її життєдіяльності і працездатності.

Для вирішення питання про класифікацію занять у вільний час принципове значення має положення про те, що вільний час являє собою дозвілля.

Культура вільного часу передбачає:

- розвиненість його структури, яка визначається кількістю елементів і домінуючою роллю тих із них, які мають найбільш розвинений характер;
- оптимальне співвідношення елементів його структури;
- певну міру поєднання рекреаційної і розвиваючої функцій вільного часу, активних і пасивних форм споживання духовних цінностей, спілкування і творчої діяльності;
- певну послідовність і тривалість видів діяльності, їхню періодичність, частоту, ритм, насиченість, інтенсивність певного проміжку часу людської діяльності;
- вміння економити час, вивільняти його від нераціональних затрат і досягати оптимального обсягу вільного часу;

- наявність «надлишкового» вільного часу, так само, як і його недостатність, може негативно позначитися на його структурі та змісті.

Сьогодні соціальний обов'язок молодій людині виявляється в її здатності до творчого засвоєння цінностей культури, до постійного культурного самовдосконалення, до свідомого переборювання внутрішньої душевної інерції. Адже справжня культура набувається тільки за умови власної активності, прагнень постійно вбирати джерела духовного життя.

Висновки. Таким чином, формування особистості студента, майбутнього спеціаліста, є безперервним процесом, що містить як навчальний процес, так і вільний час. Слід пам'ятати, що студент має право на свій особистий вільний час. Дозвілля дає можливість сучасній молодій людині розвивати різні сторони своєї особистості, навіть власний талант. Виховання раціонального стилю використання вільного часу пов'язане з виробленням таких особистісних властивостей, як цілеспрямованість, систематичність, активність, увага, вміння швидко переключатися з відпочинку на інші заняття, діяти відповідно до поставленої мети.

Список використаних джерел:

1. Соціологія культури : навч. посібник / О.М.Семашко, В.М. Піча, О.І.Погорілий [та ін.]; за ред. О.М. Семашка, В.В. Пічі. – К. : Каравела, Львів : Новий світ – 2000, 2002. – 334 с.
2. Максимовська Н.О. Теоретичні і методичні засади соціально-педагогічної діяльності зі студентською молоддю у сфері дозвілля : дис... д-ра педагог. наук: 13.00.05 / Максимовська Н.О. ; Харківська державна академія культури. – Х., 2015. – 559 с.
3. Бабенко Ю.А. Вільний час і дозвілля української молоді в умовах нової соціокультурної реальності / Ю.А. Бабенко // Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв. – 2013. – №2. – С. 74–79.
4. Пішун С. Г. Вільний час та його використання як інтегративний чинник розвитку особистості студента / С. Г. Пішун // Освітологічний дискурс. – 2011. – №1(3).

Марченко Юлія Володимирівна,
здобувач спеціальності «Соціальна робота»,
Рівненський інститут Університету «Україна»

Бацман Ольга Сергіївна,
завідувач кафедри соціальної роботи,
старший викладач кафедри соціальної роботи,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

СІМ'Я ЯК ІНСТИТУТ СЕКСУАЛЬНОГО ВИХОВАННЯ

Вступ. Подібно до будь-якої суттєвої царини суспільного й особистого життя сексуальність завжди підлягала соціальному контролю й була важливим аспектом соціалізації дітей та підлітків.

Сучасні уявлення про сексуальність багато в чому визначаються тим моральним, соціальним і психологічним значенням, яке надавали йому попередні покоління. Сучасна молодь знаходиться в дуже складній ситуації вимушених інтерпретацій нових текстів, іміджів і фактів, які пов'язані з сексуальною поведінкою. Нова й досить важлива тенденція в сексуальній сфері життя полягає в тому, що сексуально-еротична поведінка і мотивація до кінця емансипується від репродуктивної біології, пов'язаної з продовженням роду. Проте сексуальність не повинна залежати лише від функції дітонародження, для сучасної людини вона є самоцінною.

Дослідження і публікації. Дослідження сексуальності й сексуальних практик зображені у великій кількості праць і монографій таких учених, як З. Бауман, Дж. Вікс, Е. Гіденс, Н. Луман, Ф. Райс, М. Фуко та інших. Українські вчені Л.М. Гридковець, О.В. Сечейко, Л.Г. Сокурянська надають пріоритет вивченню сексуальних практик підлітків.

Виклад основного матеріалу. Сексуальне виховання – це процес цілеспрямованого впливу на особистість з метою формування культури статевої взаємодії, здорового ставлення до статі й сексуальності, вміння переживати й усвідомлювати свої фізіологічні та психологічні особливості відповідно до усталених у суспільстві норм і правил. Сексуальне виховання за своїм змістом залишалося в Україні морально-етичним і не торкалося питань розвитку репродуктивної системи людини, її сексуальності. Воно дотримувалося «моралізуючої» стратегії, за якої сексологічна інформація, якщо і не замовчується, то зводиться лише до того, кого і чого мають боятися діти (уникати незнайомих, боятися гомосексуальних домагань тощо) [1].

У період стрімких соціальних змін і нестабільності, що

супроводжує процес переходу до більш відкритого суспільства, дедалі небезпечнішими для старшокласників стають статеві відхилення. Саме в такий період, коли суспільство адаптується до нових реалій, а наявні соціальні норми, цінності і табу переглядаються, актуальним залишається питання профілактики статевих відхилень, що передбачає виховання у старшокласників сексуальної культури. Тому першочергова роль у процесі формування сексуальної культури належить не тільки державі і загальноосвітнім закладам, але й сім'ї як основному інституту соціалізації.

Сім'я завжди відіграла і відіграє величезну роль у системі виховання старшокласників. На цьому наголошують у своїх працях видатні педагоги і практики Я. Коменський, А. Макаренко, В. Сухомлинський, М. Фіцула та інші [2, 63–64].

Справді, упродовж останніх десятиліть в інституті сім'ї відбулися значні зміни. Зокрема, змінилася рольова структура сім'ї в напрямку більшої симетричності функцій чоловіка та жінки, підвищення авторитету та впливу жінки-матері, зміни уявлень про «голову сім'ї», ослаблення авторитарних методів виховання тощо. Однією з найсуттєвіших змін в інституті сім'ї є зміна її функцій у бік більшої психологізації та інтимізації. Крім того, відбувся демографічний зсув – від багатодітності з жорстким табу на застосування контрацепції до індивідуального втручання в репродуктивний цикл, тобто попередження й переривання вагітності. Винайдення надійних засобів контрацепції відокремило сексуальність від зачаття. На думку соціопсихологів з Німеччини Г. Гібша та М. Форверга, відбулася редукція інстинктів, і «чуттєва насолода у статевому акті відокремлюється від біологічної мети продовження роду та може бути самостійною метою».

Важливою тенденцією в розвитку сучасної сім'ї є також розширення меж індивідуальної свободи в царині сексуальних стосунків, зміна моральних критеріїв. Це відчувається насамперед у зміні ставлення до позашлюбних народжень у бік більшої терпимості. Сексуальність, виходячи за межі шлюбу, набуває рівною мірою істотного значення як для чоловіків, так і для жінок. Відбувається активна переорієнтація щодо можливості таких стосунків поза інститутом шлюбу. Формується нова система цінностей та відносин. На думку С.І. Голода, ці зміни за їх характером, глибиною та значенням можна визнати революційними: «...Наявна виразна тенденція переходу до єдиної статевої моралі...».

Я уже зазначалося вище, основними тенденціями, притаманними сучасній сексуальній поведінці, є вибух сексуальної активності, ранній початок сексуального життя, толерантне ставлення до позашлюбних сексуальних зв'язків, сприйняття сексуального задоволення як складової

щасливого шлюбу та сім'ї, зменшення відмінностей в установках та сексуальній поведінці чоловіків та жінок, посилення громадського інтересу до еротики [3, 78–79].

На думку багатьох учених, виховний потенціал сім'ї включає в себе цілий комплекс обставин:

- матеріальні та побутові умови, чисельність, структуру, ідейно-моральну, емоційно-психологічну і трудову атмосферу сім'ї;
- життєвий і фаховий довід батьків;
- організацію сімейного дозвілля, сімейні традиції, систему і характер внутрішньосімейного спілкування;
- рівень освіти і педагогічної культури дорослих членів сім'ї (у першу чергу батьків), розподіл між ними виховних обов'язків;
- взаємозв'язок сім'ї зі школою та громадськістю.

Виховне значення морально-емоційного аспекту сімейних відносин обумовлене передусім їхньою специфічністю, якісну визначеність якої виражають такі духовні цінності, як батьківська любов і прив'язаність, що виникають унаслідок органічного злиття біологічних і соціально-психологічних засад у житті людини. Саме ці духовні цінності визначають виразність і інтимно-емоційний характер сімейних взаємин. Їм притаманні глибоко особистий контакт, солідарність, щирість, взаємна довіра, взаємне розуміння, чуйність і уважність, піклування одне про одного. Усе це створює позитивний морально-емоційний мікроклімат, що відіграє надзвичайно важливу роль у формуванні та становленні особистості.

Значення інтимно-емоційного аспекту сімейних взаємин у формуванні особистості виражається в тому, що він найбільш повно відповідає потребам дитини у спілкуванні з людьми, у встановленні глибокого особистого контакту між ними, у підтриманні взаємного розуміння, довіри. Саме ця обставина визначає інтенсивність, міцність, глибину засвоєння дитиною в процесі наслідування і співпереживання моральних позицій батьків, їхніх ціннісних орієнтацій у сфері моралі. І цілком очевидно, що, якщо нормативність сімейних стосунків виступає найважливішою передумовою здорового емоційного і морального розвитку дитини в сім'ї, будь-яке відхилення від норми шкідливе для розвитку дитини. Отож можемо стверджувати, що невід'ємною частиною морального виховання дітей є виховання сексуальної культури.

Ще раз наголошуємо, що в широкому розумінні сексуальна культура – це аспект культури, який стосується шлюбно-сімейних традицій, вірувань, цінностей, орієнтацій та поведінки статей. Сексуальна культура – це стосунки між юнаком і дівчиною в інтимній сфері, побудовані на досягненні сексуальної гармонії, задоволенні

індивідуальних потреб кожного з одночасним шануванням і пристосуванням до тонкощів натури партнера; це сукупність знань про функціонування людини як сексуальної істоти.

В умовах сім'ї виховання сексуальної культури у старшокласників передбачає цілий комплекс виховних завдань:

- формування правильних поглядів на взаємини між статями;
- підготовку старшокласників до виконання в майбутньому обов'язків, пов'язаних з утворенням сім'ї і народженням дітей, сформованість особистості сім'янина;
- відповідальне ставлення в юнацькому віці до статевого життя, шлюбу;
- почуття відповідальності за долю іншої людини;
- уміння встановлювати контакти з особами протилежної статі;
- уміння контролювати свої статеві потяги;
- відмову від шкідливих звичок та дотримання здорового способу життя.

Щоб сформувалися ці якості у старшокласників, у них має позитивний ідеал сімейних відносин. Таким ідеалом на ранньому етапі соціалізації для дітей у сім'ї стають батьки. Саме їхня поведінка та індивідуальні звички формують у старшокласників сексуальну культуру.

На жаль, батьки, які повинні ретранслювати базові елементи сексуальної культури своїм дітям, не можуть цього зробити, оскільки самі перебувають у стані розгубленості. Це особливо помітно у зв'язку з поширенням венеричних захворювань, абортів серед неповнолітніх, збільшенням кількості матерів-одиначок у віці 15 – 17 років, погіршенням репродуктивного здоров'я молодого покоління [1, 64–65].

Батьки, як сексуально освічені, – не особливо ефективні. Справа не стільки у відсутності в них інформації та директивних вказівок, що та як розповідати дітям різного віку. Дослідження, які проводилися в різних країнах, показують, що єдиний працюючий канал сімейної сексуальної просвіти – це лінія мати – дочка (інформація про менструації, статеву гігієну та ін.). З хлопчиками здебільшого не говорять серйозно на цю тему ані матері, ані батьки. Та й в архаїчних суспільствах підготовкою підлітків до статевого життя звичайно займалися не батьки, а хтось із старших членів роду, який має на те спеціальні права, повноваження та знання [4].

Як не прикро, але на сьогоднішні існують сім'ї, які обумовлюють формування статевої відхилень у поведінці старшокласників. Це і неповна сім'я, яка характеризується відсутністю одного з дорослих членів сім'ї, і конфліктна сім'я, якій притаманна надмірно загострена конфліктна ситуація, і сім'я, що розпалась, де дорослий член сім'ї

проживає після розлучення окремо, але продовжує виконувати свої певні функції, та інші.

Про розпад сімей через наявність звички до хаотичного статевого життя, неможливість й небажання створити власну сім'ю й у такий спосіб здобути справжнє кохання, повагу, щастя на все життя вже й нічого згадувати, адже це явище поширюється як наслідок дегенеративної культури, через це спостерігається іноді заледве не катастрофічна демографічна криза навіть у високорозвинених країнах.

Проте основним показником усіх типів неблагополучних сімей є низький морально-культурний рівень батьків, їхня духовна обмеженість. Батьки є далекими від того, щоб створювати дитині сприятливі умови для формування і розвитку особистості, у тому числі статевого. А саме в юнацькому віці важливим є формування статевої поведінки з бурхливим нарощуванням статевої самосвідомості, що закладає основи статевої норми та відхилення в сім'ї. У цей період діти прагнуть визнання своєї дорослості, виявляючи інтерес до особистої статевої належності як символу дорослості.

Соціальні норми, які визначають функції та обов'язки чоловіків і жінок у сім'ї та суспільстві, називають статевими ролями. Статева роль – це комбінація всього, що людина робить, говорить, як поводить, щоб відповідати певним нормативам та приписам, прийнятим у даному суспільстві для чоловіків та жінок. Можна сказати, що статева роль – це публічний вияв ототожнення зі статтю, статевої ідентичності. Поведінку, яка реалізує ці нормативні очікування або орієнтована на них, називають статевою роллю.

Особливості статевої поведінки зумовлені характером статевої ролі. У юнацькому віці дівчата опановують нові статеві ролі – вмілої господині, модної, стильної дівчини, сексуальної партнерки, дружини, матері, подруги. Юнаки опановують такі статеві ролі, як приятеля, сексуального партнера, чоловіка, батька тощо. У цей час важливо, щоб відомості про сексуальну культуру неповнолітні одержали від батьків, а не від сторонніх осіб.

Необхідність задоволення такого інтересу шляхом відповідних бесід у сім'ї підкреслював ще А.Ф. Коні. Він писав, що «до бажання батьків уникати неприємних вражень у стосунках з дітьми слід віднести й уникнення ними відвертих бесід і настанов з питань статевого життя саме в той час, коли це так необхідно зважаючи на вік, у якому статева інстинкт змушує підлітка наполегливо шукати відповіді на ці запитання і знаходити їх у шкільному товаристві». Ці слова А.Ф. Коні цілком прийнятні і сьогодні, беручи до уваги існуюче становище зі статевою вихованням у сім'ї. Адже більшість юнаків і дівчат і зараз одержують

перші відомості про статеве життя, як правило, від осіб, зацікавлених у їхньому розбещенні, або від старших приятелів, що мають спотворені й неправильні уявлення про стосунки між статями. У такому випадку важливою умовою подолання проблем, що виникли в сімейному ставевому вихованні, стає:

- озброєння батьків спеціальними знаннями про особливості ставевого розвитку дітей у юнацькому віці;
- забезпечення їх інформацією про причини, динаміку ставевих відхилень у поведінці, передумови їх виникнення;
- організація семінарів, зустрічей, консультацій для батьків з боку педагогів і психологів [1, 64–65].

Висновки. Таким чином, формування сексуальної культури старшокласників багато в чому залежить від зміцнення й оздоровлення сім'ї, від того, наскільки самі батьки та їхні взаємини є взірцем поведінки для дітей.

Список використаних джерел:

1. Кравець В.П. Гендерна педагогіка : навчальний посібник. / В.П. Кравець. – Тернопіль : Джура, 2011. – 416 с.
2. Корчова Г.Л. Роль сім'ї у формуванні сексуальної культури старшокласників / Г.Л. Корчова // Практична психологія та соціальна робота. – 2013. – №2. – С. 63–65.
3. Медіна Т. Сексуальна функція молоді української сім'ї: соціологічний аспект / Т.Медіна // Соціологія: теорія, методи, маркетинг. – 2009. – №2. – С. 78–90.
4. Кон И.С. Сексуальное просвещение: что, где, когда? [Електронний ресурс] / И.С.Кон. – Режим доступу до статті : <http://www.neuronet.ru/sexology/chapt430.html>. – Назва з екрана.

Мітіна Ірина Олександрівна,
здобувач спеціальності «Соціальна робота»,
Рівненський інститут Університету «Україна»
Бацман Ольга Сергіївна,
завідувач кафедри соціальної роботи,
старший викладач кафедри соціальної роботи,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

СОЦІАЛЬНА НОРМА ТА ДЕВІАЦІЯ: ПОНЯТТЯ ТА СУТНІСТЬ

Вступ. Проблема антисоціальної поведінки та її корекції завжди була однією з найважливіших у педагогіці, психології, соціальній роботі,

кримінології, але сьогодні вона має масовий характер та потребує особливої уваги. Ця проблема має досить загрозливий характер як для окремого індивіда, так і для суспільства в цілому, тому вимагає, щоб про неї говорили, її досліджували та намагалися знайти нові методи її вирішення доти, доки вони (методи) не будуть насправді дієвими і змінять світосприйняття та світогляд молоді.

Дослідження і публікації. Дослідженням причин асоціальної і протиправної поведінки молоді займалися К. Е. Ігошев, Б. Ф. Райський, М. І. Буянов, Д. І. Фельдштейн та ін., описом соціально-психологічного портрета юного асоціала –Б. С. Братусь, Е. В. Заїка, В. Г. Іванов, Н. І. Крейдун, А. Е. Личко, А. С. Меліксетян, Д. І. Фельдштейн, А. С. Ячина та ін., рекомендаціями щодо ранньої діагностики і профілактики поведінки, що відхиляється, –М. А. Алемаскін, С. Л. Арзуманян, В. Г. Баженов, С. А. Белічева, Г. В. Валіцкас, А. І. Кочетов, І. А. Невський, Г. М. Потанін, Д. П. Пстронг та ін.

Виклад основного матеріалу. Девіантна поведінка, що розуміється як порушення соціальних норм, набула в останні роки масового характеру та постала в центрі уваги соціологів, соціальних психологів, медичних працівників, працівників правоохоронних органів. Пояснити причини, умови і фактори, що детермінують це соціальне явище, стало завданням сьогодення. Його вирішення зорієнтоване на пошук відповідей на ряд фундаментальних питань, одним з яких є питання про суть категорії «норма» (соціальна норма) і про відхилення від неї. Але в суспільстві, що реформується, де зруйновані одні норми і в стані створення інші, проблема формування, тлумачення і застосування норми стає надзвичайно складним завданням.

Проблеми «соціального зла» завжди привертали увагу вчених. Філософи і юристи, медики і педагоги, психологи і біологи розглядали й оцінювали різні види соціальних відхилень – злочинність, пияцтво й алкоголізм, наркоманію, проституцію, самогубства та інше.

Перш ніж розглянути теоретичні засади девіації, важливо звернутися до поняття соціальної норми.

Найпростіші типи поведінки складаються перш за все на основі цілісних звичних взірців поведінки, які виявляються з певного приводу в певний час та в певному місці та виконують роль неформальної соціальної норми. Соціально визнані взірці поведінки складаються у звичаї, у яких досвід транслюється з покоління в покоління. Для регулювання поведінки людей та їхніх об'єднань у суспільстві формуються певні правила поведінки, що орієнтують на досягнення тієї чи іншої мети. Ці правила, що покликані регулювати життя суспільства, забезпечувати в ньому стабільність і бажаний порядок, називаються

соціальними нормами.

Соціальні норми «здійснюють нормативне регулювання поведінки суб'єктів шляхом встановлення діянь дозволених чи недозволених, здійснюють визначення умов, за яких передбачуване діяння дозволяється або забороняється, визначаються суб'єкти, на яких за певних умов поширюється правило поведінки, що встановлене тією чи іншою нормою».

Призначенням соціальних норм є упорядкування поведінки суб'єктів, що забезпечує системність і певне передбачення розвитку суспільних відносин. На основі цього учасники цих відносин можуть прогнозувати свою поведінку та поведінку інших суб'єктів у ситуаціях, передбачених конкретними соціальними нормами.

Сутністю соціальних норм є не просто правила, тому що правила існують і в таких несоціальних утвореннях, як математика, граMATика, техніка й інші, а правила чітко вираженого соціального характеру.

Найбільш суттєвими ознаками соціальних норм є наступні.

1. Правила (масштаби, зразки, моделі) поведінки регулятивного характеру – соціально-вольові норми, що історично склалися або цілеспрямовано встановлені. Вони спрямовують поведінку людей відповідно до закладеної в нормі ідеальної моделі суспільних відносин, вносять однаковість у регулювання суспільних відносин і формують безупинно діючий механізм типових масштабів поведінки.

2. Правила поведінки загального характеру, тобто такі, що не мають конкретного адресата, розраховані на те, щоб спрямовувати поведінку людей у рамках відношень даного виду; вони починають діяти щоразу, коли виникають відповідні суспільні відносини.

3. Правила поведінки приписувального характеру – загальнообов'язкові і встановлюють заборони, дають еталони поведінки.

4. Правила поведінки забезпечуються певними засобами впливу на поведінку людей (навичкою, внутрішнім переконанням, суспільним впливом, державним примусом).

Отже, соціальна норма, що регулює поведінку людей у суспільстві, – це своєрідний результат пізнання і переробки у свідомості людей відповідного досвіду поведінки, через який визначається той її варіант, що найшвидше веде до бажаних успіхів.

Соціальні норми регулюють поведінку, що має соціальний характер, пов'язану із взаємовідносинами між людьми, їхніми об'єднаннями, соціальними групами. Саме цим соціальні норми відрізняються від норм технічних, медичних, біологічних тощо, які встановлюють порядок поведінки людей зі штучними або природними об'єктами, а також явищами природи [39].

Соціальна норма – це необхідний і відносно стабільний елемент соціальної практики, який виконує роль інструмента соціального регулювання і контролю. «Соціальна норма, – зазначає Я.І. Гілінський, – визначає історично складену в конкретному суспільстві межу, міру, інтервал припустимої поведінки, діяльність людей, соціальних груп, соціальних організацій» [1].

Кожна людина свідомо чи несвідомо керується у своїй діяльності певними правилами, тобто зразками належної поведінки, її моделями. Ці правила різноманітні як за змістом (регулюють відносини людей у різних сферах громадського життя – побутові, сімейні, з приводу власності, здійснення політичної влади і т. д.), так і за способами виникнення (можуть установлюватися різними організаціями громадян, органами держави чи складатися історично, у процесі розвитку людства). Без існування правил, що регулюють поведінку людей, було б неможливе й існування самого суспільства.

Традиційно всі норми за предметом регулювання поділяються на дві великі групи:

- соціальні норми, що регулюють відносини між людьми, їхніми об'єднаннями;
- технічні норми, що регулюють відносини між людиною і природою чи технікою.

Найхарактернішою ознакою соціальних норм є нормативність: по-перше, вони є правилами поведінки, тобто вказують, як варто себе поводити в тій чи іншій конкретній ситуації; по-друге, вони є правилами загального характеру, для них характерна багаторазовість застосування, тривалість дії, невизначеність адресата (адресуються всім, хто може опинитись у визначених соціальними нормами умовах).

Соціальні норми служать для регулювання суспільних відносин. Вони є засобом соціального управління, необхідною умовою життя і розвитку суспільства. Дія соціальних норм забезпечує суспільний порядок.

Для того щоб суспільство могло існувати, люди повинні продовжувати свій рід, добувати продукти харчування, дотримуватися елементарних заборон. Вироблення відповідних правил поведінки (не вбий, не кради), таким чином, є свідомою вольовою діяльністю людей. Без регулювання відносин людство було б приречене на зникнення. Саме тому реалізація соціальних норм, тобто втілення їх у життя, забезпечується найперше свідомістю людей. У ситуації ж, коли сама людина не усвідомлює необхідності чинити правомірно, виконувати відповідні правила поведінки, її змушують це робити ті організації та соціальні групи, інтереси яких ці правила відображають. Якщо ж правила

поведінки встановлені державою, вони за необхідності можуть бути забезпечені силою всього апарату управління та примусу.

Соціальні норми надзвичайно різноманітні, оскільки різноманітні й регульовані ними суспільні відносини. Їх можна класифікувати за різними підставами, проте в теорії держави і права зазвичай виділяють соціальні норми за способами встановлення і забезпечення соціальних норм та за їхнім змістом.

За способом встановлення і забезпечення прийнято розрізняти:

- норми моралі – правила, що складаються відповідно до уявлень людей про добро і зло, справедливість та несправедливість, честь і безчестя тощо, тобто відповідно до моральних уявлень;
- звичаї (традиції, обряди, ритуали, ділові звичаї) – правила, що складаються історично і внаслідок їхнього багаторазового застосування людьми; звичаї колись були моральними або релігійними нормами, але з часом їхнє справжнє значення було забуто; люди, дотримуючись звичаїв, уже не говорять, гарний чи поганий той чи інший варіант поведінки, а поводяться певним чином за звичкою;
- корпоративні норми (норми організацій) – правила поведінки, які видають організації або які склались в організаціях, і поширюються на їхніх членів; корпоративні норми регулюють відносини всередині даної організації, порядок її діяльності, взаємини осіб, що входять до її складу; вони можуть бути виражені у статутах, положеннях, рішеннях таких організацій;
- норми права – правила поведінки, встановлені й забезпечувані державою.

За змістом або сферами відносин соціальні норми поділяють на:

- політичні норми (правила, що регулюють відносини з приводу здійснення політичної влади, управління суспільством);
- економічні норми (правила, що регулюють відносини з приводу виробництва й розподілу матеріальних благ);
- культурні норми (правила, що регулюють поведінку людей у невиробничій сфері суспільства; тут насамперед мова йде про норми, що регулюють творчу, спортивну та іншу діяльність щодо реалізації потреб індивіда);
- естетичні норми (правила, пов'язані з уявленнями про красу людських вчинків);
- релігійні норми (правила, що регулюють відносини віруючих між собою, з релігійними організаціями, релігійні обряди);
- техніко-соціальні норми (правила необхідного чи доцільного поведіння людей із природними об'єктами, знаряддями праці,

різними технічними пристроями, вибухівкою, отрутохімікатами) [2].

Особливо важливе місце у вказаній системі соціальних норм займають норми права. Проте, аби усвідомити їхні особливості, досить важливим є з'ясування питань співвідношення норм права з іншими соціальними нормами. При цьому відзначають їхню спорідненість, різницю та взаємодію.

Спорідненість норм права та інших соціальних норм полягає в тому, що всі вони (і норми права, і норми моралі, і корпоративні норми, і звичаї) відносяться до соціальних норм і мають загальні ознаки останніх. Їхній зміст у цілому обумовлений рівнем економічного та культурного розвитку суспільства. Окрім того, як норми єдиної спільноти, норми права та інші соціальні норми, що регулюють однакові суспільні відносини, не можуть значно відрізнятися одні від одних.

Різниця, що існує між нормами права та іншими соціальними нормами, встановлюється за такими критеріями.

1. *За походженням.* Так, норми права видаються державними органами, в той час як корпоративні норми виробляються відповідними організаціями, а норми моральності та звичаї виникають поступово у процесі розвитку суспільства.

2. *За формою вираження.* Норми права фіксуються в офіційно виданих органами держави нормативних актах, їхньою властивістю є формальна визначеність; такої властивості не мають інші соціальні норми, які існують або у свідомості суспільства чи окремих соціальних груп, або можуть бути записані у джерелах, що не мають офіційного характеру.

3. *За сферою дії.* Норми права регулюють відносини, що піддаються правовому регулюванню та об'єктивно його потребують. Це, як правило, найбільш важливі суспільні відносини. Інші соціальні норми також можуть урегулювати аналогічну сферу життя. Наприклад, охорона відносин власності здійснюється за допомогою багатьох соціальних норм. З одного боку, є відповідні статті Кримінального кодексу України, Кодексу України про адміністративні правопорушення, Цивільного кодексу України, у яких ці відносини отримали правове врегулювання. З іншого боку, існують моральні правила, відображені у суспільній правосвідомості, – «красти погано». Зрештою, існує й аналогічна корпоративна (релігійна) норма: «не вкради» – одна із заповідей християнського Декалогу. Але є відносини, які врегулюються лише нормами права, у той час як інші соціальні норми байдужі до них. У той же час норми моралі, звичаї і корпоративні норми регулюють відносини, які часто виходять за межі сфери правового

регулювання, як-от відносини дружби, товариства, певні побутові та сімейні відносини тощо.

4. *За територією дії.* Норми права поширюють свою дію на всіх осіб, що знаходяться в межах держави. Звичай і корпоративні норми мають локальний характер, тобто поширюються на відносно вузьке коло осіб (членів організації), а не на визначену територію. Багато норм моралі не знають державних кордонів, хоча моральні уявлення в різних країнах можуть значно відрізнятися.

5. *За ступенем деталізації.* Норми права, як правила поведінки в конкретних ситуаціях, відрізняються досить великим ступенем деталізації, водночас норми моралі не містять чітких і деталізованих правил, а є насамперед загальними принципами поведінки.

6. *За способом забезпечення.* За нормами права у випадку їхнього невиконання стоїть сила державного примусу, тоді як інших соціальних норм дотримуються і виконують їх добровільно, під впливом свідомості та внутрішнього переконання людей.

7. *За тенденціями розвитку.* Звичай і норми моралі з'явилися значно раніше права, вони більш консервативні, складаються не відразу і швидко не зникають. Право ж з'являється тільки на певному етапі розвитку суспільства, хоча в сучасних умовах у зв'язку з ускладненням стосунків між людьми роль і значення права, як ефективного засобу соціального управління, збільшується.

Взаємодія норм права та інших соціальних норм полягає в тому, що право має у своїй основі інші соціальні норми, базується на них. Пояснюється це тим, що індивідуальна свідомість людини складається у процесі розвитку переважно під впливом моральних, звичаєвих і корпоративних (наприклад релігійних) норм. Тому для того, щоб норми права діяли найефективніше, необхідно, аби вони базувалися на неюридичних категоріях та цінностях. Право має бути глибоко моральним, відповідати принципам справедливості, інакше воно не одержить визнання в суспільстві. Інші соціальні норми впливають на право як у процесі його творення, так і під час реалізації його приписів [3].

Висновки. Зрозуміло, що норма може накладати певні обмеження на діяльність особистості. Однак це стосується лише норм, що забороняють, а також різних табу. Є іншого роду норми, які дозволяють певні види діяльності. Але слово "певні" якоюсь мірою говорить і про обмеження. Загалом же можна сказати, що одні соціальні норми спрямовані на обмеження певних дій особистості, інші – на створення можливості бажаних для суспільства дій особистості.

Список використаних джерел:

1. Гишинский Я.И. Социология девиантного поведения как специальная социологическая теория / Я.И. Гишинский // Социологические исследования. – 2001. – №4. – С. 74–82.
2. Гуцуляк Н.М. Теоретичні підходи до розуміння понять «норма» та «девіація» в психології / Н. М. Гуцуляк, Н. Г. Рудюк // Наукові записки. Серія «Психологія і педагогіка». – Острог : Вид-во НАУ «Острозька академія», 2014. – Вип.7. – С. 74–82.
3. Штомпка П. Социология социальных изменений / П. Штомпка. – М., 2006. – 306 с.

Окара Юлія Юрїївна,

здобувач спеціальності «Соціальна робота»,
Рівненський інститут Університету «Україна»

Бацман Ольга Сергїївна,

завідувач кафедри соціальної роботи,
старший викладач кафедри соціальної роботи,

Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ФОРМИ ТА МЕТОДИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З ФОРМУВАННЯ РІЗНИХ ТИПІВ КОМУНІКАЦІЙ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ

Вступ. Зміна соціального статусу людини у старості, пов'язана з припиненням або обмеженням трудової та громадської діяльності, значне скорочення соціальних контактів, переживання труднощів у процесі соціально-побутової і психологічної адаптації до нових умов породжує серйозні соціально-психологічні проблеми, однією з яких є самотність, що виявляється у літніх людей, як правило, у двох аспектах: по-перше, як самотність соціально-побутова, що виникає внаслідок проживання літньої людини окремо від сім'ї і родичів, або взагалі відсутність таких; по-друге, як психологічна самотність, відчуття незатребуваності, непотрібності, виключності з життя соціуму.

Сучасна тенденція посилення планетарної комунікації загострює проблему самотності та порозуміння в цілому, а в останньому періоді онтогенезу – особливо.

Дослідження і публікації. На сучасному етапі вивчення етапів та стратегій старіння, проблем старості та особливостей життя людей похилого віку здійснюється дослідниками під різними кутами зору: психіатричний та психофізіологічний аспекти геронтології та геріатрії (Є. Авербух, Б. Греков, Я. Калин, Г. Лапіс, В. Фролькіс, Н. Шахматов та

ін.), психологічні особливості розвитку особистості у похилому віці (Л. Анциферова, З. Бутуєва, Г. Вайзер, М. Єрмолаєва, О. Краснова, К. Аримбаєва та ін.), соціальна геронтологія (В. Чайковська, В. Альперович, А. Айріян, Б. Бреев та ін.). До проблеми соціальної допомоги, підтримки та захисту людей похилого віку зверталися О.І. Холостова, А.Й. Капська, Б.Ц. Урланис, А.В. Мудрик, Р.С. Яцемирська, І.Г. Біленька та ін.

Виклад основного матеріалу. Практична соціальна робота з людьми похилого віку може здійснюватися на трьох рівнях:

1) індивідуальному – вирішення проблеми клієнта шляхом надання йому підтримки та заохочення розібратися у власних труднощах і подолати їх; процес індивідуальної роботи складається з кількох етапів: встановлення контакту, вивчення та аналізу проблемної ситуації, визначення цілей і завдань співпраці, здійснення запланованого, оцінки досягнутого;

2) груповому – наданні допомоги клієнту через передачу досвіду інших для розвитку його фізичних і духовних сил, формування соціальної поведінки;

3) у громаді – передбачає розвиток соціальних зв'язків у селі, мікрорайоні, колективі тощо, організацію системи взаємодопомоги та кооперації певної групи людей, розробку, впровадження та оцінку ефективності різних соціальних програм, що пов'язані з потребами чи інтересами населення.

Найбільшого поширення у практиці вітчизняних соціальних служб, які надають допомогу людям похилого віку, набули такі форми і методи соціальної роботи, як реабілітація та соціальний захист.

Соціальна реабілітація здійснюється для покращення психологічного стану людини з метою її адаптації до нових умов, швидшої соціалізації та профілактики негативних реакцій у майбутньому і передбачає: методи стимуляції спогадів або біографічного інтерв'ювання; методи трудової та громадської зайнятості; метод заохочення до праці на присадибних ділянках; залучення до роботи клубів за інтересами для людей похилого віку; залучення до волонтерської діяльності самих пенсіонерів, котрі допомагають доглядати інших – надають послуги вдома (приготування їжі, прання, прибирання, доставка обідів), у тому числі санітарного, гігієнічного характеру (допомога у прийомі ванни старою людиною, ін'єкції, перев'язки та ін.).

Форми організації соціальної роботи з людьми похилого віку такі: клуби за інтересами; денні центри; “ланчен-клуби”; “соціальні клуби” і “соціальні кафе”; будинки з обслуговування престарілих; клуби дозвілля

для пенсіонерів; організація дозвілля престарілих на природі, біля моря [1, 26.].

Головною метою соціальної роботи з особами похилого віку має бути забезпечення умов для активного способу життя, надання морально-психологічної підтримки, усунення конфліктних ситуацій, формування відчуття власної гідності, доцільності докладених зусиль і позитивної самооцінки, уникнення дестабілізуючих факторів життя. Успішними будуть проекти типу “Срібний вік”, “Нова професія”, “Мистецтво та здоров’я”, “Відпочинок за містом”, “Активне дозвілля”, “Забуті історії” та ін.. [2, 78–80].

У соціальній роботі з людьми похилого віку, спрямованій на підвищення соціальної активності, використовуються різні форми: виготовлення керамічних виробів, бальні танці, уроки самообслуговування, гра у бридж, гуртки живопису, оздоровчі заходи; консультації для родичів і близьких, які доглядають осіб літнього віку. Прикладом може бути створення соціальних проектів і програм діяльності ТЦ, метою яких є поєднання інтересів молоді та людей похилого віку. Така інтеграція відбувається шляхом творчої активності (участі у танцювальних, музичних, театральних гуртках), спортивної та оздоровчої діяльності (спеціальні програми для різних вікових груп), організації дозвілля в клубах за інтересами та рекреаційних центрах.

Пріоритетами в успішній реалізації соціальної роботи з літніми та старими людьми є:

- види соціально-культурної діяльності, орієнтовані на творчу активність особистості (танцювальні вечори, виступи аматорських колективів, концерти за участю самодіяльних ансамблів і хорових колективів);
- спортивна і фізкультурно-оздоровча діяльність (гра з м’ячем, туризм, катання на човнах, національні ігри, плавання) для зміцнення здоров’я, протистояння старінню організму, підтримання належної фізичної форми;
- створення “хобі-груп” на основі спільних художніх, естетичних, релігійних, літературних та інших інтересів, любительських і клубних об’єднань за інтересами, що урізноманітнюють палітру культурної діяльності людини;
- задоволення потреби в людському спілкуванні (дискусії, бесіди, прогулянки, що позитивно впливають на загальний стан здоров’я, життєвий тонус, психіку людини похилого віку) [2, 112–114].

Одним із видів соціальної роботи, спрямованої на задоволення соціальних потреб людей похилого, виступає клубна робота на базі Територіальних центрів соціального обслуговування пенсіонерів та

одиноких непрацездатних громадян (ТЦ). Участь у клубній роботі дає змогу клієнтам Територіального центру реалізувати свої творчі здібності, подолати дефіцит спілкування, підвищити самооцінку. Спільна клубна діяльність дуже важлива для учасників у психологічному плані: виникає почуття причетності, більшої впевненості в собі, позитивні емоції, підвищується комфортність, душевний стан у цілому.

Клубна робота включає такі види діяльності:

- спорт або різноманітну фізичну активність (роль глядача, учасника, тренера або якуа-небудь іншу організаційну діяльність);
- художню діяльність (живопис, малювання, літературну творчість);
- вироби (вишивання, в'язання, плетіння різних виробів й іншу ручну творчість);
- турботу про тварин;
- хобі (різноманітну діяльність за інтересами)
- дозвілєві свята, обряди, конкурси, фестивалі;
- відвідування музеїв, театрів, галерей, екскурсій;
- ділові, комерційні, логічні, інтелектуальні ігри і заняття (настільні ігри);
- спокійний пасивний відпочинок (перегляд телепередач, фільмів, читання літератури, прослуховування радіопередач);
- спорт, активний рух, екскурсії, ігри;
- спілкування з іншими людьми (телефонні розмови, написання листів, запрошень, організація і відвідування та інших розважальних заходів) [3].

При плануванні клубної діяльності пріоритет належить розвиваючим технологіям, пов'язаним із залученням людей старшого віку в різні види художньої, технічної і прикладної творчості. Вони забезпечують на них соціалізуючий вплив, який розширює можливості для самоствердження і самореалізації, соціальної адаптації й самоактуалізації.

У розпорядженні фахівців з організації клубів відпочинку та дозвілля, а також реабілітації наявні ігрові й розважально-ігрові (рухливі, малорухомі, театралізовані й ін.), художньо-видовищні, діалогічні (показ, розповідь, переказ, пояснення, ілюстрування), репродуктивні і творчо розвиваючі (тренінг, імпровізація), навчальні (вправи, повтор), проблемно-пошукові, інформаційні та інші технології [4].

При організації соціальної роботи з людьми старшого віку, спрямованих на їх активізацію, варто враховувати:

- особистість самої людини;
- відносини і контакти людей старшого віку з навколишнім середовищем, насамперед із сімейним мікросередовищем;

- культурно-дозвілєві форми і методи, що активно впливають на особистість літньої людини, на її соціальну реабілітацію і становище в суспільстві.

В організації соціальної роботи з людьми похилого віку необхідно враховувати всю специфіку їхнього соціального статусу не тільки в цілому, але й кожної людини окремо, їхні нестатки, потреби, біологічні й соціальні можливості, певні регіональні й інші особливості життєдіяльності, як-от фізичний і емоційний стан літньої людини, стан її зору, слуху, мобільності.

Ефективними засобами впливу на осіб похилого віку вважаються мистецтво терапія (арт-терапія), бібліотерапія, садотерапія, терапія спогадів [2, 88–89].

Мистецтвотерапія, або арт-терапія, включає музичну, хореографічну, театральну, художню творчість. До цього виду терапії можна також віднести ігротерапію, глинетерапію тощо.

Значущим при цьому є не конкретний результат, а саме творчий процес, у якому мистецтво виконує інтегруючу функцію. Наприклад, особливою продуктивністю (не лише в естетичному, а і в соціальному та індивідуальному аспектах) відзначаються художні проекти. Пластика, живопис, графіка поєднують самотніх людей літнього віку. Основною метою такої роботи є творчість учасників, яка приносить їм радість спілкування, задоволення життям, відкриває багатом нові перспективи.

Специфічними завданнями арт-терапевтичної роботи при цьому є подолання соціальної ізоляції, підвищення самооцінки людини похилого віку, створення умов для актуалізації її життєвого досвіду, визнання цінностей, реалізація нею свого творчого потенціалу. Безсумнівно значущість має соціальний контекст, у якому реалізується робота такого роду, зокрема часта самотність та ізольованість людей похилого віку, їхня беспорядність, відносна обмеженість матеріальних ресурсів суспільства для допомоги їм.

Надаючи соціально-психологічні послуги, представники соціальної служби мають звертати увагу на психологічний стан людини. Інколи люди пенсійного віку стають пригніченими, втрачають сенс життя. Це може, зокрема, трапитися через втрату життєвих цінностей. І тут у пригоді може стати так званий метод біографічного інтерв'ювання або стимуляції спогадів, який допоможе людині пенсійного віку усвідомити, що «життя не минуло марно». Його можна використовувати в роботі як з одним клієнтом, так і з групою. Джерелами спогадів можуть стати фотографії, старі платівки з піснями чи музикою, якісь сувеніри чи старі листівки, відвідування музеїв, спогади про ті чи інші знаменні події життя – навчання у школі, одруження, народження дітей, відпочинок на

морі, подорож тощо.

Особливу увагу слід звернути на людей пенсійного віку, які переживають втрату близької людини. І тут у пригоді мають стати відповідні методи соціальної роботи. Одним і найкращим з них є терапевтична короткотривала група. Можливість прийти до групи «Тяжка втрата» надзвичайно важлива для людини похилого віку, яка втратила дружину або чоловіка. Вона переживає почуття смутку, відчаю або навіть безпорадності й намагається знайти відповіді на запитання «Чому це сталося?», «Що робити далі?». Підтримка з боку родичів та друзів є інтенсивною впродовж трьох чи чотирьох тижнів, а потім слабшає, і людина ще більше відчуває свою самотність. Вона може відчувати, що інші не розуміють її тяжких переживань, коли хтось радить перебороти горе і припинити плакати. Тоді саме група може стати місцем, де можна висловити власні горе і смуток, не боячись осуду з боку інших, та звільнитися від тяжких переживань.

Призначення технологій активізації особистості – допомогти людям старшого віку оволодіти навичками спілкування, необхідними для адаптації в соціокультурному оточенні. Існують психологічні закономірності, що прискорюють інтеграційні процеси в суспільство, соціальну адаптацію. Важливо вміти вибрати і запропонувати старшій людині таке цікаве заняття, що не дозволяло б їй зосередитися на своїх хворобливих відчуттях і переживаннях. Найчастіше такі заняття пов'язані з прикладною художньою і технічною творчістю, а також з більш пасивними видами діяльності – читанням, переглядом телепередач, слуханням радіо і так далі. Завдяки цим заняттям у людей старшого віку поліпшується самопочуття, полегшується хворобливий стан.

Високу ефективність показують індивідуальні програми самореабілітації, що включають у себе систему різноманітних спеціальних тренінгів, що регулюють розумові і фізичні навантаження, інтенсивність яких зростає в міру поліпшення стану літнього пацієнта.

Прагнення до активних форм проведення вільного часу також сприяє соціальній адаптації, тоді як орієнтація на пасивно-споглядальні види дозвілля обумовлює зниження загального життєвого тону людей старшого віку, припускає поглиблення їхньої соціальної ізоляції. Подібна активність сприяє переходу їх від споживчої діяльності до продуктивної діяльності, до свободи вибору занять, які відповідають здібностям, задаткам і захопленням людини.

Висновки. Отже, для правильної організації дозвілля і відпочинку людей старшого віку необхідно виконати наступні вимоги: [6].

- 1) з'ясувати інтереси літньої людини; літній людині потрібно допомогти визначитися у виборі форми відпочинку та дозвілля,

- тому що багато людей не мають можливості розібратися в цьому питанні; перш ніж пропонувати людині старшого віку які-небудь заходи, варто уважно вивчити інтереси людини, показати їй варіанти можливих форм відпочинку, порадитися з членами її родини чи друзями;
- 2) розширити уявлення про відпочинок людини старшого віку, ділячись з нею досвідом та обговорюючи її проблеми;
 - 3) не ображати інтереси старших людей;
 - 4) оцінити колишні й теперішні інтереси та схильності людини старшого віку;
 - 5) визначити основні особливості діяльності, обрані людиною старшого віку;
 - 6) визначити способи модифікації й адаптації літньої людини, щоб полегшити її участь у проведенні дозвілля і відпочинку.

Список використаних джерел:

1. Соціальна геронтологія : методичні вказівки до вивчення курсу “Соціальна геронтологія” для студентів базового напрямку «Соціологія» спеціальності «Соціальна робота» / укл. Л.Є. Клос. – Львів : Видавництво Національного університету “Львівська політехніка”, 2005. – 44 с.
2. Петрова І.В. Проектування в соціально-культурній сфері : навчальний посібник / І.В. Петрова. – К. : НАУКМА, 2007. – 276 с.
3. Кабаченко Н.В. Соціальна робота з людьми похилого віку : методичні рекомендації щодо проведення навчального курсу / Н.В. Кабаченко. – К. : НаУКМА, 2002.
4. Бурно М.Е. Терапия творческим самовыражением / М.Е. Бурно // Медицина. – М., 1999.
5. Вітчизняний та зарубіжний досвід організації дозвілля людей похилого віку [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://osvita.ua/vnz/reports/culture/11085>

Онуфрей Ольга Петрівна,
здобувач спеціальності «Соціальна робота»,
Рівненський інститут Університету «Україна»

Бацман Ольга Сергіївна,
завідувач кафедри соціальної роботи,
старший викладач кафедри соціальної роботи,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

СОЦІАЛЬНА ІНТЕГРАЦІЯ НЕЧУЮЧИХ ТА СЛАБОЧУЮЧИХ ЛЮДЕЙ: ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ

Вступ. В Україні склалася і функціонує чітка система освіти осіб з вадами слуху, починаючи з дошкільних і закінчуючи середніми спеціальними та вищими навчальними закладами. Удосконалення ж системи освіти осіб із вадами слуху, оптимізація процесу їх особистісного становлення й подальшої адаптації в суспільстві безпосередньо пов'язані з проблемою білінгвізму.

Засоби спілкування нечуючих між собою та з їхнім оточенням є чи не найдискусійнішим питанням сурдопедагогічної теорії і практики на всіх етапах її розвитку. Існує воно й донині. Йдеться насамперед про роль та місце мови жестів і словесної мови та про їх взаємозв'язок. Значення кожного з цих засобів спілкування для розвитку особистості глухого порізно оцінювались і оцінюються нині сурдопедагогами-теоретиками та практиками. І хоча важливим є питання про те, коли виникла мова жестів як засіб спілкування і яке місце вона посідає в комунікації людського суспільства, не будемо вдаватися до історії. Зазначимо лише, що на сучасному етапі розвитку сурдопедагогічної теорії виділено дві форми мови жестів – розмовну і калькуючу. Кожній із них властиві певні граматичні закономірності.

Дослідження і публікації. Проблемі соціального статусу людини з вадами слуху приділяється досить багато уваги. Теоретично плідними для аналізу цієї проблеми можуть слугувати праці таких відомих учених, як М. Фуко, І. Гофман, А.Адлер, П. Бергер, Т. Лукман, Д. Зайцев, Ф. Армстронг, Л. Бартон, П. Бурдье, М. Вебер, Д. Вудрон, Є. Гіденс, Є. Дюркгейм, Г. Зімел, Д. Локвуд, Б. Малиновський, Р. Мертон, Ч.Мілс, Е. Нейо, Т Парсонс, П. Сорокін.

Виклад основного матеріалу. Розмовна жестова мова – самостійна кінетична система. У ній наявна така кількість жестів, яка необхідна для невимушеного неофіційного міжособистісного спілкування глухих. За допомогою розмовної жестової мови ведеться розмова на побутові теми,

про повсякденне життя. Ця мова безпосередньо пов'язана із ситуацією, на тлі якої відбувається розмова.

Дослідження показали, що розмовна жестова мова є не примітивною, а досить складною і своєрідною системою спілкування. Вона має широкий набір специфічних засобів для вираження різних морфологічних значень і синтаксичних зв'язків. Учні досить швидко оволодівають розмовною жестовою мовою.

Калькуюча жестова мова – це система спілкування, жести в якій супроводжують усну мову того, хто говорить. Жести при цьому виступають еквівалентом слів, а їх розташування відповідає будові речення у словесній мові. Цей вид жестової мови не має власної граматичної будови мови, а тільки калькує її. Означена мова є результатом взаємодії системи словесної мови і розмовної жестової мови. Значних успіхів в оволодінні калькуючою жестовою мовою досягають лише ті глухі, які мають досить розвинену словесну мову.

На всіх етапах розвитку сурдопедагогічної теорії і практики існували різні погляди щодо місця й ролі мови жестів у процесі навчання глухих – від визначення мови жестів як єдиного засобу спілкування, основного предмета та мети навчання до повної заборони її використання у навчальному процесі. Ці дві системи були відомими у всьому світі і знаходили своїх прихильників у тих чи інших країнах. Більше того, вони по-різному використовувались у школах однієї й тієї ж країни. Прикладом можуть слугувати спеціальні училища для глухонімих в Україні, що почали створюватись у першій половині ХІХ ст. за приватної ініціативи і на випадкові кошти. У зв'язку з відсутністю централізованого керівництва роботою цих навчальних закладів кожна школа проводила навчально-виховну роботу по-своєму. Це стосується і використання тих чи інших педагогічних систем і засобів спілкування [1, с. 8].

Загалом для вітчизняних сурдопедагогів характерним було визнання ролі жестової мови як допоміжного засобу навчання глухих. Такої думки сурдопедагоги дотримувалися до недавнього минулого. Навіть висувалися припущення, що в інтересах формування словесної мови і створення мовного середовища у всій організаційній роботі з глухими жестова мова повинна поступитися місцем словесній мові. Проблема використання мови жестів та мови слів, їхнього взаємозв'язку, місця і ролі, безумовно, потребує спеціальних експериментальних досліджень. Свого часу було проведене вибіркове дослідження, суть якого полягала у вивченні міри використання мови жестів на уроках та в позакласний час (дуже широко, широко, помірно, не використовується зовсім) [2].

Аналіз одержаних даних засвідчив, що немає жодної школи, у якій би не вживалася мова жестів як на уроках, так і в позаурочний час. Характерним при цьому є те, що жести мова використовується широко і лише в окремих випадках – помірно. Вона посідає значне місце як у молодших, так і в старших класах. Сурдопедагоги виявили різний підхід до оцінки її ролі і місця в педагогічному процесі. Деякі з них вважають, що мова жестів може використовуватись у процесі навчання глухих поряд з іншими засобами спілкування і навчання (усною, писемною і дактильною мовами), інші – в категоричній формі зазначають, що повинна широко використовуватись міміка (за звичною термінологією).

Мотивуючи необхідність її використання, педагоги наголошують на тому, що мова жестів потрібна на уроках під час пояснення нового матеріалу, оскільки вона допомагає учням сприйняти й усвідомити його зміст, зрозуміти значення окремих слів та нових висловів, сприяє збагаченню словника. У багатьох випадках називається і такий етап, як закріплення нового матеріалу, під час якого за допомогою мови жестів здійснюються систематизація й узагальнення вивченого.

Широко використовується мова жестів і в позакласній роботі. Йдеться практично про всі види і форми роботи – проведення прогулянок, екскурсій, різних розваг, шкільних свят, перегляд діафільмів і кінофільмів, обговорення книг, а також аналіз тих чи інших конфліктних ситуацій у виховній групі чи школі-інтернаті загалом [3, 43–44].

Неоднозначною є думка сурдопедагогів щодо використання мови жестів на різних етапах навчання глухих дітей. Одні вважають, що вона повинна широко використовуватись у молодших класах для встановлення контакту з дітьми на окремих уроках, зокрема читання. Інші, навпаки, зазначають, що на початковому етапі навчання головну увагу слід звертати на формування словесної мови в усіх її формах, а в середніх і старших класах – широко використовувати мову жестів. Це в першу чергу стосується уроків літератури, історії, географії, де досить великий обсяг інформації на кожному уроці, а також предметів математичного та біологічного циклів, де дається складний для засвоєння навчальний матеріал.

Особливий наголос сурдопедагоги роблять на тому, що мова жестів полегшує процес спілкування вчителів і вихователів з учнями, а також із батьками. Тут, як бачимо, йдеться про розмовну мову жестів. Окремі ж педагоги, хоч і не виділяють як окремий вид калькуючу мову жестів, підкреслюють, що після слова і поряд з ним повинен іти жест, що забезпечує якісне засвоєння матеріалу. Слід підкреслити, що ефективність використання мови жестів у процесі навчання глухих різних вікових категорій також потребує спеціального експериментального

дослідження. Поки що ж мова жестів не поступається місцем словесній мові і не вдається ні заборонити, ні «вигнати» цей засіб спілкування, як пропонувалося окремими сурдопедагогами. І це, очевидно, цілком закономірно.

Варто зазначити, що проблема використання мови жестів у процесі навчання глухих своєрідно вирішується в кожній країні світу. Вона безпосередньо пов'язана з питаннями соціально-трудової адаптації та інтеграції нечуючих. У сучасній зарубіжній сурдопедагогіці мають розвиток різні теорії. Про це, зокрема, свідчать матеріали міжнародної наради з проблеми "Альтернативні підходи до навчання дитини", яка відбулася під егідою ЮНЕСКО. Основними напрямками були такі, як «моралізм» (пряме продовження класичного "чисто усного методу"), "мейнстрімінг" (заперечення спеціального навчання учнів з вадами слуху й обґрунтування необхідності навчання глухих у звичайних школах у середовищі нечуючих), "тотальна комунікація" та ін. Питання використання мови жестів неодноразово розглядалося на Міжнародних конгресах Всесвітньої федерації глухих (ВФГ). Так, на науковій конференції XI конгресу ВФГ (1991, Японія) висвітлювався досвід роботи в кількох країнах світу. У Данії, наприклад, чітко розмежовується розмовна жестова та калькуюча мови. Розмовна жестова мова визначається "початковою" мовою і засобом спілкування, а словесна (усна і писемна) дається як друга мова. У дошкільному віці проводиться інтенсивне навчання мови жестів, а в школі – вивчається і її граматики. У Швеції активно досліджується проблема використання та взаємозв'язку мови жестів і словесної мови в усній і писемній формі. Словесна мова також визначається другою мовою [4, 25–26].

Слід підкреслити, що Всесвітня федерація глухих приділяє постійну увагу проблемі формування засобів спілкування нечуючих як важливій умові для соціальної адаптації їх у сучасному суспільстві. Комісія зазначає, що під час навчання у спеціальній школі обов'язковим є вивчення мови жестів. Глухі, як правило, володіють двома мовами – мовою жестів і державною мовою своєї країни (в писемній та усній формах). Саме двомовність відповідає меті повноцінної комунікації. Комісія визначила мову жестів як першу мову, а державну – як другу. Мову жестів рекомендовано вивчати у шкільному курсі як постійний предмет.

Розглядаючи проблему білінгвізму, не можна не згадати й Міжнародну конференцію з білінгвістичного навчання глухих дітей, яка відбулася 1996 р. в Москві, де зазначалося, що в більшості країн до останнього часу продовжувалося навчання глухих за усним методом, який не забезпечує належних результатів їхнього розвитку. І найбільш

перспективним є саме білінгвістичне навчання. Це новий підхід до оцінки мови жестів як повноцінної лінгвістичної системи. У багатьох країнах світу мова жестів визнана державною національною мовою. Процес навчання глухих у спеціальних школах проводиться на основі широкого використання мови жестів та словесної мови, що вносить докорінні зміни в його організацію та дає вагомий ефективний результат щодо загального розвитку нечуючих учнів. Створюються нові типи закладів, що працюють на білінгвістичній основі.

Розроблені державні програми білінгвістичного навчання глухих (Голландія, Норвегія, Португалія, Фінляндія, Великобританія та ін.). Водночас слід звернути увагу на одну досить важливу обставину. З огляду на високу оцінку мови жестів у міжнародному плані виникає певна загроза щодо зменшення уваги до розвитку словесної мови у глухих. Деякі сурдопедагоги дещо критично ставляться до процесу навчання і формування словесної мови в осіб з вадами слуху як досить складного і не завжди результативного.

Утім, аналіз одержаних даних від власне нечуючих в основному спростовує таке бачення. Особи з порушеннями слуху, широко користуючись мовою жестів, водночас дають високу оцінку і підкреслюють необхідність вивчення словесної мови та користування нею. Так, близько 90% глухих і понад 95% слабочуючих (загалом дослідженням було охоплено понад 400 дорослих осіб з порушеннями слуху) на питання "Чи потрібна нечуючим словесна мова?" дали ствердні відповіді, найпоширенішими з-поміж яких були такі: "Життя змушує спілкуватися з чуючими", "Це підвищує інтелект людини", "Щоб підвищувати свій інтелектуальний рівень і мати можливість вільного спілкування з оточуючими", "Бути нарівні з чуючими", "Відчувати себе повноціннішим", "Щоб спілкуватися з чуючими і виховувати дітей", "Щоб уміти себе захистити", "Щоб без сторонньої допомоги вирішувати всі проблеми" тощо [5, 90–91].

Оскільки для нечуючих все ж характерною є своєрідна двомовність, очевидно, доцільно удосконалювати і формувати як мову жестів, так і словесну мову. Ці засоби спілкування тісно пов'язані між собою, виконують різні функції і виступають необхідною умовою для забезпечення різнобічного розвитку особистості та оптимальної соціально-трудової адаптації нечуючих, які перебувають як у колективах осіб з порушеннями слуху, так і серед чуючих.

У цьому контексті та з метою забезпечення конституційних прав особам з особливостями психофізичного розвитку, зокрема з порушеннями слуху, Інститут спеціальної педагогіки АПН України розпочав підготовку до започаткування експерименту щодо введення

жестової мови (як навчального предмета) в кількох спеціальних школах-інтернатах для глухих та вивчення решти предметів за білінгвістичним методом, що має позитивно позначитися на якості підготовки юнаків і дівчат з порушеннями слуху до самостійного життя та на процесах їхньої соціально-трудової адаптації. Надання можливості нечуючими унормоване, вивчати жестову мову продиктовано також Законом "Про основи соціальної захищеності інвалідів в Україні" (ст. 23), Резолюцією 48/96 стандартних правил ООН щодо урівняння можливостей інвалідів, прийнятих Генеральною Асамблеєю ООН (розділ II, п. 7), а також резолюціями I Всеукраїнської конференції з історії навчання глухих та I Всеукраїнської конференції з реабілітації нечуючих, у яких одним з першочергових завдань визначено активне вивчення національної жестової мови глухих і запровадження її в навчальний процес спецшкіл для нечуючих дітей.

Унормоване вивчення жестової мови та її використання в умовах спеціальних шкіл-інтернатів позначиться найближчим часом як на якості підготовки нечуючих випускників, так і процесі їхнього подальшого навчання, в тому числі в умовах вузу.

Сучасний науково-технічний прогрес у галузі обчислювальної техніки характеризується наявністю надпотужної елементної бази і надвеликих обсягів пам'яті, загальною доступністю бездротових широкополосних мереж, використанням високороздільних екранів, розробкою нових людино-комп'ютерних інтерфейсів. Саме побудова нових засобів взаємодії користувача з комп'ютером у способах і формах звичних для людини є наразі одним із ключових завдань, які стоять перед дослідниками. У цьому сенсі викликають значний інтерес і науковців, і розробників технічних засобів методи передачі інформації за допомогою рухів людини. Важливість такого способу спілкування підтверджується науковими дослідженнями, які стверджують, що з трьох основних форм комунікації – текстової, голосової, жестової – на текстову форму припадає 7%, на голосову – 38%, а решту 55% займає передача інформації динамічною зміною положення тіла, рук, пальців людини, мімікою та артикуляцією обличчя, пантомімікою. Стів Балмер, генеральний директор компанії Майкрософт, відзначав: «... Уже є розробки, які можуть розпізнавати голос і написані слова. Ми вже бачимо появу інтерфейсів, які керуються за допомогою рук і жестів...». Такий природний інтерфейс користувача буде домінантним, залишаючи незручній і неефективній взаємодії людини з комп'ютером через «мишу» і клавіатуру з її прив'язкою до мовної розкладки допоміжну роль. Надалі спілкування з комп'ютерами буде дедалі більше схоже на спілкування з людьми. Звичайно, важко уявити, що будуть створені спеціально для цієї

мети механічні засоби відображення рухів, але те, що будуть розроблені програмні засоби для моделювання, розпізнавання рухів людини і відповідне програмне забезпечення для інтерпретації їх комп'ютером чи іншими приладами, не викликає сумнівів. Уже зараз компанія Майкрософт випускає сенсорний контролер, що дозволяє розпізнавати голос і рухи людини [6].

Іншим надзвичайно важливим складником передачі інформації за допомогою рухів є спілкування жестовою мовою людей з вадами слуху як між собою, так і з іншими людьми в образах і способах, близьких і зрозумілих для всіх. Згідно зі статистикою Всесвітньої асоціації глухих, 4 – 10% населення Європи страждають від проблем зі слухом. У Законі України «Про внесення змін до деяких законів України щодо захисту прав інвалідів» від 22 грудня 2011р. сказано, що «...жестова мова, як природна мова осіб з порушеннями слуху, є засобом спілкування та навчання і користується захистом держави...», а органи державної влади «...гарантують збереження, вивчення і всебічний розвиток жестової мови, її використання як засобу виховання, навчання, викладання, спілкування і творчості; забезпечують підготовку працівників органів соціального захисту населення, правоохоронних органів, органів пожежної безпеки, аварійно-рятувальних служб, закладів охорони здоров'я тощо з оволодіння необхідними навичками спілкування жестовою мовою; створюють умови для проведення наукових досліджень жестової мови...». В Україні близько 0,4 млн. людей з вадами слуху, а нагальна потреба знати жестову мову є у понад 5 млн. людей. Навчання дітей цієї категорії здійснюється у 59 спецшколах та 20 університетах, зокрема, групи глухих студентів навчаються в НТТУ «КПІ», університеті «Україна» та ін., а також створені передумови для запровадження інклюзивного навчання в загальноосвітніх навчальних закладах. Програмно-методичне забезпечення для вивчення жестової мови розробляють науковці Інституту спеціальної педагогіки АПН України, Українського товариства глухих, інших державних і громадських організацій [93]. Ця проблема має велике соціальне значення, оскільки незнання й невикористання жестової мови не дозволяє залучити до активного громадського життя таку велику кількість людей. Більше того, проблеми зі слухом не впливають важливим чином на фізичний, інтелектуальний, психологічний та інші стани людини, тому залучення цих людей у виробничі відносини матиме великий економічний ефект.

Сучасні засоби для вивчення жестової мови не випрацювані повною мірою. Розвиток сучасної науки, комп'ютеризація суспільства, використання мультимедійних та Інтернет-технологій створили достатні умови для розробки таких систем комунікації. В Інституті кібернетики

імені В. М. Глушкова НАН України разом з науковцями нашого університету вперше в Україні розроблено інформаційні технології для віртуального спілкування людей з вадами слуху, які складаються з таких структурних частин: перекладу звичайного тексту жестовою мовою глухих; анімації процесу відтворення жестової мови з використанням віртуальних моделей людей; анімації міміки обличчя з урахуванням психоемоційних складників при відтворенні жестової мови; розпізнавання тексту, що вимовляється, за зміною міміки губ, розпізнавання жестових одиниць мови, анімації дактильної жестової мови. Переваги створеної технології полягають у реалізації жестової мови на просторових моделях людини з можливостями точної передачі рухів людини-носія жестової мови. Створено просторову модель конкретної людини, яка здійснює сурдопереклад новин на телебаченні. Це дозволило подолати психологічний бар'єр сприйняття жестової інформації та досить легко і швидко зрозуміти та запам'ятати як сам жест, так і інформацію, яка ним передається. Відзначимо, що перенесення рухів, які відображають жестову інформацію, на модель є дуже складним і важкореалізовним завданням, яке вимагає значних ресурсів. Власне, потужності і ресурсні можливості сучасних комп'ютерних засобів дозволили реалізацію такої технології.

За своїми можливостями розроблена інформаційна технологія відповідає світовим стандартам і дозволить повністю реалізувати систему жестів української мови (близько 5 тисяч жестів), а також може бути основою для створення систем моделювання жестів інших мов – російської, польської та ін. Ця розробка може бути взята за стандарт української жестової мови для затвердження державними органами як офіційної державної мови. Наразі елементи цієї системи, зокрема дактильна жестова мова, проходять стадію впровадження в ряді спеціалізованих шкіл-інтернатів для дітей з вадами слуху і мають схвальні відгуки від викладацького складу та дітей. Упровадження такої технології в навчальних закладах та в усіх зацікавлених організаціях дозволить вирішити проблему вивчення жестової мови в Україні.

Хотілося б відзначити ще одну важливу особливість жестових мов спілкування – велику схожість показу і подібність інтерпретації інформації, що передається жестовими мовами різних народів. Наприклад, дослідження дактильних абеток (кожна буква звичайної абетки має своє зображення за допомогою пальців рук людини) десяти різних мов показало, що на 80% вони схожі. Що ж до жестових мов, то тут також, за різними оцінками, від 30 до 60 відсотків жестів схожі між собою. Це пояснює той факт, що люди з вадами слуху, наприклад, з Німеччини й України, швидше зрозуміють одне одного використовуючи

спілкування своїми жестовими мовами, ніж люди, які добре чують спілкуючись між собою відповідно німецькою та українською мовами [7, 51].

Висновки. Звідси напрашується важливий висновок про те, що в перспективі жестова мова може бути мовою міжнаціонального спілкування, свого роду есперанто, знаючи яку можна вільно подорожувати світом. Частину жестів розумітимуть комп'ютери, а це дозволить зробити людино-комп'ютерний інтерфейс зручнішим, приємнішим і простішим. Отже, численні дослідження і реалії життя засвідчують, що жестова мова є рідною мовою нечуючих людей. Вона є повноцінною і багатомовною. Жестова мова – одна з природних мов людства, не краща і не гірша за будь-яку словесну мову.

Список використаних джерел:

1. Дікова-Фаворська О. М. Специфічні групи осіб з обмеженими можливостями здоров'я у фокусі соціології : монографія / О.М. Дікова-Фаворська. – Житомир : «Полісся», 2009. – 488 с.
2. Концептуальні аспекти інклюзивної освіти. Інклюзивна школа: особливості організації та управління : навчально- методичний посібник / А.А. Колупаєва, Ю.М. Найда, Н.З. Софій [та ін.]. – К. : «Знання» 2007. – 128 с.
3. Вигдорчик Н. А. Теория и практика социального страхования / Н. А. Вигдорчик // Теоретические основы социального страхования. – 3-е изд.– М. ; Петроград : Книга. – 2003. – Вып. 1. – 151 с.
4. О некоторых аспектах комплексного подхода к обучению и социальной реабилитации инвалидов [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://infourok.ru/nekotorie-aspekti-novih-podhodov-k-professionalnomu-obrazovaniyu-invalidov-i-lic-s-ogranichennimi-vozmozhnostyami-zdorovya-1149050.html>
5. Історія розвитку жестів [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://surdopedagogika.com/zesty.html>.
6. Суд проти дискримінації інвалідів або як держава піклується про нечуючих людей [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://i-law.kiev.ua/?p=335>
7. Жестова мова й сучасність: зб. наук. праць / відп. за випуск С. В. Кульбіда. – К. : Актуальна освіта. – 2006. – Випуск 1. – 176 с.

Павловська Яна Володимирівна,
студентка 4 курсу спеціальності «Соціальна робота»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Глоба Сергій Миколайович,
старший викладач кафедри соціальної роботи,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

СІМЕЙНЕ НАСИЛЬСТВО НАД ЖІНКАМИ: СУЧАСНИЙ СТАН ПРОБЛЕМИ

Постановка проблеми. В Україні питання насильства стосовно жінок у родині стали предметом публічного обговорення протягом останніх років. За даними зарубіжних соціологічних досліджень, 97% жертв насильства в сім'ї – жінки [6]. За результатами вітчизняних соціологічних опитувань, 70% жінок в Україні підпадають різним формам приниження і знуцання в родині, стосовно 20% жінок ці знуцання здійснюються постійно [3].

Через відчуття сорому, яким супроводжуються будь-які види домашнього насильства, а також через певні традиції жінки утримуються повідомляти про скоєні факти насильства. Відтак, зменшується кількість зареєстрованих фактів подібних злочинів, ускладнюється процес захисту жінок.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема сімейного насильства вивчається в різних системах та у взаємовідносинах між різними категоріями людей, зокрема, як: насильство в сім'ї (О. Бойко, Т. Голованова, М. Коваль, Л. Міщик, Дж. Робертсон та ін.), насильство стосовно жінок та людей похилого віку (О. Моховіков, О. Шинкаренко та ін.); насильство щодо дітей та підлітків (О. Кочеміровська, В. Ролінський, І. Сарженко, І. Хозраткулова та ін.)

Формулювання цілей статті. Мета дослідження полягає у з'ясуванні причин подружнього насильства над жінками з огляду на аналіз результатів емпіричних досліджень, проведених у зарубіжних країнах та в Україні.

Виклад основного матеріалу дослідження. Проблема сімейного насильства посідає важливе місце у багатьох науках. Її дослідженнями займаються фахівці різних галузей – соціологи, психологи, юристи. Для з'ясування гостроти проблеми сімейного насильства над жінками були проаналізовані результати емпіричних досліджень з даної проблеми, що проводились в Україні та зарубіжних країнах.

За даними L. Heise, M. Ellsberg, M. Gottmoeller, у різних країнах частка потерпілих жінок від сімейного насильства коливається в межах від 10 до 50% [7].

У Звіті ООН про розвиток людини за 2014 р. наводиться частка жінок у деяких країнах світу, які зазнали насильства (дані зібрані Університетом імені Джона Хопкінса): Нова Зеландія (2014 р.) – 35%, Барбадос (2013 р.) – 30%, Колумбія (2013 р.) – 19%, Республіка Молдова (2014 р.) – 14%, Філіппіни (2013 р.) – 10%. Як бачимо, навіть в економічно високорозвинених країнах частка жінок, які потерпають від насильства, є великою. Так, за даними репрезентативного дослідження, проведеного в Німеччині 2013 р., серед жінок (опитано понад 10000 респонденток), які зазнали фізичного насильства, 50,2% вказали як на кривдника саме на партнера, колишнього партнера чи коханця [9, 13].

Проведені дослідження свідчать про те, що жінки більшою мірою зазнають насильства в сім'ї, ніж чоловіки. У ході British Crime Survey було з'ясовано, що фізичне насильство насамперед стосується жінок віком від 16 до 29 років і від 45 до 59 років, сексуальних нападів зазнають жінки віком від 16 до 24 років і від 35 до 59 років, психологічного насильства – жінки від 35 до 59 років. За моніторинговими даними Департаменту юстиції США, жінки у віці 16 – 34 років піддаються домашньому насильству найбільше. Чорношкірі жінки та чоловіки потерпають частіше від насильства, ніж білошкірі.

За даними досліджень департаменту юстиції США, близько 95% жертв насильства в родині становлять жінки. Кожна друга жінка протягом життя потрапляє в ситуацію, пов'язану з насильством. Жінки в 6 раз частіше стають жертвами злочинів, скоєних близькими людьми. 50% усіх безпритульних жінок та дітей рятуються від насильства в сім'ї.

Схожа картина спостерігається в Україні. Сімейні конфлікти і насильство в сім'ї виникають як у матеріально заможних сім'ях, так і в сім'ях із середнім і низьким достатком; як в освічених сім'ях, так і в малограмотних родин.

При проведенні досліджень з'ясовувалося питання впливу умов життя, соціального статусу жертви та кривдника. Вивчення кримінальних справ, що проведене в сучасній Україні, свідчить: переважна більшість розглянутих злочинів була скоєна у квартирах і приватних будинках. Результати дослідження В. Лобанова заперечують доволі поширену думку про те, що сімейно-побутові злочини частіше за все вчинюються за наявності тяжких житлових умов у злочинців або потерпілих – 2/3 осіб, що вчинили злочин, мали задовільні житлові умови. Певний виняток становить четверта частина порушників, які мешкали в загальних комунальних квартирах, у гуртожитках чи приватних квартирах [4].

Підсумки опитувань населення у США протягом 2014 – 2015 рр. у межах National Crime Victimization Survey засвідчили такі тенденції щодо чинників насильства в сім'ї: чим менший дохід домогосподарства, тим

частіше відбувається насильство (як стосовно жінок, так і стосовно чоловіків). У містах частка жінок, які страждають від насильства з боку інтимного партнера, є більшою. У США жінки і чоловіки, які наймають квартиру, більшою мірою зазнають домашнього насильства, ніж власники житла.

У свою чергу, британські кримінологи з'ясували, що низький прибуток домогосподарства позначається на чоловікові, який частіше набуває статус потерпілого від фізичного насильства (для жінок з будь-яким доходом домогосподарства спостерігається ризик стати жертвою). Якщо партнери – чоловіки жінок – отримують низьку або, навпаки, дуже велику заробітну платню, це сприяє вчиненню фізичного насильства. Окреме проживання жінок пов'язане з вчиненням проти них фізичного або психологічного насильства, сексуальних нападів.

У дослідженні Д. Шестакова виявлено, що убивцями дружин є переважно робітники, а чоловіків – особи, які не працювали і не навчалися. При цьому освіта злочинців обмежувалася початковим рівнем або неповним середнім чи середнім. На підставі аналізу сучасних емпіричних даних Б. Головкін називає такі визначальні риси злочинця у сфері сімейних стосунків, як середній освітянський рівень та паразитичний спосіб життя, відсутність роботи [4, 7].

Результати British Crime Survey засвідчили, що структура домогосподарства з одиноким дорослим та дитиною (дітьми) виступає фактором ризику стати жертвою фізичного та психологічного насильства, сексуальних нападів, спрямованих проти жінок. Заміжні жінки частіше зазнають фізичного та психологічного насильства, сексуальних нападів з боку інтимного партнера. Одинокі жінки більшою мірою потерпають від фізичного насильства і сексуальних нападів. Ризик зазнати фізичного насильства вищий у категорії вдовиць, фізичного та психологічного насильства – у розлучених жінок. Опитування населення США протягом 2013 – 2015 рр. показують, що за сімейним статусом найбільшою мірою наражаються на насильство з боку інтимного партнера розлучені жінки або жінки, які ніколи не виходили заміж, та розлучені чоловіки. Як зазначає Д. Шестаков, проживання подружжя з родичами дружини робить останню віктимнішою порівняно з проживанням з родичами чоловіка.

Так званий «індивідуально-психологічний підхід» знаходить підтвердження також у новітніх зарубіжних та вітчизняних емпіричних дослідженнях. Німецький кримінолог Г. Шнайдер докладно описує невід'ємні риси злочинця, який вдається до насильства: егоїзм, егоцентризм, агресивність, зневага до інтересів і думок інших людей, намагання за будь-яку ціну здійснити власні мрії; особливо вразливий до

такої поведінки інших, коли його недоторканість і мужність ставиться під сумнів. Насильством він домагається поваги, а повага для нього – критерій особистої самооцінки [8, 30]. І для жінок, які зазнали насильства, і для чоловіків, які його вчинили, спільними є такі риси: низька самооцінка, дотримання традиційних уявлень про родину, про підпорядковану роль жінки в сім'ї та суспільстві, про «жіноче призначення», обоє поділяють міф про насильницькі стосунки. Український психолог І. Грабська зазначає, що чоловіки, які ображають своїх жінок, як правило, не відрізняються від інших чоловіків з дисгармонічних сімей за шкалами ММРІ, хоча у певної частини з них спостерігаються такі особливості, як низький контроль імпульсів, депресивні стани, розлад уваги, певні органічні синдроми. Отримані дані дозволяють зробити висновок, що психопатологія є передумовою, а не причиною образливої поведінки [5, 21].

Певним чином виникнення насильства в сім'ї пов'язане і з вадами фізичного стану особи. У результаті віктимологічного опитування, проведеного у Великій Британії, виявлено, що поганий, посередній або добрий стан здоров'я є релевантним щодо фізичного та психологічного насильства, спрямованого проти жінок. Варто також звернути увагу і на різницю сексуальних темпераментів партнерів по шлюбу, що за умови інших соціально-психологічних проблем слугує конфліктогенним чинником. Дослідження Д. Топалова (опитано 100 подружніх пар із сексуальною дезадаптацією і 150 пар молодих людей, що беруть шлюб) засвідчило, що у пацієнтів з істероїдним, астенічним та психастенічним типами характеру мали місце суттєві розбіжності показників маскуліності на рівні Я-концепції та біогенному рівні, що свідчить про статево-рольову дискордантність, яка призводить до виникнення внутрішньоособистісного конфлікту, що, у свою чергу, сприяє розвитку подружньої дезадаптації. А при подружній дезадаптації виявилось порушення виконання практично всіх функцій сім'ї, особливо емоційної, сексуально-еротичної та рольової; як добре або задовільно оцінювалося подружжям лише виконання репродуктивної функції.

British Crime Survey висвітлило такий важливий чинник, як соціальний капітал, що виражається в наявності друзів та родичів, які могли б залишитися з жертвою на короткий проміжок часу: у жінок, у яких немає таких друзів чи родичів, збільшується ризик зазнати фізичного чи психологічного насильства. В урбанізованій місцевості, де спостерігається послаблення дії соціального контролю, також вищою є ймовірність домашнього насильства проти жінок і сексуальних нападів на них.

У психологічній площині конфлікти залежать від підготовленості до шлюбу, здатності подружжя до міжособистісного пристосування, наявності емоційної близькості між подружжям, узгодженості оцінок і самооцінок подружжя.

Дослідження Д. Шестакова довело, що в центрі внутрішньосімейних суперечностей лежить боротьба подружжя за головування. Основними позиціями та орієнтаціями, що викликають суперечності і призводять до насильства в сім'ї, є:

- конкуренція за лідерство у сім'ї, авторитарні тенденції;
- розподіл сімейного бюджету;
- розподіл домашніх обов'язків;
- одноосібна пріоритетність рішення з низки інших важливих питань (наприклад народження дитини);
- прагнення до автономності, відстоювання права на окреме від шлюбного партнера особисте життя, розходження поглядів на мораль у сфері сексуальних стосунків, конфлікти на ґрунті подружньої невірності (зокрема, подружжя невірність збільшує віктимність у жінок більше, ніж у чоловіків).

Низка вітчизняних та іноземних досліджень засвідчили негативну дію алкоголю та наркотиків, інших негативних пристрастей та шкідливих звичок на розвиток конфліктів та прояви насильства в сім'ї. Залежність від алкоголю є не лише ситуативною детермінантою конфлікту – алкоголь здійснює негативний вплив на господарську сферу життєдіяльності в сім'ї (за даними Ф. Лопушанського, близько половини правопорушників, маючи гідний заробіток, матеріально не забезпечували сім'ю, витрачаючи його на алкоголь), морально-психологічний та фізіологічний стан її членів [1, 109–110]. Чоловіки частіше зловживають спиртним, ніж жінки. Кримінологи з'ясували також, що часто алкоголь вживають і кривдник, і жертва (або особи, які спільно з ними мешкають) [2, 17].

Варто наголосити, що в реальному житті спостерігається комбінація тих чи тих факторів, їхній зв'язок. Вельми продуктивним у науковому плані є виокремлення комплексних профілів кривдника та жертви. Взаємодія кривдника і жертви, а також соціальна структура з притаманними їй нормами та інститутами відіграють визначальну роль у механізмі детермінації насильства в сім'ї. За результатами аналізу емпіричних даних такі типології запропоновані, зокрема, і українськими ученими (Б. Головкіним, О. Шинкаренком, Л. Крижною). А український соціолог О. Бойко запропонував диференціацію сімейної організації неблагополучних сімей на конфліктні, кризові, проблемні, невротичні та два додаткові види (частково дезорганізовані та неконфліктні). За

результатами опитування, більшість фактів насильства зафіксовано саме в конфліктних сім'ях. Зазначимо, що в таких сім'ях невіршеними залишаються питання, котрі пов'язані як з об'єктивними соціально-економічними труднощами (відсутність належних умов життя), так і з психологічними особливостями комунікації і станом здоров'я.

Висновки. За результатами проведеного аналізу емпіричних досліджень проблеми сімейного насильства над жінками були з'ясовані основні чинники цього соціального явища як в Україні, так і в зарубіжних країнах.

Встановлено, що навіть в економічно високорозвинених країнах частка жінок, які потерпають від насильства, є великою.

Жінки більшою мірою зазнають насильства в сім'ї, ніж чоловіки. Кожна друга жінка протягом життя потрапляє в ситуацію, пов'язану із насильством.

Сімейні конфлікти і насильство в сім'ї виникають як у матеріально заможних сім'ях, так і в сім'ях із середнім і низьким достатком; як в освічених сім'ях, так і в малограмотних родинах.

При проведенні досліджень з'ясовувалося питання впливу умов життя, соціального статусу жертви та кривдника. Знайшла заперечення доволі поширена думка про те, що сімейно-побутові злочини частіше за все вчинюються за наявності тяжких житлових умов у злочинців або потерпілих. Дві третини осіб, що вчинили злочин, мали задовільні житлові умови.

Засвідчені такі тенденції щодо чинників насильства в сім'ї: чим менший дохід домогосподарства, тим частіше відбувається насильство; у містах частка жінок, які страждають від насильства з боку інтимного партнера, є більшою; чоловіки, які ображають своїх жінок, як правило, не відрізняються від інших чоловіків з дисгармонічних сімей за шкалами ММРІ, хоча в певній частині з них спостерігаються такі особливості, як низький контроль імпульсів, депресивні стани, розлад уваги, певні органічні синдроми.

Важливим чинником є соціальне оточення, що виражається в наявності друзів та родичів, які могли б залишитися з жертвою на короткий проміжок часу: у жінок, у яких немає таких друзів чи родичів, збільшується ризик зазнати фізичного чи психологічного насильства.

В урбанізованій місцевості, де спостерігається послаблення дії соціального контролю, також вищою є ймовірність домашнього насильства проти жінок і сексуальних нападів на них.

Список використаних джерел:

1. Абрамова Г. С. Введение в практическую психологию / Г. С. Абрамова. – Екатеринбург : Деловая книга, 2015.
2. Айви А. Психологическое консультирование и психотерапия / А. Айви, М. Айви, Л. Саймэн-Даунинг. – М., 2010.
3. Волинець Л. Права дитини в Україні: Проблеми та перспективи / Л. Волинець ; Український інститут соціальних досліджень; Інститут дитинства. – К. : Логос, 2000. –74 с.
4. Глэддинг С. Психологическое консультирование / С. Глэддинг. – СПб. : Питер, 2012.
5. Грабська І.А. Насильство у подружніх стосунках: зарубіжний досвід досліджень та консультування / І.А. Грабська // Практична психологія та соціальна робота. – 2012. – №9.
6. Інформаційний збірник з питань попередження насильства в сім'ї / укладач Л. Лясковська. – К., 2003. – 48 с.
7. Карагодіна О.Г. Релігійний анамнез у структурі діагностичного опитування осіб з психічними розладами та психологічними проблемами : навч. посіб. / О.Г. Карагодіна. – К., 2011. – 64 с.
8. Проект "Проблемы женщин в Украине" (Отчет об исследовании) / Всемирный банк. Киевский международный институт социологии. – К. : Логос, 2011. – 247 с.
9. Соціальна робота в Україні. Практична психологія у соціальній роботі. – К. : ДЦССМ, 2013.

Полянська Наталія Сергіївна,

здобувач спеціальності «Соціальна робота»,
Рівненський інститут Університету «Україна»

Бацман Ольга Сергіївна,

завідувач кафедри соціальної роботи,
старший викладач кафедри соціальної роботи,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

МАТЕРИНСТВО ЯК СОЦІАЛЬНИЙ ФЕНОМЕН

Вступ. Материнство – одна з найбільш складних і малоопрацьованих галузей сучасної науки. Актуальність її вивчення продиктована протиріччям між гостротою демографічних проблем, пов'язаних з падінням народжуваності, величезним числом сімей, що розпадаються, збільшенням числа соціальних сиріт, зростанням числа випадків жорстокого поводження з дітьми і нерозробленістю програм соціальної і психологічної допомоги сім'ї й жінці.

Дослідження і публікації. Суттєвий внесок у дослідження проблеми, що вивчається, внесли українські та зарубіжні дослідники І.Д. Зверева, І.В. Братусь, О.П. Песоцька, А. І. Антонов, А. О. Барвінський, О. Смирнова, В. Перегуда, Л. Баз, Г. Скобло, І.С. Кон, Г.Г. Філіпова, Р. Геллес, Д. Боулбі, Е. Бадінтер, М. Мід, В. А. Раміх та інші.

Виклад основного матеріалу. Феномен материнства вивчають як складне біопсихосоціальне явище, тобто результат взаємодії багатьох факторів – генетичних, біологічних, впливу родинного та соціального середовищ. Материнство – це складний психосоціальний феномен, який має фізіологічні механізми, еволюційну історію, культурні та індивідуальні особливості. Воно не забезпечується повністю вродженими механізмами: материнське ставлення містить у собі біологічне прагнення до материнства, перетворене інтеріоризованими соціальними нормами [1, 13–16].

Г. Філіппова розглядає материнство не лише як умову для розвитку дитини, але і як особливу материнську потребно-мотиваційну сферу (далі – материнська сфера) психології жінки, що формується впродовж життя. Також існують підходи, за якими материнство – це унікальна ситуація розвитку самосвідомості жінки, яка стає етапом переосмислення батьківських позицій власного дитячого досвіду, періодом інтеграції батьківського образу та дитини [2, 63–75].

Материнство як психосоціальний феномен досліджують у двох головних аспектах – як забезпечення умов для розвитку дитини (головні завдання праць та їхня інтерпретація зосереджені на вихованні дитини відповідно до особливостей матері) та як частину особистісної сфери жінки (материнство вивчають в аспекті задоволеності жінкою своєю материнською роллю та як стадію особистісної та статевої ідентифікації).

Вагітність, особливо перша, – кризовий момент, пов'язаний із формуванням жіночої ідентичності та підтвердженням статевої ідентичності майбутньої матері. Одним з аспектів материнства як психосоціального феномена є материнська ідентичність. Зріла материнська ідентичність – це особлива позиція щодо себе та своєї дитини, яка має когнітивний, емоційно-смісловий та поведінковий компоненти.

Когнітивний (пізнавальний) компонент виявляється в тому, що мама має необхідні знання про дитину, причому не лише зовнішні, але й інтуїтивні, вміння визначати потреби дитини, розуміти сигнали, які вона подає ще на пренатальній стадії.

Емоційно-смісловий компонент виражається в повному прийнятті матер'ю дитини як самостійної цінності: вона (дитина) не стає для неї

(матері) засобом самореалізації чи втримання партнера. Поведінковий компонент характеризується компетентною взаємодією матері з дитиною, адекватною до її (дитини) потреб, здатною до відповідального вибору.

Результати досліджень Н. Боровикової та С. Посохової дали змогу скласти характерологічний портрет повноцінно функціонуючої жінки, зрілої матері, якій притаманні такі необхідні риси, як відкритість досвіду (тілесна, емоційна та інтуїтивна рефлексія, внутрішній досвід переживань), буття “тут і тепер” (вміння оцінювати теперішній момент), відповідальна свобода (відчуття свободи та контролю над життям), саморефлексія, творча адаптивність, усвідомлення власної індивідуальності (унікальності існування, вміння бути собою), соціальна інтегрованість та духовність.

Материнство – одна з найбільш складних і малоопрацьованих галузей сучасної науки. Актуальність її вивчення продиктована протиріччям між гострою демографічних проблем, пов'язаних з падінням народжуваності, величезним числом сімей, що розпадаються, збільшенням числа соціальних сиріт, зростанням числа випадків жорстокого поводження з дітьми і нерозробленістю програм соціальної і психологічної допомоги сім'ї і жінці [78, 18].

Материнство – це біологічне і соціальне відношення матері до дитини. Біологічне відношення визначається походженням дитини від матері (кровною спорідненістю). Воно пов'язане з виконанням жінкою репродуктивної функції. Материнство, будучи складовою частиною соціального інституту батьківства, впливає на функціонування сім'ї як малої соціально-психологічної групи [3, 202].

Материнська турбота і прихильність до дитини настільки глибоко закладені в реальних біологічних умовах зачаття й виношування, пологів і годуванні грудьми, що тільки складні соціальні установки можуть повністю придушити їх. Жінки за своєю природою є матерями, хіба що їх спеціально будуть учити запереченню своїх дітородних якостей. Е. Бадінтер, простеживши історію материнських установок протягом чотирьох сторіч (з XVII до XX століття), дійшла висновку, що «материнський інстинкт – це міф» [4, 38–41]. Дослідниця розглядає у взаємозв'язку три головні соціальні жіночі ролі – матері, дружини й жінки, що вільно реалізується.

Суспільству завжди були небайдужі процеси відтворення нових його членів. Причому це відтворення розумілося не лише в суто біологічному аспекті, а й в соціальному.

Важливим в аналізі проблеми материнства є поняття репродуктивної поведінки.

Під *репродуктивною поведінкою* в демографії розуміють систему

дій та відносин, які опосередковують народження або відмову від народження дитини у шлюбі або поза шлюбом. Автором цього визначення є російський демограф і соціолог В.О. Борисов, котрий запропонував його 1970 року. Будучи результатом засвоєння репродуктивного досвіду попередніх генерацій і відповідних репродуктивних норм, потреба в дітях змінюється вкрай повільно. Репродуктивні норми, які детермінують репродуктивну поведінку особистості або сім'ї, являють собою принципи і взірці поведінки, пов'язані з народженням певної кількості дітей у різних соціальних групах. Репродуктивні норми мають властивість трансформуватися у звичаї та традиції з причин їх усталеності в низці генерацій, зберігаючись тривалий час після того, як обставини та умови життя, що викликали їх, вичерпають себе [5, 159].

А. І. Антонов у монографії „Соціологія народжуваності” зазначає, що *„потреба в дітях є соціально-психологічною властивістю соціалізованого індивіда, яка проявлялась у тому, що без наявності дітей і належної їх кількості індивід відчуває ускладнення як особистість”* [6]. Діти потрібні для задоволення однієї, хоч і дуже важливої, потреби – потреби мати об'єкт альтруїстичної турботи та опіки, потреби у відчутті власної необхідності і корисності для любові й турботи. Потреба в дітях належить до найвищого рівня потреб особистості, куди входять також потреби у творчості, освіті, вільному часі, й конкурує з потребами інших рівнів – потребами соціально-психологічного рівня – у спілкуванні, повазі й любові, прояві піклування та опіки, потребами в безпеці й самозбереженні й, нарешті, фізіологічними потребами у сні, їжі, воді.

Репродуктивна установка є психічним регулятором поведінки, схильністю особистості, яка визначає узгодженість різного роду дій, зумовлених позитивним або негативним ставленням до народження певної кількості дітей [5, 160]. Вона складається з трьох компонентів – когнітивного (пізнавального), афективного (емоційного) та поведінкового (спонукального). Сутність репродуктивної установки виявляє себе у взаємодії всіх трьох компонентів. Когнітивний компонент відображає орієнтації на ту чи іншу кількість дітей, на інтервали між їх народженнями, установку на бажану стать дитини, на вагітність та її щасливе завершення. Емоційний компонент репродуктивної установки складають позитивні та негативні почуття, пов'язані з народженням тієї чи іншої кількості дітей. Поведінковий компонент репродуктивної установки характеризує інтенсивність спонук до народження, потужність або слабкість репродуктивної установки [5, 161].

А. О. Барвінський твердить: «Репродуктивна поведінка полягає в забезпеченні біологічного відтворення суспільства і задоволенні потреби

людини в дітях. Функція відтворення населення включає фізичне (народження дітей) і духовне відтворення людини в сім'ї» [6, 307].

С.С. Фролов вважає, що репродуктивна функція передбачає не тільки біологічне продовження роду, а передусім виховання, соціалізацію молодого покоління.

Демографічне виховання повинно передбачати формування правильного ставлення до материнства. Материнство поглиблює моральні почуття жінки, посилює почуття до чоловіка-батька її дитини. Жінка-мати більше усвідомлює і переживає свою гідність. Факт материнства взагалі дуже корисно впливає на ступінь дозрілості жінки. Ті жінки, які з тих чи інших причин не могли стати матерями, порівняно з матерями, що народили дитину, мають схильність до концентрування уваги на функціонуванні власного тіла з відчуттям його неповноцінності. Окрім цього, у них настає послаблення енергії і погіршення настрою, для них характерний стан неспокою, лякливості, непевності, приглушення чуттєвості [7, 116–123].

Материнство, як індивідуальний феномен, вивчене в літературі досить детально. Передусім материнство досліджувалося як забезпечення умов для розвитку дитини (З. Фрейд, К. Хорні, Е. Еріксон та ін). Інший аспект материнства, а саме материнсько-дитяча взаємодія, вивчається в дитячій психології (О. Смирнова, В. Перегуда, Л. Баз, Г. Скобло та ін.). У сучасній психології значне місце відводиться вивченню задоволеності жінки своєю материнською роллю як стадії особистісної і статевої ідентифікації (К. Віткер, Ф. Хорварт, В. Міллер та ін.).

Батьківство, за визначенням І.С. Кона, – це система взаємозв'язаних явищ: а) батьківських почуттів, любові, прихильності до дітей; б) специфічних соціальних ролей; в) обумовлених тим і іншим реальної поведінки, ставлення батьків до дітей, стилю виховання і т. д. [7, 116–123].

У своїх роботах Г.Г. Філіпова вивчає емоційне благополуччя дитини і її зв'язок з типом материнського ставлення і стилем взаємодії матері та дитини в ранньому та дошкільному віці. У межах напрямку таких досліджень розроблено уявлення про те, що загальне емоційне благополуччя дитини є критерієм оцінки успішності материнства.

Російський психолог Г. Г. Філіпова виділяє два рівні розвитку материнства. З еволюційної точки зору материнство – варіант батьківської сфери поведінки (як складової частини репродуктивної сфери), властивої жіночій статі. На суб'єктивному рівні для самої матері виконання її материнських функцій досягається за рахунок наявності в неї відповідних потреб.

Однією з найважливіх психологічних проблем для майбутньої матері є проблема вибору: чи слід народжувати дитину? Дослідження показали,

що в тих випадках, коли народження дитини суперечить соціальним очікуванням (позашлюбність, перешкода соціальному або статевому статусу жінки), жінки можуть іти на все, що завгодно, аби не народжувати дітей, і позбавляються вагітності різними способами. Прихований інфантицид (практика нещасних випадків) і відмова від дитини (підкидання, продаж, передача на усиновлення) завжди були для всіх часів і народів звичайними явищами.

Г. Г. Філіпова виділяє шість етапів становлення материнської мотиваційної сфери поведінки в онтогенезі:

- етап взаємодії із власною матір'ю в ранньому онтогенезі;
- ігровий етап і взаємодію з однолітками;
- етап догляду матері за дитиною;
- етап диференціації мотиваційних основ статевої і батьківської (у цьому випадку – материнської) сфери поведінки;
- етап конкретизації онтогенетичного розвитку материнської сфери в реальній взаємодії з дитиною;
- післяпологовий етап [8, 136].

Учені Р. Геллес, Д. Боулбі дотримуються думки, що в основі материнства лежать вроджені механізми, які поріднюють людський вид з тваринами, а Е. Бадінтер говорить, що „материнський інстинкт” – міф. На її думку, материнська любов – це поняття, яке не просто еволюціонує, але й наповнюється в різні періоди історії різним змістом. Підтверджує думку Е. Бадінтер аналіз таких історичних фактів:

- відсутності індивідуального батьківства у первісних суспільствах;
- наявності інфантициду (вбивство дітей) у багатьох архаїчних суспільствах;
- принесення дітей у жертву богам;
- наявності інституту „виховання” (годувальниці);
- відмови від новонародженої дитини;
- абортивної практики тощо.

Праці М. Мід показали, що соціальні установки можуть придушити материнську турботу і прив'язаність, попри на те, що вони глибоко закладені в біологічних умовах зачаття і виношування дитини. Разом з тим батьківський інстинкт, на думку Р. Овчарової (2003), менш стійкий, сексуально детермінований та орієнтований головним чином на захист матері і нащадків. Біологічні основи батьківського почуття значно слабші від материнського, в ньому немає такої вродженості, і тому виникають спочатку не біологічні, а психологічні потяги – допитливість, інтерес, здивування. Біологічні ноти вступають у батьківське почуття пізніше, коли турботи про малюка породжують у батькові почуття спорідненості.

В. А. Раміх виділяє два різновиди материнства – інстинктивне та

усвідомлене. Усвідомлене – коли материнство є для жінки обдуманим вчинком, свідомим актом вибору життєвих пріоритетів. Інстинктивне – коли поява дитини значною мірою є результатом несподіваним і швидше прикритим, ніж бажаним варіантом розвитку подій для самої жінки [65, 19].

Конституцією України проголошено, що сім'я, дитинство, материнство, батьківство в Україні охороняються державою. Доцільним буде зазначити, що шлюбний вік – складна правова категорія, основою для визначення якої є не тільки здатність до статевого життя і зачаття дитини. Шлюбний вік визначається з урахуванням статевої зрілості, завершення фізичного росту організму, стану психічного, розумового, морального та соціального розвитку людини, які в комплексі мають забезпечити здатність її до виконання нової суспільної ролі – дружини, матері, чоловіка, батька. На визначення шлюбного віку в різних країнах впливають національні законодавчі традиції, демографічна ситуація, інші суспільні процеси, які відбуваються в державі. Тож тим, хто вирішив одружитись до 18 років, слід знати, що вони не тільки реалізують своє право на сім'ю, а повноправно увійдуть у доросле самостійне життя, адже Цивільним кодексом України передбачено, що у разі реєстрації шлюбу фізичної особи, яка не досягла повноліття, вона набуває повної цивільної дієздатності з моменту реєстрації шлюбу. Цим правом користуються особи у віці від чотирнадцяти до вісімнадцяти років лише за рішенням суду [1].

У контексті вивчення розвитку материнства дослідники говорять про формування психологічної готовності жінки до материнства. Така готовність формується під впливом нероздільних біологічних та соціальних факторів і, з одного боку, має інстинктивну основу, а з іншого, – виступає як специфічне особистісне утворення.

На основі аналізу етапів розвитку материнства С. Мещерякова визначила сенсорні періоди та головні показники, за якими можна визначити готовність чи неготовність жінки до материнства. Такими є особливості комунікативного досвіду жінки в її ранньому дитинстві, переживання жінкою ставлення до ще ненародженої дитини на етапі вагітності та установки жінки на стратегію виховання дитини.

Висновки. Отже, материнство – складний феномен, який має фізіологічні механізми, еволюційну історію, культурні та індивідуальні особливості. Материнство не забезпечується повністю вродженими механізмами, воно містить у собі біологічне прагнення до материнства, перетворене та інтеріоризованими соціальними нормами. Індивідуальний онтогенез материнства можна охарактеризувати як тривалий поетапний процес, під час якого відбувається природна адаптація жінки до материнської ролі. Основи майбутнього материнства закладаються у

глибокому дитинстві дівчинки (а на думку деяких авторів, – ще у пренатальному періоді), формуються у взаємодії з власною матір'ю (чи тим, хто її замінює), ігровій діяльності, особистому досвіді контакту з маленькими дітьми, актуалізуються під час вагітності та при взаємодії зі своєю дитиною. Тільки з появою комплементарної ролі – дитини – та з появою реальної рольової поведінки відбувається прийняття жінкою ролі матері.

Список використаних джерел:

1. Проскурняк О. Чинники та етапи становлення материнства / О. Проскурняк // Практична психологія та соціальна робота. – 2007. – №3. – С. 13–16.
2. Минюрова С. Диалогический подход к анализу смыслового переживания материнства / С. Минюрова, Е. Тетерлева // Вопросы психологии. – 2012. – №7. – С. 63–75.
3. Кизименко Л.Д. Словник-довідник соціального працівника / Л.Д. Кизименко, Л.М. Бедна. – К., 1997. – 380 с.
4. Брутман В. И. Формирование привязанности матери к ребенку в период беременности / В. И Брутман, М. С. Радионова // Вопросы психологии. – 1997. – №7. – С. 38–41.
5. Основи демографії : посібник [для студентів гуманітарних і суспільних факультетів вищих навчальних закладів] / І. М. Прибиткова. – К. : «Артек», 2005. – 256 с.
6. Барвінський А. О. Соціологія : курс лекцій [для студентів вищих навчальних закладів] / А. О. Барвінський. – К. : Центр навчальної літератури, 2005. – 328 с.
7. Панкратоватова Н. В. Социальный и биологический аспекты родительства / Н. В. Панкратова // Социологические исследования. – 2006. – №1. – С. 116–123.
8. Филипова Г. Г. Психология материнства : учебное пособие / Г. Филипова. – М. : Изд-во Института психотерапии, 2002. – 240 с.

Причина Яна Олександрівна,
студентка 4 курсу спеціальності «Соціальна робота»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Голованова Діана Вікторівна,
старший викладач кафедри соціальної роботи,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ЯВИЩА БУЛІНГУ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ

Вступ. На сьогодні надзвичайно гостро постає проблема агресивних проявів у міжособистісних стосунках учнівської молоді. Особливого розповсюдження набувають прояви систематичної, довготривалої агресії одних учнів стосовно до інших, коли в ситуацію прояву агресії поступово "включається" весь учнівський клас.

Особливу роль у життєдіяльності та спілкуванні дітей, формуванні їхньої особистості, інтеграції в суспільство відіграє дитяча субкультура – специфічні цінності й установки, характерні саме для дитячого середовища. Одна з функцій дитячої субкультури – соціалізація особистості шляхом набуття соціального статусу серед однолітків та задоволення потреби у спілкуванні, у засвоєнні відповідного стилю поведінки [1].

Мета нашої *статті* – теоретичний аналіз і узагальнення зарубіжних публікацій з проблеми булінга.

Результати дослідження. Першим проблемою булінгу почав займатися норвезький учений Д. Ольвеус, який визначив дане явище у шкільному колективі як ситуацію, в якій учень неодноразово тривалий час стає об'єктом негативних дій та нападів з боку одного учня чи кількох учнів. Явище булінгу має колективний характер та засноване на соціальних стосунках у групі. На думку Д. Ольвеуса, булінг включає три важливі компоненти: булінг є агресивною поведінкою, що включає в себе небажані негативні дії; булінг є явищем довготривалим та систематичним; булінг характеризується нерівністю влади або сили [2].

Майже всі дослідники визначають булінг як довготривалу та систематичну агресію, але, окрім цього, дане явище розглядають як "підтип агресії", який може набувати багато форм, і фізичних і словесних (Е. Пелігріні, С. Салмівалі); деструктивної взаємодії (Р. Дж. Хезлер), частини соціального життя групи (Е. Роланд), неодноразового нападу – соціального або вербального – з боку тих, хто має вищий статус (В. Бесар), тривалого, усвідомленого насильства, спрямованого проти людини, яка не може захиститися у фактичній ситуації (Д. Лейн) [7].

Дитинство – своєрідний етап у розвитку людини, віковий період, який характеризується яскравими особливостями психічних процесів та

характерним типом провідної діяльності. Разом з тим дитинство – це самоцінний, унікальний і фундаментальний період у розвитку людини. Професор В. Зеньковський, психолог і педагог, назвав дитинство “золотим часом” життя [4].

Діти, безумовно, є найбільш незахищеною та вразливою частиною населення. Вони повністю залежать від дорослих. Діти, так само, як і дорослі, стають жертвами фізичного, сексуального і психологічного насильства.

Проблема насильства над дітьми тривалий час зберігала форму психологічно закритої теми, яка реально існує, але не отримує статусу соціально визнаного та науково досліджуваного питання. Сучасні демократичні та гендерні неформальні рухи, породжені вільною ініціативою та активністю жінок, привернули увагу суспільства до проблеми насильства та психологічних наслідків для суб'єкта, пов'язаних із нею.

Однією з форм агресивної насильницької поведінки є систематичне переслідування (третирування, або «моббінг» та «буллінг») учнів у закладах освіти однокласниками або старшими учнями.

У перекладі з англійської буллінг (bullying) означає цькування, залякування, третирування [9].

Норвезький психолог Д. Ольвеус розкриває сутність терміна «bullying» як ситуацію, в якій учень неодноразово піддається негативним діям з боку одного чи кількох інших учнів [5].

Шведський дослідник Х. Лейман запропонував термін «моббінг» (або «психологічне тероризування»), під яким розумів ворожі неетичні комунікативні дії систематичного характеру, спрямовані на певного індивіда. Такі дії повторюються відносно часто (як мінімум один раз на тиждень) і тривають упродовж відносно довгого періоду (як мінімум півроку) [3].

Згідно з одним із визначень третирування визначається як використання чийсь сили або статусу для залякування, завдання шкоди або приниження іншої особи, що має меншу силу чи статус.

Основні ознаки третирування – систематичність, регулярний характер прояву, на відміну від окремого агресивного вчинку, взаємовідносини переслідувача і жертви (нерівність фізичних або соціальних можливостей). Дані щод поширення третирування в американських школах, отримані громадськими організаціями, свідчать, що 74% американських старшокласників заявили про існування третирування у своїх школах [6].

Основними формами прояву цього явища є фізична (побиття учня), вербальна (вербальні образи, погрози, ворожі насмішки або жарти) та соціальна (непрямі форми фізичної та вербальної агресії – бойкот, ворожа міміка та жестикуляція).

Останнім часом увагу дослідників привертає нова форма

третирування – «кібертретирування» (cyberbullying) [3]. Під ним розуміють форму поведінки, яка полягає в розсиланні повідомлень агресивного та образливого характеру з використанням нових інформаційних та комунікаційних технологій (Інтернету, мобільного телефону). Третирування через Інтернет дозволяє агресорові зберегти свою анонімність і перетворити ситуацію переслідування на своєрідний «маскарад».

Дослідження Д. Ольвеуса дозволили описати *рольову структуру* в групах, де спостерігаються різні форми третирування. Існує своєрідне «коло третирування» (bullying circle), яке часто включає учнів з наступним репертуаром соціальних ролей:

- жертва – учень, що є об'єктом третирування;
- агресор(и), переслідувач(и) – розпочинають третирування жертви та надалі беруть у цьому процесі активну участь;
- прибічники (помічники) агресорів, що не є ініціаторами третирування, але пізніше включаються в нього;
- пасивні прибічники – пасивно підтримують процес третирування;
- пасивний прибічник можливого третирування – учні, яким у принципі подобається, коли третирують інших, але вони відкрито не виказують своєї підтримки агресорам;
- сторонній спостерігач – у ситуації третирування дотримується нейтральної позиції, керуючись принципом «це не моя справа»;
- вірогідний захисник – учні, яким не подобається ситуація третирування інших, але які нічого не роблять, щоб допомогти жертві;
- захисник жертви, що виступає проти третирування інших в цілому і допомагає (чи намагається допомогти) жертві.

Демографічні, індивідуально-психологічні та соціально-психологічні чинники третирування в учнівському колективі співпадають з відомими чинниками агресивної поведінки – насильством у сім'ї, впливом асоціальних субкультур однолітків, засобів масової інформації, темпераментальними та характерологічними особливостями тощо.

Розподіл ролей в ситуації третирування обумовлюється самооцінкою (рефлексією) власної поведінки в ситуаціях третирування, соціальним прийняттям або неприйняттям, соціальним статусом учнів. Гендерні відмінності виявляються в тому, що хлопці частіше виступають у ролі агресора чи його помічника, тоді як дівчата частіше обирають роль стороннього спостерігача або захисника жертви.

За результатами досліджень можна вести мову і про симптомокомплекс особистісних рис типових жертв та агресорів [6].

Типовою жертвою переслідування найчастіше стає

високотривожна, сенситивна, невпевнена в собі дитина, схильна до депресивних переживань.

Згідно з одними даними, жертвами частіше стають хлопці, згідно з іншими, – гендерних відмінностей не існує. Така дитина має проблеми у спілкуванні з однолітками (не має друзів або має менше, ніж інші), тому її соціальний статус у класі часто низький. У фізичному плані такі діти іноді слабкіші за однолітків (однак це стосується переважно жертв-хлопців). У багатьох випадках учні-жертви тримають свої проблеми «в собі». Мотивами можуть бути побоювання помсти з боку агресорів, недовіра до власних батьків та інших родичів.

Переслідувачем у більшості випадків є фізично розвинені хлопці, які виховувались у сім'ях з негативним соціально-психологічним кліматом – недбайливим або ворожим ставленням з боку батьків, використанням покарань.

Часто саме в сім'ї вони отримали перший досвід насильства і згодом почали переносити його на однолітків. Щодо притаманних їм особистісних рис, то дослідники називають домінантність, агресивність, низький рівень емпатії, гіперактивність та імпульсивність. Завдяки поєднанню таких рис вони іноді стають лідерами агресивних угруповань, мають високий соціальний статус серед однолітків. Вони схильні виявляти агресію не лише до обраних у школі жертв, а й у ситуації спілкування з іншими дітьми і навіть дорослими (батьками, вчителями тощо). Хлопці-агресори більше схильні до виявів агресії фізичного типу, а дівчата – до вербальної та соціальної. Перші спроби третирування інших такі діти можуть робити вже в ранньому шкільному віці.

Організаційні фактори появи третирування в закладах освіти

Сюди належать такі особливості шкіл, як рівень довіри між учителями та учнями, рівень уваги адміністрації школи до проблеми насильства серед учнів, домінування суто навчальних цілей над проблемами особистісного розвитку дітей, рівень розвитку системи супервізорства (західний аналог класного керівництва) тощо.

Цікавими є дані бельгійських дослідників, які відображають специфічні характеристики агресорів та жертв кібертретирування. Щодо перших, то це були переважно хлопці, які мали розвинені знання і навички користування комп'ютером та мережними технологіями, при цьому їх батьки практично не цікавилися метою використання Інтернету; вони мали багато друзів (і відносно високий соціальний статус), і, що найважливіше, часто виступали в ролі агресорів у випадках традиційного (контактного) третирування. Цікаво також те, що багато «кіберагресорів» самі ставали жертвами кібертретирування. У ролі «кібержертв» частіше були дівчата, яким притаманна схильність до спілкування з незнайомими

людьми через Інтернет; вони мали багато друзів, почувалися популярними у своєму оточенні.

Оскільки ситуація третирування за своїми характеристиками є різновидом інтенсивної тривалої стресової ситуації, вона має серйозні психологічні наслідки. Так, було з'ясовано, що жертви переслідування були схильні до нервово-психічних розладів (різні розлади поведінки, депресії) більше, ніж їхні ровесники. Згідно з іншими даними, жертви третирування в ранньому віці часто стають жертвами інших видів насильства пізніше (навіть якщо оточення та ситуація змінюється).

У США, де доступ громадян до зброї простіший, ніж у багатьох інших західних країнах, проблема поширення третирування у школах пов'язана з іншою, більш небезпечною, проблемою скоєння групових вбивств за допомогою вогнепальної зброї. Розслідування випадків розстрілів учнями своїх однокласників у 37 школах країни показали, що більшість «стрільців» раніше були жертвами різних форм третирування [8].

Свої наслідки відносини третирування мають не лише для жертв, але й для агресорів. За даними Д. Ольвеуса, від 35% до 40% дітей, які у віці 13 – 16 років були переслідувачами, у віці 24 років засуджувалися за скоєння кримінальних злочинів. Крім того, за деякими даними, вони, як і їхні жертви, також мали високий рівень нервово-психічних розладів.

Висновки. *Таким чином,* дані досліджень підтверджують масштабність виникнення проблеми буллінгу, що визначається як навмисне тривале фізичне або психологічне насильство серед дітей, характерними рисами якого є систематичність та нерівність сил між агресором (буллером) та його жертвою. Варто зазначити, що ситуація буллінгу не обмежується лише ролями «агресора» і «жертви», вона «втягує» інших дітей, роблячи їх активними або пасивними учасниками цих відносин.

Список використаних джерел:

1. Детское движение : словарь-справочник.– изд. 2-е, перераб. и доп. / под ред. Т.В. Трухачевой, А. Г Кипричника. – М. : Ассоциация исследователей детского движения, 2005. – 543 с.
2. Губко А.А. Шкільний булінг як соціально-психологічний феномен [Електронний ресурс] / А.А. Губко. – Режим доступу : http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPH_2013_114_12
3. Дроздов О.Ю. Феномен третирування у школі: шляхи вирішення проблеми / О.Ю. Дроздов // Соціальна психологія. – 2012. – №4 (54).
4. Зеньковский В.В. Психология детства / В.В. Зеньковский. – М. : Academia, 1996. – С. 295–306.

5. Крэйхи Б. Социальная психология агрессии / Б. Крэйхи ; пер. с англ. – СПб. : Питер, 2003. – 336 с.
6. Превенція агресивності та насилля в освітньому середовищі: методичні рекомендації / О. Ю. Дроздов, Л. В. Живолуп, О. В. Ніжинська, Я. В. Сухенко; за ред. Я. В. Сухенко. – Полтава : ПОППО, 2011. – 80 с.
7. Стельмах С. Буллінг у школі та його наслідки / С. Стельмах // Гуманізація навчально-виховного процесу : збірник наукових праць / за заг. ред. проф. В. І. Сипченка. – Слов'янськ : СДПУ, 2011.– Вип LVI. – С. 431–440.
8. Чернякова А.В. Проблема третирування (bullying) серед учнів у загальноосвітній школі США: шляхи запобігання та подолання [Електронний ресурс] / А.В. Чернякова. – Режим доступу : <http://www.psyh.kiev.ua>
9. Bullying [Електронний ресурс] // Мюллер В.К. Новый англо-русский словарь; перераб. и доп. изд. – Режим доступа : <http://www.rambler.ru/dict/new-enru>

Рубасва Наталія Валеріївна,
студентка 4 курсу спеціальності «Соціальна робота»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Голованова Діана Вікторівна,
старший викладач кафедри соціальної роботи,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ В ЛІТНЬОМУ І СТАРЕЧОМУ ВІЦІ ЯК ПЕРЕДУМОВА ОРГАНІЗАЦІЇ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З ДАНОЮ КАТЕГОРІЄЮ КЛІЄНТІВ

Постановка проблеми. Сучасний стан в Україні характеризується не тільки складною економічною і політичною ситуацією, але і своєрідним руйнуванням надій і сподівань великої частини населення. Найперше це стосується людей похилого віку, які, набувши статус пенсіонера, лише частково можуть брати участь у житті суспільства. Зауважимо, що економічна ситуація в Україні така, що обставини спонукають людей похилого віку активізувати свою позицію, продовжувати роботу і після пенсійного віку.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблеми особливостей життя людей похилого віку, етапів та стратегій старіння, старості розглядають дослідники під різними кутами зору: як психологічні

особливості розвитку особистості в похилому віці (Л. Анциферова, А. Аримбаєва, З. Бутуєва, Г. Вайзер, М. Єрмолаєва, О. Краснова та ін.), яку соціальну допомогу, підтримку та захист людей похилого віку (І. Андреева, О. Бугрова, Т. Василькова, В. Васильчиков, А. Капська, А. Мудрик, О. Холостова та ін.), як соціальну геронтологію (А. Айріян, В. Альперович, Б. Бреев, В. Чайковська).

В сучасних умовах життя люди похилого віку стикаються з багатьма проблемами – матеріальними, економічними, побутовими та психологічними, які ставлять їхнє життя на рівень виживання. Дані проблеми виникають тому, що більшість людей похилого віку залишаються самотніми, відчують труднощі через відсутність підтримки від близьких людей, стають хворобливими, немічними. Соціальна політика у країні є недосконалою і не може задовольнити всі потреби людей похилого віку. Проблеми осіб даної вікової категорії населення є **актуальними** і потребують невідкладного вирішення з боку держави, суспільства та оточуючих людину похилого віку осіб.

Виклад основного матеріалу дослідження. Старіння – це процес, який відбувається протягом усього життя людини. Загальною є думка, що у „третьому віці” стан людини тісно пов’язаний з адаптацією в молодому та середньому віці і залежить від умов праці, харчування, побуту, стресових ситуацій і т. д. [1].

Старість – це заключна фаза в розвитку людини, у якій цей процес відбувається по низхідній життєвій кривій. У житті людини в певному віці виявляються інволюційні ознаки (інволюція – зворотній розвиток; зменшення, спрощення (з втратою функції) органів протягом індивідуального розвитку), що виражаються в зовнішньому вигляді, зменшенні життєвої активності, обмеженні фізичних можливостей.

Старість є останнім етапом онтогенезу людини. Головною особливістю цього етапу є генетично зумовлений процес старіння, який виявляється у змінах в організмі та психіці, послабленні їх функціонування. Ці перетворення, а також соціально-психологічні чинники суттєво впливають на особистісну сферу, поведінку, спосіб життя старої людини [2].

Період старості часто називають геронтогенезом (грец. *geron* – стара людина а *genesis* – походження).

Більшість дослідників вважає, що починається вона із 60 років і триває до смерті. Міжнародна класифікація виокремлює такі періоди геронтогенезу:

- похилий вік (для чоловіків 60 – 74 роки, для жінок 55 – 74 роки);
- старечий вік (75 – 90 років);
- вік довгожителства (90 років і старші).

На цьому етапі життя людина помітно втрачає фізичну силу, енергійність, погіршуються її здоров'я та психофізіологічні показники. Стара людина адаптує свою поведінку до фізіологічних обмежень [3].

Про початок старіння людини свідчать припинення трудової діяльності, обмеження системи соціальних відносин. У більшості осіб вихід на пенсію мало змінює задоволеність життям. У деяких сім'ях набуває вищої значущості сімейне життя, особливо якщо чоловік працює, а дружина вже на пенсії. Припинення роботи теж сприймається позитивно. Однак частина старих людей опиняється перед проблемою залежності від інших.

Загально визнаними в соціально-психологічному аспекті є такі проблеми літніх людей:

- розрив основних соціальних зв'язків, зумовлений зниженням соціальної активності, працездатності, виходом на пенсію, віддаленням від батьків дорослих дітей, звуженням інтересів, кола спілкування тощо;
- проблеми, пов'язані зі здоров'ям (включаючи медико-біологічні – переживання болю і необхідності терапевтичного впливу), матеріальні (нестача коштів на якісне лікування та підтримку життєдіяльності) та психологічні аспекти (приміром, труднощі у самообслуговуванні), а також із наближенням (очікуванням) смерті;
- соціально-психологічна та морально ціннісна дезадаптація в суспільстві внаслідок зміни сучасної системи соціальних установок і цінностей (включаючи ідеологію, мораль та ін.), зниження рівня толерантності особистості, втрати близьких і, як наслідок, – самотність, самоізоляція, проблеми у спілкуванні; зміна соціального, економічного статусу (престижність особистості, погіршення матеріального становища, низька якість життя, збільшення залежності від інших тощо), питання взаємин з іншими віковими групами;
- проблеми організації вільного часу та відпочинку; криза пізнього віку, переживання відсутності життєвої перспективи, обмеженість самореалізації та інші психологічні проблеми особистості.

Особливе місце серед проблем літніх людей в аспекті соціальної роботи займають також проблеми «ейджизму» та жорстокого ставлення до представників даної вікової групи з боку деяких представників суспільства [4].

У старості, як і в будь-якому віці, життя людини не усвідомлюється без суспільних відносин. Зміст існування в цьому суспільстві зводиться до того, щоб бути йому корисним. Бездіяльність у старості сприймається

як відмова від індивідуальності, від повноцінного життя. Обмеження з віком фізичних можливостей, відповідно, позначається і на психічній сфері осіб похилого віку, цілеспрямовано впливає і на спосіб життя таких людей, утруднюючи його при цьому, а, як результат, визначає їх місце в суспільстві. Цей фактор є важливою умовою формування у старості нової життєвої позиції, яка спрямована на відмову від минулого способу життя, соціальної активності та ствердження особи в новій соціальній ролі.

Зі старістю пов'язані і специфічні зміни в емоційній сфері людини, які виявляються в некерованому посиленні мимовільних реакцій (сильному нервовому збудженні), схильності до безпричинного суму, сльозливості. У більшості людей з'являється тенденція до ексцентричності (дивацтва), знижується чутливість, здатність знаходити вихід зі складних ситуацій, вони часто заглиблюються у свої думки, переживання, тривоги та страхи.

На схилі літ люди рідше переживають радість, здивування, багато з них втрачає почуття гумору, інтерес, допитливість. Вони часто відчувають тривогу, пов'язану з очікуванням смерті, із захворюваннями, самотністю, фізичною неспроможністю. Страх може бути зумовлений фізіологічними процесами в організмі.

Зниження загального рівня активності, нудьга, монотонність у людей похилого віку виникають у зв'язку з відсутністю яскравих сенсорних вражень, спричиненою послабленням слуху, зору та інших видів чутливості; інтелектуальною пасивністю, зумовленою зниженням рівня інтелекту та мотивації пізнавальної діяльності; руховою пасивністю, спричиненою зниженням фізичних можливостей організму.

Різко зростає в літніх людей інтерес до релігії, дехто із них утверджується у своїй вірі в Бога.

Емоційні переживання також пов'язані з очікуванням смерті. Люди у старості частіше розмірковують про смерть. Головне для них, щоб процес умирання не був тривалим і болісним.

Переживання наближення смерті у своєму розвитку долають такі стадії:

1) стадія опору, протидії; поки є хоч якісь шанси на виживання, людина налаштовується на боротьбу із загрозою;

2) стадія огляду життя; відбувається у формі позитивних та негативних спогадів;

3) стадія трансцендентності; людина усвідомлює своє минуле як дуже віддалене; на порозі смерті особистість ніби виходить за межі себе, досягає трансцендентного стану [5].

Емоційна реакція особистості на настання старості може бути різною. Найпоширенішими є наступні типи пристосування до неї.

1. «Конструктивна» позиція. Люди з таким орієнтуванням усе життя були спокійними та задоволеними. Вони позитивно ставляться до життя, здатні змиритися зі смертю, яка наближається, активні та налаштовані на надання допомоги іншим. Зі старості трагедії не роблять, шукають розваг і контактів із людьми.

2. «Залежна» позиція притаманна людям, які все життя не зовсім довіряли собі, були безвольними, пасивними. Старіючи, вони з ще більшим зусиллям шукають допомоги, визнання, не отримуючи його, почувають себе нещасними.

3. «Захисна» позиція формується в людей з підвищеним механізмом до опору. Вони не прагнуть зближення з людьми, тримаються замкнено, відгороджуючись від людей. Старіння сприймають з обуренням.

4. Позиція «ворожості до світу». Такі особи звинувачують оточуючих і суспільство у всіх невдачах, які вони перетерпіли в житті. Такі люди підозрілі, агресивні, нікому не довіряють, відчують відразу до старості.

5. Позиція «ворожості до себе і свого життя», яка виражається у пасивності, зникненні зацікавленості та ініціативи. Такі люди схильні до погіршення настрою і фаталізму, почувають себе самотніми. Своє життя вони вважають невдалим, ставлення до смерті нетравмуючим – як звільнення від існування [6].

Ставлення до старості зумовлене віковими стереотипами, що засвоюються з дитинства. Ці стереотипи підтримуються культурною традицією, посилюються засобами масової комунікації і соціальним оточенням. Поширена думка, що люди похилого віку інтелектуально деградують, не приносять користі суспільству, не живуть повноцінним життям, а доживають, суттєво впливає на поведінку осіб старшого віку, внаслідок чого знижується їхня власна самооцінка. Упереджене ставлення до людей похилого віку впливає на формування суспільної думки, соціальних ролей і культурних форм активності, звужує рамки хнього життя. Гостро постає проблема повноцінного інтегрування людей "третього віку" в соціокультурне середовище, адаптації до нових умов життя в посттрудоий період. Проте роки старіння (а це може бути період до 20 – 25 років) можуть бути активними і приємними. Багато тут залежить від самої людини, її оточення, стану здоров'я і фізичної активності, а головне, – від відповідного емоційного настрою.

Задоволеність життям у старості також залежить від матеріального становища. Погіршення фінансових можливостей часто спричиняє зниження самооцінки, появу відчуття залежності, депресивних станів. Послабити вплив фінансових проблем на задоволеність життям літньої людини можуть ефективна соціальна політика держави, чуйність,

підтримка з боку родичів і близьких.

Ставлення літньої людини до свого становища залежить і від особистісного чинника. Р. С. Яцимірская вважає, що людина з поганим станом здоров'я і фінансовими проблемами легше переживає погіршення здоров'я і матеріального добробуту, ніж ті, хто перебуває у кращому за цими критеріями становищі, оскільки вона вже звикла до таких змін.

Зміни статусу людини у старості викликані насамперед припиненням або обмеженням трудової діяльності, зниженням соціальної та біологічної адаптивності, погіршенням самопочуття, трансформацією ціннісних орієнтирів самого способу життя і спілкування, а також виникненням різних утруднень як у соціально-побутовому, так і психологічному пристосуванні до нових умов. Люди похилого віку схильні до негативних емоцій, неспроможність щось робити для інших викликає почуття неповноцінності, роздратованості та бажання сховатися, що в майбутньому може перерости в байдужість до навколишнього світу.

Тобто соціальний статус має два аспекти – позитивного та негативного характеру – в адаптаційному процесі.

До позитивних відносять сприятливе ставлення до пенсійного періоду життя, коли особа не відчула відмінностей та зміни соціальних ролей, знаходячись на тій самій посаді, позиції в соціумі.

До негативного відносять самотність особи, яка раніше займала значущу позицію в суспільстві.

Зміна соціального статусу людини у старості, як показує практика, насамперед негативно позначається на її моральному та матеріальному становищі, негативно впливає на психічний стан, знижує опірність до захворювань і адаптацію до змін навколишнього середовища.

Є. І. Холостова спробувала узагальнити проблеми людей похилого віку, виділяючи серед них наступні:

- втрати: переживання, викликані різними втратами на життєвому шляху (фізичної активності, зору, слуху, смерті близьких людей);
- зміни психіки (внаслідок розчарування, неприйняття їх суспільством);
- зниження психологічних здібностей і можливостей людини внаслідок гострих захворювань, психічні хвороби, органічні ураження органів і систем;
- сексуальні проблеми: неможливість виконувати сексуальну функцію внаслідок імпотенції, вдівство, пізні кохання, розлучення, другий шлюб;
- зловживання алкоголем і його наслідки – різке погіршення здоров'я, розлади центральної та периферичної нервових систем,

- розумова відсталість, деградація особистості;
- принизливе ставлення до людей похилого віку з боку інших поколінь – фізичне, психічне та медичне насильство, погрози, зневага, занедбаність, повне позбавлення продуктів харчування або обмеження їх кількості, позбавлення комфорту, соціальну ізоляція, фінансові зловживання (використання матеріальних заощаджень людини похилого віку);
 - низький рівень матеріального забезпечення – злидні, жебрацтво, зневіру у власні сили, приниження, почуття непотрібності, невдалі спроби відновлення трудової активності.

У свою чергу, М. П. Лукашевич, Л. Т. Семигіна пропонують об'єднати проблеми людей похилого віку в такі три великі групи:

- здоров'я і медична допомога;
- матеріальне становище;
- інтеграція в суспільство.

Старість пов'язана з розвитком вікової патології, зміною фізіологічних функцій, втратами (які часто не помічаються самою людиною). Такі втрати можуть стосуватися фізіологічних і біологічних обмежень, погіршення здоров'я, зниження соціальної активності, зміни соціальної ролі і самоідентичності, втрати безпеки.

З переходом у категорію людей похилого віку, пенсіонерів найчастіше докорінно змінюються не лише взаємини людини і суспільства, але й такі ціннісні орієнтири, як сенс життя, щастя, добро і зло тощо. З віком змінюється ціннісна ієрархія самооцінки. Люди похилого віку приділяють менше уваги своїй зовнішності, зате більше – внутрішньому і фізичному станові. Змінюється тимчасова перспектива особистості.

Відхід у минуле типовий лише для осіб старечого віку, інші більше думають і говорять про майбутнє. У свідомості літньої людини найближче майбутнє починає переважати над віддаленим.

Висновки. Отже, слід зазначити, що до проблем старості та її визначення учені і практики підходили і підходять з різних точок зору – біологічної, фізіологічної, психологічної, функціональної, хронологічної, соціологічної та ін. А звідси – і специфіка вирішення проблем суспільного й соціального стану, ролі і місця в родині, в організації соціального забезпечення й обслуговування, соціальної реабілітації, соціального піклування над людьми похилого віку.

В організації соціальної роботи з людьми похилого віку необхідно враховувати всю специфіку їхнього соціального статусу не тільки в цілому, але й кожної людини окремо, їхнього нестатку, потреби,

біологічні і соціальні можливості, певні регіональні й інші особливості життєдіяльності.

Список використаних джерел:

1. Зверева І.Д. Соціальна робота в Україні : навч. посібник / І.Д. Зверева, О.В. Безпалько. – К. : ДЦССМ, 2004. – 256 с.
2. Психология социальной работы : учеб. [для вузов] / О. Н. Александрова, О. Н. Боголюбова, Н. Л. Васильева и [др.]; под ред. М. А. Гулиной. – СПб. : Питер, 2002. – 350 с.
3. Журавлева Т. П. Основы гериатрии : учебное пособие [для студентов учреждений сред. проф. образования] / Т. П. Журавлева – М. : ФОРУМ: ИНФРА – М, 2003. – 271 с.
4. Сопко Р. І. Становище людей похилого віку в Україні / Р. І. Сопко // Вісник Львівського університету. Серія соціологічна. – 2013. – Випуск 7. – С. 298–305.
5. Мацкевіч Ю.Р. Особливості соціальної активності людей похилого віку [Електронний ресурс] / Ю.Р. Мацкевіч. – Режим доступу : http://www.nbuv.gov.ua/old_jrn/Soc_Gum/Vchu/N121/N121p078-083.pdf
6. Соціальна геронтологія: навч. посібник / уклад.: Н.М. Коляда, Т.В. Коляда. – Умань : ФОП Жовтий О. О., 2016. – 84 с.

Рустамян Альона Сергіївна,

здобувач спеціальності «Соціальна робота»,
Рівненський інститут Університету «Україна»

Бацман Ольга Сергіївна,

завідувач кафедри соціальної роботи,
старший викладач кафедри соціальної роботи,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ІНКЛЮЗИВНЕ НАВЧАННЯ В УКРАЇНІ

Вступ. Сьогодні в Україні дуже важливою є проблема освіта дітей з обмеженими можливостями здоров'я. У зв'язку з цим більш широкого розвитку набуває й інклюзивна освіта, яка передбачає, що діти з особливими освітніми потребами відвідують звичайний дитячий садок, школу, навчаються і виховуються разом зі своїми ровесниками.

Дослідження і публікації. Проблема життєдіяльності дітей з обмеженими функціональними можливостями є предметом дослідження фахівців багатьох галузей науки – соціології, психології, педагогіки, медицини, соціальної педагогіки і соціальної роботи. Зокрема, означену проблему досліджували О.С. Бацман, Л. С. Вавіна, М. С. Певзнер,

Л. І. Плаксіна, Л. І. Солнцева. Деякі аспекти соціально-педагогічної роботи з дітьми-інвалідами розкриті у працях І. Д. Звереві, І. Б. Іванові, А. Й. Капської, І. М. Пінчук, С. В. Толстоухові, Е. І. Холостові та ін. Методологічні основи інклюзивної освіти відображені в роботах зарубіжних учених Б. Блума, М. Дамита, Р. Драу, В. Нейгана, Д. Пасерона, С. Мендус, П. Рікера та ін. Основи та засади впровадження інклюзивної освіти в Україні розкривають науковці М. Воронін, С. Єфімова, А. Колупаєва, А. Крикун та ін.

Виклад основного матеріалу. Досвід функціонування спеціальних закладів в Україні свідчить про значні досягнення, які мають ці освітні осередки. До безперечних досягнень можна віднести створення у спеціальних навчальних закладах достатньої матеріальної бази, забезпечення відповідних умов для надання корекційної допомоги, організацію професійно-трудової підготовки, навчання та відпочинку. У спеціальних закладах діти з порушеннями розвитку здобувають освіту, яка спрямована на одержання знань з основ наук, удосконалення особистісних якостей, корекцію порушень розвитку й подальшу соціалізацію. Корекційні заняття забезпечують не лише виправлення порушень психофізичного розвитку, а й забезпечують вплив на особистість у цілому для досягнення позитивних результатів у її навчанні, вихованні та інтеграції в суспільство.

Спеціальні школи в основному забезпечені сучасними навчально-методичними матеріалами, розробленими відповідно до вимог сьогодення.

Втім, поряд з незаперечними позитивами варто виокремити суттєві недоліки сучасної системи спеціальної освіти, перш за все:

- її уніфікованість, що унеможливує забезпечення освітніх потреб усіх учнів, які мають особливості психофізичного розвитку, заважає впроваджувати різноваріантні навчальні програми, вносити необхідні зміни та додатки до навчальних планів;
- ізолюваність дітей з психофізичними порушеннями у спеціальних школах-інтернатах, які є основними спеціальними освітніми закладами; така ізолюваність має багато негативних соціальних наслідків, зокрема відчуження сім'ї від виховного процесу; соціальну інфантильність учнів; обмеженість розвитку життєвих компетенцій тощо;
- недостатню соціально-практичну спрямованість навчального процесу, наслідки якої – низький рівень сформованості соціально-побутової компетентності учнів, незадовільна орієнтація в системі соціальних норм і правил та відсутність навичок самостійної життєдіяльності;

- недостатню індивідуалізованість та особистісну зорієнтованість навчально-виховного процесу, що спричиняють труднощі емоційного та особистісного розвитку учнів, неадекватні уявлення про свої якості, здібності й можливості;
- низьку ефективність корекційно-розвивальних занять, яка зумовлює низький рівень комунікативної компетентності, замкнутості, ізольованості;
- відсутність ліцензованого психолого-педагогічного інструментарію для діагностики порушень, що утруднює правильне комплектування спеціальних закладів та організацію відповідного навчання;
- недостатнє науково-методичне та навчальне забезпечення освітнього процесу дітей з важкими патологіями, атиповими порушеннями, які потребують додаткових освітніх та корекційно-реабілітаційних послуг [1].

Інтегрування дітей з порушеннями психофізичного розвитку до загальноосвітнього простору України, як один з напрямів гуманізації всієї системи освіти, відповідає пріоритетам державної політики. На зміну «державоцентриській» освітній системі, де головна мета визначалася як формування особистості за певними еталонами й підпорядкування власних інтересів державним з жорсткою регламентацією навчального процесу, має прийти «дитиноцентриська» система освіти, у якій домінує орієнтація на інтереси дитини, на задоволення її потреб.

Важлива умова формування цієї системи – забезпечення можливості вибору освітньої установи та навчальної програми відповідно до індивідуальних особливостей дитини, здійснення стимулювання досягнень дітей у різних сферах діяльності,; здійснення стимулювання досягнень дітей у різних сферах діяльності; забезпечення соціально-педагогічного захисту дітей та ін.

Реорганізація й оновлення національної системи педагогічної освіти на основі принципів демократизації, гуманізації та модернізації, визнання права кожної дитини на одержання освіти, адекватної її пізнавальним можливостям і вимогам часу, є дороговказом до пошуку оптимальних шляхів її реформування, соціалізації дітей з порушеннями психофізичного розвитку, їх інтегрування в суспільство.

Інклюзивна освіта на теренах України потребує свого вирішення на основі виваженого підходу як з боку державних органів влади, так і з боку громадськості, оскільки інклюзивні процеси в навчанні дітей з порушеннями психофізичного розвитку у країнах пострадянського простору мають свою специфіку, розвиваються в умовах особливого соціокультурного статусу з урахуванням позитивів і досягнень

диференційованого навчання.

Інтегрування дітей з порушеннями психофізичного розвитку в загальноосвітній простір України, як один з напрямів гуманізації всієї системи освіти, відповідає пріоритетам державної політики, що окреслені в «Національній доктрині розвитку освіти в Україні у XXI столітті», і полягають в: «особистісній орієнтації освіти; створенні рівних можливостей для дітей та молоді у здобутті якісної освіти; забезпеченні варіативності здобуття базової або повної загальної середньої освіти відповідно до здібностей та індивідуальних можливостей». Інтегрування дітей з порушеннями психофізичного розвитку до загальноосвітніх закладів – це світовий процес, до якого долучені всі високорозвинені країни. В основі концепції інклюзії лежить дотримання принципу прав дитини на використання всіх можливостей, які пропонує суспільство [2].

Реалізація ідеї інклюзії, як однієї з провідних тенденцій сучасного етапу розвитку національної системи освіти, жодною мірою не означає згортання існуючої диференційованої системи спеціальної освіти. Ефективне інтегрування можливе лише в умовах постійного удосконалення систем загальної та спеціальної освіти, ліквідації наявних кордонів між ними. Принципово важливою тут є продумана державна політика, яка має базуватися на оптимізації процесу інтегрування учнів з особливими потребами в загальноосвітній простір та враховувати науково-методичні підходи впровадження інклюзивної освіти, як-от:

- інклюзивна освіта потребує розробки відповідної нормативно-правової бази, що закріплює правові засади здобуття освіти в різних формах особами з порушеннями психофізичного розвитку;
- інклюзивне навчання дітей з порушеннями психофізичного розвитку має відбуватися за участі різнопрофільних фахівців (корекційний педагог, асистент учителя, психолог, медичний працівник, соціальний працівник, помічник учителя та ін.) й за умови вчасно проведеної корекційно-розвивальної роботи;
- ефективність інклюзивного навчання освіти суттєво підвищиться за умови своєчасної та кваліфікованої діагностики й оцінювання розвитку дитини, а також при наданні консультативно-інформаційної підтримки педагогам і адміністрації загальноосвітнього закладу, в якому вона навчається, та її батькам;
- в умовах інклюзивної освіти вкрай значущим є застосування мультидисциплінарного підходу при організації психолого-педагогічного супроводу учнів, залучення місцевої громади до вирішення питань інтегрування такої дитини в соціокультурний простір;
- необхідні розробка й подальше удосконалення навчально-

- методичного забезпечення (індивідуальних навчальних планів, спеціальних програм, підручників і дидактичних засобів з урахуванням вимог особистісно-діяльнісного підходу в освіті дітей з порушеннями психофізичного розвитку;
- ефективне інклюзивне навчання можливе лише за умови спеціальної підготовки і перепідготовки педагогічних кадрів; метою такої підготовки є оволодіння педагогами загальноосвітніх шкіл (дошкільних закладів) основними методами диференційованого навчання, сучасними методиками оцінювання навчальних досягнень та розвитку дітей тощо;
 - широке запровадження інклюзивного навчання дітей з порушеннями психофізичного розвитку передбачає залучення батьків до навчально-виховного процесу на партнерських засадах, співпрацю з громадою та підтримку ініціатив громадських і батьківських організацій; безумовно, запровадження інклюзивної освіти має відбуватися поступово з професійним відпрацюванням усіх її складових [3].

Таким чином, зміни щодо розуміння потреб учня, їх різноманітності вимагають перетворень у шкільному середовищі. Метою інклюзивної освіти є створення такого навчального закладу, який прийме і рівною мірою ефективно навчатиме і виховуватиме всіх дітей місцевого населення незалежно від їх походження, виду інвалідності або переживань, що відчувають їхні сім'ї. Їхній розвиток закладає подолання багатьох перешкод, які можуть виникнути в ситуації появи учнів з такими різноманітними проблемами у школі. Кожна «нова», з точки зору навчального закладу, потреба для учня є своєрідним «лакмусовим папірцем», показуючи, наскільки школа готова до реалізації такої політики [4, 86].

Інклюзивна освіта – це навчання дітей з обмеженими можливостями (а також інших дітей із спеціальними потребами в навчанні) в загальній школі, але за умови, що це шкільна система пристосовується до індивідуального темпу навчання, здібностей, можливостей дитини. На протигагу інтегральному навчанні, яке закладає пристосованість можливостей дитини з обмеженими можливостями до проблем системи освіти, подібних для всіх дітей, інклюзивне навчання акцентує на різноманітності й еластичності, пов'язаних із потребами й можливостями окремих учнів.

Висновки. Отже, інклюзивна школа – це школа, у якій ідентифіковано перешкоди, які роблять неможливою повноцінну участь у навчальному процесі учнів із спеціальними потребами в навчанні і в якій було вжито заходів для усунення цих перешкод. Умовою функціонування

такої школи є включення всіх учителів, а також відхід від думки, що лише шкільні спеціалісти відповідають за дитину з інвалідністю.

Список використаних джерел:

1. Кравченко Т.В. Соціалізація дітей шкільного віку у взаємодії сім'ї і школи : монографія / Т.В.Кравченко ; Інститут проблем виховання АПН України. – К. : Фенікс, 2013. – 416 с.
2. Мігалуш А. О. Інклюзивна освіта та супровід навчання і виховання – основа інтеграції в суспільство людей з особливими потребами / А. О. Мігалуш // Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами : зб. наук. пр. – К. : Університет «Україна», 2009. – № 6(8). – 484 с.
3. Бацман О. С. Інтегрована освіта в Україні: погляд зсередини / О. С. Бацман // Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент, 2012. – С.87–94.
4. Бацман О. С. Інтегроване навчання: адаптаційний потенціал / О. С. Бацман // Вісник Національного технічного університету «Київський політехнічний інститут». – 2011. – №4. – С. 69–78.

Світославська Альона Вікторівна,
здобувач спеціальності «Соціальна робота»,
Рівненський інститут Університету «Україна»

Скляр Тетяна Петрівна,
асистент кафедри соціальної роботи,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

МІЖНАРОДНИЙ ДОСВІД ОРГАНІЗАЦІЇ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З БАГАТОДІТНИМИ СІМ'ЯМИ

Вступ. Функціонування багатодітної сім'ї в Україні та світі є неоднозначним і з позиції держави, і з позиції громади. Упровадження економічних заходів підтримки багатодітності є першим завданням, другим за значенням завданням є зміна негативного іміджу багатодітної сім'ї, відмова від сприйняття в українському суспільстві багатодітності як «негарздів», «малозабезпеченості». Існує потреба в поширенні у громадській свідомості розуміння важливості й цінності багатодітної сім'ї.

Дослідження і публікації. На сьогодні дослідження сім'ї в Україні, практична робота з сім'єю є доволі популярним напрямком соціологічної науки і практики соціальної роботи. Українськими соціологами (Л.Р. Аза,

Н.В. Лавриненко, М.Й. Боришевський, С.О. Войтович, І.С. Дьоміна, В.М. Піча, Г.О. Ковтун, В.Ф. Рибаченко, Б.О. Татенко, В.І. Зацепін, Л.М. Бучинська, О.Д. Цимбалюк, Ю.М. Якубова та ін.) вивчається ряд важливих проблем, пов'язаних із репродуктивною поведінкою сім'ї, поєднанням професійних і сімейних ролей тощо.

Виклад основного матеріалу. Соціальна підтримка сімей – це частина (форма) сімейної політики, метою якої є надання допомоги родинам у подоланні різного роду стресових ситуацій, у вирішенні проблем, що виникають у їх житті, з якими сім'ї не можуть упоратися самі, за рахунок своїх внутрішніх ресурсів. Соціальна ж робота з сім'ями – це діяльність, що реалізує таку соціальну підтримку.

Протягом усього свого життя сім'я може зіткнутися і неминуче стикається з найрізноманітнішими проблемами, може опинитися і неминуче опиняється в тих чи інших ситуаціях, які породжують напруження, стреси і здійснюють той чи інший, позитивний або негативний, вплив на сім'ю і на її долю. Ці проблеми і кризи мають різну природу і походження. Частина з них пов'язана з проходженням сім'ї через різні стадії життєвого циклу з тими звичайними, природними подіями, які відбуваються в сім'ях які відмежовують одну стадію життєвого циклу від іншої. Будь-яка «нормальна», «природна» подія в житті сім'ї (одруження, народження дитини, вступ дитини до школи, чиясь смерть або хвороба і т. д.), зміни в сім'ї або її структурі, що викликаються цими подіями, породжують у сім'ях ті чи інші проблемні ситуації, кризи, вимагають від сім'ї ухвалення відповідних рішень, мобілізації для цього необхідних ресурсів. Інші проблеми і кризи, з якими доводиться стикатися сім'ї, породжуються не її власним розвитком, а випадковими щодо нього сімейними подіями типу хвороби, передчасної смерті, тривалої розлуки, розлучення, втрати роботи, тюремного ув'язнення, які можуть відбутися в сім'ї, або «позасімейним стресором зовнішнього середовища, які сім'я не може контролювати» [1, 27.] (стихийні лиха, політичні та економічні кризи, інфляція, безробіття, воєнні дії і под.). Ці зовнішні щодо розвитку сім'ї події та породжувані ними кризи і проблемні ситуації так само, як і нормативні стреси, певним чином структурують сім'ю, порушують її адекватність і цілісність і викликають необхідність їхнього вирішення та мобілізації з цією метою відповідних ресурсів.

З точки зору спроможності сім'ї вирішити виникаючі перед нею нормативні та ненормативні кризи всі сім'ї можуть бути поділені на три групи [1, 29–30]: сім'ї, у яких система взаємодій досить гнучка, члени яких вільні у прояві своїх почуттів і бажань, у яких вусі виникаючі проблеми обговорюються всіма членами сім'ї, що дає можливість

знаходити нові зразки відносин, адекватно змінювати сімейну структуру; сім'ї, у яких основна маса зусиль спрямована на підтримання злагоди і єдності перед зовнішнім світом і в яких виключені будь-які індивідуальні розбіжності, а згадана єдність досягається як підпорядкування волі і бажань усіх волі і бажанням одного (голови, лідера тощо); сім'ї, у яких взаємодії хаотичні і засновані на безперервних суперечках і конфліктах, які ведуть до кризи, і в яких минулий досвід не служить орієнтиром для поведінки в майбутньому.

Очевидно, що об'єктами соціальної підтримки можуть бути сім'ї, що належать до будь-якого з цих трьох типів. У цілому можна стверджувати, соціальна підтримка повинна бути спрямована не на якусь «середньостатистичну сім'ю», щодо якої можна робити лише абстрактні, невизначені припущення про проблеми, з якими вона може зіткнутися, а тільки на конкретні, реальні сім'ї, що знаходяться на певній стадії життєвого циклу і відчувають ті чи інші нормативні або ненормативні кризи і стреси. Отже, соціальна підтримка – це завжди робота з різними типами сімей, що мають специфічні потреби і відчувають специфічні труднощі [2].

Слід зазначити, що як у закордонній, так і у вітчизняній літературі питання про диференційований підхід до соціальної підтримки сімей (або про соціальну роботу з сім'ями, про соціальний захист сімей тощо) обговорюється досить широко. Однак найчастіше це питання ставиться (особливо у вітчизняній літературі) в неадекватній, на наш погляд, формі надання допомоги окремим членам сім'ї, насамперед дітям. Так, Джилл Г.Барнз, говорячи про конкретні типи сімей, з якими доводиться мати справу соціальним працівникам, згадує такі сім'ї, сім'ї, що розлучаються, сім'ї з одним з батьків, сім'ї з вітчимою або мачухою, сім'ї з прийомними батьками, сім'ї, що мають дітей-інвалідів, сім'ї, в яких хтось із їх членів знаходиться в ув'язненні або в психіатричній лікарні, сім'ї, що мають маленьких дітей, сім'ї, у яких має місце насильство стосовно дітей або інших членів, сім'ї з дітьми-підлітками, що мають схильність до самогубства, і т. д. Автори англійської довідника з організації терапевтичної роботи з сімейними групами поряд із зазначеними вище згадують також ряд інших типів сімей, що мають проблеми як нормативного, так і ненормативного характеру (сім'ї з гіперактивними дітьми, сім'ї з проблемними шлюбними відносинами, сім'ї алкоголіків, безробітних і т. д.), а також мультипроблемні сім'ї (сім'ї з поєднанням двох або більше проблем). В американському огляді робіт з проблем соціальної підтримки сімей у ситуаціях стресу виділяються такі типи сімей, як молоді сім'ї, у тому числі сім'ї напередодні та відразу після народження першої дитини, двокар'єрні сім'ї, бідні сім'ї, сім'ї, у яких

померла маленька дитина, і т. д. [3, 4]. У вітчизняній літературі також розглядаються питання соціальної роботи з сім'ями різних типів, у тому числі багатодітними, неповними, що мають девіантних дітей і т. д.

У багатьох країнах Європи, у тому числі в Німеччині, у структуру соціальної роботи введені організатори вільного часу. Ці спеціалісти іменуються аніматорами. Термін цікавий тим, що він відображає специфіку роботи такого керівника (фр. "animateur" значить надихнути, спонукати до якоїсь діяльності). Аніматор намагається створити умови для цікавої діяльності, спонукає людину нею займатися. Він сприймається як член групи, який бере участь у її житті, а не знаходиться поза або поруч із нею, відповідальний за соціальне і культурне вдосконалення групи. Діяльність аніматора може бути різнобічною або мати певну спеціальну спрямованість. Сучасний організатор вільного часу намагається завжди бути з клієнтами, добре їх знати і жити їхніми інтересами. Часто, сам будучи особистістю, він створює і для інших умови стати такими. Особливо це важливо для дітей. Дитина уважно спостерігає за організатором і намагається наслідувати його. Будь-яка діяльність, що організовується, не є самоціллю. Це лише засоби для створення середовища, у якому кожна людина могла б успішно розвиватися. У такому випадку центр з організації вільного часу сам по собі як заклад перетворюється на життєвий і привабливий осередок. Правильно організоване соціальне середовище дуже впливає на підвищення загального рівня розвитку особистості. Аніматор створює сприятливі умови для її вдосконалення і більш легкої інтеграції в суспільство.

Дедалі більше уваги в Німеччині приділяється соціально-педагогічній діяльності в мікрорайоні, яка включає цілий комплекс соціально-педагогічних закладів. При цьому специфіка мікрорайону істотно визначає основний напрямок соціально-педагогічних зусиль (так, наприклад, у робочих кварталах акцент робиться на превентивній та освітній діяльності та консультативно-терапевтичній – у районах новобудов і т. д.). Старі квартали, де нерідко відсутні необхідні умови для нормального розвитку дітей і молоді, є потенційним осередком девіантної поведінки. Соціальний педагог робить ставку на роботу не з одиничним випадком, тобто клієнтом, що потребує його консультації, поради або допомоги, а цілими групами молоді, звичайно гомогенними з погляду соціально-економічних характеристик, яким потрібна дієва радикальна допомога. Така допомога неминуче передбачає, окрім належної професійної підготовки соціального педагога, і певні права, реальні можливості, насамперед власну чітку соціальну позицію. Аналіз

соціальних причин безпритульності і педагогічної занедбаності є необхідною передумовою в цій роботі.

Як бачимо із наведеного вище аналізу зарубіжного досвіду, соціальна і соціально-педагогічна робота являє собою особистісну службу допомоги людям і спрямована на вирішення всієї сукупності проблем у контексті “особистості і навколишнього середовища”, де в епіцентрі завжди повинна стояти людина і зусилля соціальних працівників/педагогів повинні бути спрямовані на вирішення її проблем. Поряд із допомогою людині в періоди особистісного й соціального неблагополуччя соціально-педагогічна допомога передбачає захист її прав, інтересів, людської гідності і права на гідне життя.

Надаючи соціально-педагогічну допомогу клієнтам, соціальний педагог працює як в умовах інституційного середовища, так і в умовах відкритого сімейно- побутового мікросередовища та його оточення.

Соціальний працівник/педагог має справу як з окремою людиною, групою людей, так і з соціальним оточенням, у якому вони проживають. У процесі соціальної допомоги він повинен сприяти обом сторонам, які вступили у взаємодію, – як клієнту, так і установі.

Новими сферами соціальної роботи стала соціальна робота за місцем проживання, у тому числі в сільській місцевості, на підприємствах, у геріатричних центрах, з біженцями, переселенцями, іноземними громадянами, на вулицях, у групах самопомоги та ін.

На наше глибоке переконання, діяльність соціального працівника і соціального педагога повинна бути зорієнтована на роботу з усіма категоріями населення – дітьми, дорослими, їх сім'ями, людьми похилого віку; вона повинна бути спрямована на активізацію соціокультурних і соціально-педагогічних функцій суспільства, сім'ї, громади та особи. Соціальний працівник/педагог покликаний створювати систему соціальної допомоги розвитку і саморозвитку особистості, створювати умови найбільшого сприяння психологічному комфорту. З метою досягнення мети – допомогти людині – повинні об'єднуватися зусилля соціальних педагогів, соціальних працівників, усіх фахівців соціальної і соціально-педагогічної сфери.

Наприкінці ХХ – на початку ХХІ сторіччя швидкими темпами відбувається процес скорочення населення у країнах Європейського Союзу. Показник сумарної народжуваності на рівні 1,1 – 1,2 дитини на одну жінку спостерігається в Чехії, Іспанії, Словенії, у Німеччині – 1,3, у Канаді – 1,4. Ці країни вдаються до практики стимулювання народжуваності в тих родин, які вже мають дітей та бажають збільшити їх чисельність.

Занепокоєність демографічними тенденціями стала дедалі більше

виявлятися в 30 – 40-х роках, тоді як у Франції через історичні умови її розвитку різке зниження народжуваності почалося ще в перші десятиліття XIX століття як реакція на спробу проведення демографічної політики в державному масштабі. 1946 року мови у Франції було запроваджено практику широкої системи грошових виплат сім'ям, спрямовану на заохочення народжень першої, другої та особливо третьої дитини.

Таким чином, європейські країни намагаються зберегти рівень відтворення населення за рахунок популяризації багатодітності. У Німеччині допомога багатодітним сім'ям здійснюється у формі окремої податкової знижки таким чином, що під час розрахунку прибуткового податку на дохід особи з оподаткованої суми не утримується певна сума допомоги на дітей. У Франції законодавство передбачена допомога батькам на виховання дитини, допомога на шкільні потреби, допомога для забезпечення догляду за дитиною до 6 років удома найнятою особою. При народженні третьої дитини мати чи батько отримують право на річну відпустку зі щомісячною оплатою 750 євро.

Уряд Великобританії надає вагому підтримку молоді. На допомогу сім'ям встановлено податкові знижки на дітей, грошові дотації, пільговий розподіл житла сім'ям з дітьми. Надається щотижнева допомога на дітей до 16 років (до 19 років тим, хто навчається).

В Австрії щодо розміру допомог і пільг на чільне місце ставиться число дітей у сім'ї, а не доходи сім'ї. Допомога сім'ям видається з громадських фондів. Компенсаційний фонд сім'ї, якому передані всі повноваження у видачі сімейної допомоги, фінансується із засобів підприємців. Інші джерела – уряд і органи виконавчої влади провінцій, які виділяють кошти з податкових надходжень. Провінції роблять внесок у компенсаційний фонд сім'ї пропорційно кількості жителів. Фонд підпорядковано міністерству сім'ї, молоді та захисту споживача. Виплати на дітей видаються до 27 років.

Виплати сім'ям виплачуються залежно від доходу. Учні, дітям виплачується допомога до 25 років. У цій країні послідовно розширюються соціальні пільги сім'ям з дітьми. Зростанню населення в останні роки країна зобов'язана щедрою сімейною політикою; сімейна допомога виплачуються всім, включно з іммігрантами. Відповідно до Плану страхування материнства і батьківства батьки, як і матері, можуть щороку одержувати 60 днів оплачуваної післяпологової відпустки для догляду за дитиною і десять днів – у зв'язку з народженням дітей. Облік інтересів батьків базується у Швеції на кооперації профспілок з підприємцями й урядом; більшість профспілок має спеціальні відділи, які захищають інтереси сім'ї. Подібних умов проведення скоординованої політики немає лише в іншій країні Заходу.

У Бельгії держава здійснює широке коло заходів у рамках сімейної політики: виплату допомоги, зниження податків, субсидії на житло і навчання дітей тощо. Допомога збільшуються залежно від його віку дитини: у 14 років вона утричі більша, ніж для дитини чотирьох років. Коли дитина навчається, то допомога виплачується до 25 років.

Уряд Греції, де падає народжуваність, заохочує розширення сім'ї допомогою на четверту і п'яту дитину у 12 – 18 разів більшою, ніж на першу [4]

Відповідно до Кодексу про шлюб і сім'ю Республіки Білорусь від 9 липня 1999 р. №278-3 багатодітною є сім'я, у якій на утриманні і вихованні перебувають троє та більше дітей. Статус багатодітної сім'ї у Республіці Білорусь, як і в Україні, не регулюється єдиним законодавчим актом і в багатьох випадках пов'язаний з державною підтримкою молодих та малозабезпечених сімей. Серед найважливіших нормативно-правових актів з цього питання є: Закон Республіки Білорусь „Про державні допомоги родинам, що виховують дітей" від 30 жовтня 1992 р. №1898-ХП, Указ Президента Республіки Білорусь „Про надання громадянам пільгових кредитів на будівництво (реконструкцію) або придбання житлових приміщень" від 14 квітня 2000 р. №185, Указ Президента Республіки Білорусь „Про надання молодим та багатодітним сім'ям фінансової підтримки держави" від 22 листопада 2007 року №585.

Висновки. Отже, сімейна політика має на меті зміцнення сім'ї як соціального інституту. Ця мета має фундаментальний довгостроковий характер. Однак відродити і зміцнити сім'ю як соціальний інститут можна лише допомагаючи окремим конкретним сім'ям вирішувати їхні життєві проблеми, надаючи їм підтримку в їхніх зусиллях упоратися з проблемними ситуаціями, що неминуче виникають у їхньому житті.

Список використаних джерел:

1. Балакірева М.О. Формування сексуальної культури молоді : навч. посібник / М.О. Балакірева. – К. : Знання-Прес, 2009. – 128 с.
2. Інформаційні матеріали щодо підсумків проведення соціальної роботи з сім'ями, дітьми та молоддю у 2015 році / за заг. ред. Н.Л. Лук'янової. – К. : Держсоцслужба, 2008. – 76 с.
3. Трубавіна І.М. Родиноцентричний підхід до соціально-педагогічної діяльності з сім'єю // І.М. Трубавіна // Науково-методичний журнал «Соціальна робота в Україні: теорія і практика». – 2008. – №3. – С.11–19.
4. Соціальна робота з сім'ями, дітьми та молоддю у I півріччі 2014 року // Науково-методичний журнал «Соціальна робота в Україні: теорія і практика». – 2014. – №3. – С. 69–75.

Хом'як Наталія Михайлівна,
студентка 5-го курсу спеціальності «Соціальна робота»,
Рівненський інститут Університету «Україна»
Науковий керівник: Цимбалюк Олена Миколаївна,
к. п. н., доцент, завідувачка кафедри соціальної
роботи та гуманітарно-соціальних дисциплін,
Рівненський інститут Університету «Україна»

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ТЕХНОЛОГІЇ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

Постановка проблеми. Важкий соціально-економічний стан країни призвів наше суспільство до серйозних труднощів і внутрішніх конфліктів, до значного збільшення рівня поширеності і різноманіття форм аморальних вчинків, злочинності та інших видів відхилень поведінки. Соціальні кризові процеси, що відбуваються в сучасному українському суспільстві, негативно впливають на психологію дітей підліткового віку, що породжує тривожність і напруженість, озлобленість, жорстокість і насильство.

Тривожним симптомом є зростання числа підлітків з девіантною поведінкою, що виявляються в асоціальних діях (алкоголізмі, наркоманії, порушенні громадського порядку, хуліганстві, вандалізмі та ін.). У крайніх формах стали виявлятися жорстокість і агресивність. Різко зросла злочинність серед молоді. Поширюється вплив на незрілу підліткову психіку кібернетичного суїциду так званої злочинної комп'ютерної общини «синіх китів».

Оскільки саме в цей віковий період у дітей відбувається процес адаптації до соціальних умов узагалі та підліткового життя зокрема, соціальна пристосованість, вищий рівень довільної поведінки тощо. Саме тому період підліткового віку відіграє винятково важливу роль у формуванні соціально значущої поведінки дітей та корекції відхилень у ній.

Девіантна поведінка (лат. *deviatio* – відхилення) – система дій і вчинків людей, соціальних груп, що суперечать соціальним нормам або визнаним у суспільстві шаблонам і стандартам поведінки: 1) людина не дотримується вимог соціальної норми, вибирає відмінний від неї варіант поведінки в певній ситуації, що призводить до порушення міри взаємодії особистості та суспільства, групи та суспільства, особистості та групи; 2) основні детермінанти – конфлікт інтересів, цінностей, розбіжність потреб, деформація засобів їх задоволення, недоліки виховання, життєві

невдачі та прорахунки [2]. Підлітки виявляють ще недостатню готовність протидіяти негативним чинникам соціального життя, підпадають під негативний вплив, виявляють схильність до девіантної поведінки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Професійний інтерес соціальних працівників, психологів і педагогів до різних видів і рівнів змін особистості дитини та її особливостей нині дуже високий. Про це свідчать спрямованість і кількість робіт, присвячених проблемі девіантної поведінки [1, 2, 4, 7]. За останні роки психологами і педагогами було виконано низку досліджень щодо вивчення, діагностики та корекції порушень девіантної поведінки підлітків. Цьому присвячені роботи С.А. Беличева, І.В. Дубровіної, І.С. Кона, В.Т. Кондрашенко, А.Е. Лічко та ін. У результаті досліджень науковців Г. Васяновича, О. Вишневського, Р. Каримової, І. Козубовської, Т. Колесіної, В. Кудрявцева, Т. Люріної, О. Матвієнко, Г. Пономаренко, М. Фіцули та інших учених отримано важливі дані про психолого-педагогічні фактори, що сприяють ефективності поведінкового виховання учнів. Дотичними до проблеми профілактики та корекції поведінки підлітків є праці О. Бовть, О. Гуляр, Н. Заваденко, В. Постового, В. Синьова [6, 8, 11].

Разом із тим наголосимо, що тривалий час у педагогіці на перший, і часто єдиний, план висувалося завдання корекції пізнавальної сфери дитини та залишалися недостатньою мірою досліджені особливості порушень поведінки дітей. Разом з тим успішність соціальної адаптації та інтеграції в суспільство дітей, особливо в підлітковому віці, визначається не лише глибиною порушень пізнавальної сфери, але й порушеннями поведінки підлітків. Більшість науковців стверджують, що в походженні порушень поведінки дітей головними є агресивність у різних формах її прояву, а також негативізм у поведінці, що призводять до соціальної та психологічної дезадаптації. У результатах досліджень констатовано, що до основи підліткових порушень, які супроводжуються агресивною поведінкою і негативізмом, як правило, покладено психологічні та соціально-психологічні чинники. До перших належать порушення у мотиваційній, емоційній, вольовій та моральній сферах особистості, до других – соціально-нестабільна позиція дитини і негармонійне сімейне виховання.

Відтак, аналізом наукової літератури встановлено, що, з огляду на специфіку цієї проблеми нині все більшу увагу науковців привертають насамперед дослідження психологічних причин порушень поведінки дітей різних вікових груп, тоді як соціологічні аспекти, зокрема питання профілактики й корекції підліткової девіантності, поки що залишаються в тіні.

Формулювання мети статті. Головна мета цієї статті полягає у

висвітленні теоретичних аспектів проблеми технологій соціальної роботи з профілактики й корекції девіантної поведінки підлітків на основі сучасної наукової літератури.

Виклад основного матеріалу дослідження. Результати досліджень психологів, педагогів, соціологів засвідчують, що в більшості дітей підліткового віку трапляються різного роду життєві проблеми і труднощі, серед яких порушення поведінки посідають одне з провідних місць [4, с. 142]. Порушення поведінки розглядаються ученими як повторювані стійкі дії чи вчинки [5]. При цьому основними діагностичними критеріями порушень поведінки підлітків є злочинство, втечі з дому, навмисна брехливість, прогули шкільних занять, участь у підпалах, вандалізм, напади на людей, руйнування чужої власності, фізичне або сексуальне насильство, жорстокість стосовно людей або тварин.

Відаючи належне здобутку дослідників даної проблеми, слід визнати недостатню розробленість деяких важливих теоретико-методологічних соціологічних аспектів, пов'язаних з порушенням поведінки підлітків, а саме: серед теоретиків й практиків соціально-психологічної роботи з підлітками досі ще немає єдності думок у визначенні поняття порушення поведінки і у вирішенні критеріїв девіантної поведінки; відсутня загальноприйнята систематика порушення поведінки підлітками, а також комплексний соціологічний аналіз проблеми порушення девіантної поведінки дітей. Слід додати ще й те, що велика частина соціально-психологічних досліджень з проблеми дитячої девіантності орієнтована на підлітковий вік, тоді як дезадаптивні прояви мають місце ще у в молодшому шкільному віці, а відтак, профілактика і корекція порушень поведінки може зміщуватися на цей віковий період; серед науковців й практиків також переважає фрагментарне уявлення про шляхи корекції порушення поведінки досліджуваного контингенту соціально-сімейно неблагополучних дітей та важковиховуваних дітей, водночас відомо, що дивіантність лише тим не обмежується. Окрім того, слід наголосити, що в численних роботах, присвячених проблемі порушення поведінки дітей та її корекції, вказується на необхідність її вирішення, але технологія корекції порушення поведінки саме в соціальній роботі, побудована з урахуванням даних соціологічних й психолого-педагогічних досліджень, досі ще не розроблена.

З огляду на все наведене вище маємо змогу резюмувати, що актуальність дослідження цієї проблеми визначається потребою у глибокому соціологічному, психолого-педагогічному аналізі змісту, структури і динаміки порушень поведінки дітей підліткового віку, у визначенні засобів своєчасної корекції порушень поведінки.

Здійснений нами аналіз масової практики соціальної роботи з профілактики й корекції девіантної поведінки підлітків показує, що дедалі частіше батьки, вихователі дитячих колективів, учителі загальноосвітніх навчальних закладів, організатори дитячих осередків, працівники правоохоронних органів мають справу із зростанням порушень поведінки серед учнів підліткового віку. На жаль, як уже було сказано вище, цій проблемі не приділена достатня увага в науковій і методичній літературі з соціальної роботи, хоча вона є надзвичайно важливою і потребує свого вирішення.

Однак, оскільки саме в підлітковому віці закладаються основні стереотипи поведінки людини, виявлення основних чинників відхилення дітей допомагає не лише пояснити причини негативних відхилень у поведінці підлітків, а й з'ясувати шляхи корекції проявів девіації серед учнів початкових класів. Тому для визначення особливостей технології соціальної роботи з профілактики й корекції девіантної поведінки підлітків має особливо вагоме значення типологізація поведінки дітей підліткового віку.

Аналізуючи прояви підліткової девіантності, маємо змогу констатувати, що порушення поведінки належить до одиночного агресивного типу. Крім зазначених вище загальних діагностичних критеріїв поведінкових порушень, підлітків цього типу, має місце також домінування агресивної у фізичному або вербальному плані поведінки. Переважно вона спрямовано проти дорослих і родичів. Такі діти схильні до ворожості, словесної брутальності, нахабства, непокори й негативізму стосовно дорослих, постійної брехні, прогулів та навіть вандалізму [3, с. 87].

Підлітки з вказаним типом порушень зазвичай навіть не намагаються приховати свою антисоціальну поведінку. Вони часто рано починають втягуватися в сексуальні відносини, вживають тютюн, алкоголь і наркотики. Агресивна антисоціальна поведінка може набувати форм хуліганства, жорстокості стосовно однолітків. Для більшості дітей, віднесених до одиночного агресивного типу, властива низька самооцінка, хоча вони іноді проєктують образ «жорсткості». Характерно, що вони ніколи не заступаються за інших, навіть якщо це їм вигідно. Їх егоцентризм виявляється в готовності маніпулювати іншими на свою користь без найменшої спроби домогтися взаємності. Вони не цікавляться почуттями, бажаннями і благополуччям інших людей. Рідко відчують почуття провини або докори сумління за свою бездушну поведінку і намагаються звинуватити інших. Ці діти не тільки часто відчують незвичайну фрустрацію, але й зовсім не підкоряються ніякій дисципліні. Разом з тим визначальною особливістю такої агресивної

поведінки є самотність, а не груповий характер діяльності [3, с. 90].

Інший тип порушення поведінки – групова агресивність, характерною домінуючою особливістю якої є агресивна поведінка, що виявляється в основному у вигляді групової активності в компанії друзів. Така поведінка завжди виявляється поза сім'єю. Вона включає прогули, деструктивні акти вандалізму, серйозну фізичну агресію або випадки проти інших. Прогули, злодійство, а також досить незначні правопорушення й антисоціальні вчинки є швидше правилом, ніж винятком [2, с. 91]. Важливою і постійно динамічною характеристикою такої поведінки є значний вплив групи однолітків на вчинки дітей та їхню надзвичайну потребу в залежності, що виражається в необхідності бути членом групи. Тому діти з названими порушеннями зазвичай дружать з однолітками. Вони часто виявляють інтерес до благополуччя своїх друзів або членів своєї групи і не схильні звинувачувати їх або доносити на них.

Ще один тип порушення поведінки девіантних підлітків виявляється у вигляді непокорі і непослуху. Суттєвою особливістю порушення поведінки з непокорю і непослухом є зухвала поведінка з негативізмом, ворожістю, конфліктністю, часто спрямована проти батьків або вчителів. Діагностичними критеріями для такого типу порушень поведінки є імпульсивність, дратівливість, відкритий чи прихований опір вимогам оточуючих, вразливість і підозрілість, недоброзичливість і мстивість, конфліктність. Діти із зазначеними ознаками поведінки часто сперечаються з дорослими, втрачають терпіння, сваряться, сердяться, обурюються і легко дратуються іншими. Вони часто не виконують прохань і вимог інших і спеціально дратують їх. Намагаються звинуватити інших у своїх власних помилках і труднощах. Названі порушення майже завжди виявляються вдома і в школі при взаємодії з батьками, іншими дорослими чи однолітками, яких дитина добре знає [6, с. 92]. Порушення у вигляді непослуху й непокорі завжди перешкоджає нормальним взаємовідносинам з іншими й успішному навчанню в школі. У таких дітей часто немає друзів, і вони не задоволені тим, як складаються людські стосунки. Незважаючи на нормальний інтелект, вони погано вчаться у школі або зовсім не встигають, оскільки не хочуть ні в чому брати участь. Крім того, чинять опір вимогам і хочуть вирішувати свої завдання без сторонньої допомоги [7, с. 95]. Це питання набуває в сучасних умовах організації виховної роботи актуального характеру.

Таким чином, аналіз наукової літератури і практичного досвіду з проблеми профілактики та корекції поведінки учнів підліткового віку дає підстави стверджувати, що найпоширенішим для більшості дослідників було усвідомлення відхилень поведінки як прагматичного

ставлення дитини до соціального і природного середовища. У педагогічній науці існували різні погляди щодо визначення основ девіантної поведінки учнів підліткового віку, які можна об'єднати у три основні групи:

- причини, пов'язані з особливостями психічного розвитку дитини;
- причини, пов'язані з особливостями виховання у сім'ї;
- причини, пов'язані з особливостями навчально-виховного процесу [1, 2, 4].

З огляду на вищенаведене у практиці соціальної роботи постає питання активного пошуку інноваційних технологій з корекції девіантної поведінки підлітків. При цьому корекція розглядається як психолого-педагогічний вплив, який не зводиться до тренувальних вправ, спрямованих на виправлення (ліквідацію) окремо взятого дефекту, а має на увазі вплив на особистість у цілому [1]. Головна мета корекційного процесу – зменшення частоти прояву форм девіантної поведінки. Корекція розглядається як шлях або спосіб подолання та ослаблення девіантних форм поведінки через формування відповідних життєво необхідних якостей [1].

Певний інтерес становлять результати досліджень С. Гарькавець [4], яка для мінімізації девіантності в поведінці юнаків та дівчат пропонує застосовувати заходи, що базуються на психотерапевтичних принципах або дієвих соціально-нормативних впливах. До перших належить системне поєднання когнітивної психотерапії з терапією ціннісно-сислової сфери, а до других – система соціально-нормативних впливів [4, с. 29]. За таких обставин особливого значення набуває профілактична соціальна робота з девіантними підлітками.

Здійснений нами емпіричний аналіз системи профілактики девіантної поведінки, негативних явищ у дитячому та підлітковому середовищі показав, що центрами соціальних служб для дітей, сім'ї та молоді проводяться комплекс заходів профілактичного характеру – рольові ігри, міні-лекції, відеолекторії, бесіди, тренінги та ін. Окрім цього, створюються мобільні консультативні пункти в сільській місцевості та віддалених районах, залучаються до співпраці спеціалісти інших галузей. У профілактичній роботі акцентується на соціальній профілактиці, посиленні інформаційно-просвітницької роботи з молоддю за методом "рівний-рівному", запобіганні соціально небезпечним хворобам, формуванні здорового способу життя, залученні молоді (волонтерів) до створення та розповсюдження інформаційно-освітніх матеріалів. Соціальна профілактика ґрунтується на виявленні несприятливих психобіологічних умов, психолого- педагогічних чинників, які зумовлюють відхилення у психічному і соціальному

розвиткові дітей, підлітків, молоді в їхній поведінці, стані здоров'я, а також на організації життєдіяльності та дозвілля молоді [7]. Зміст соціальної профілактики становить:

- роз'яснення правових норм соціально значущої діяльності та поведінки, ознайомлення з нормативними міжнародними і державними документами, які забезпечують розвиток особистості, рівень освіти, вибір професії;
- надання різним категоріям молоді інформації про можливі наслідки асоціальних дій, нехтування здорового способу життя, відмови від культурного проведення дозвілля;
- організація заходів щодо забезпечення програми позитивної життєдіяльності особистості;
- здійснення системи соціального захисту різних категорій молоді (забезпечення роботою, навчанням);
- формування відповідальності за можливі наслідки протиправних дій [7].

Варто відзначити, що робота психолога з корекції поведінки молоді й стосунків у сім'ї та соціумі належить до форми соціальної профілактики і здійснюється психологами соціальних служб. Сучасну модель соціальних служб в Україні представляють центри, відділення, кабінети медико-соціальної допомоги дітям та молоді "Клініки, друзі до молоді" (КДМ).

КДМ є структурним підрозділом закладу охорони здоров'я і надають медико-соціальну допомогу дітям та молоді з проблем збереження здоров'я на основі "дружнього підходу", який рекомендовано Всесвітньою організацією охорони здоров'я і Дитячим фондом ООН – ЮНІСЕФ. Основним у реалізації ідеології КДМ є надання допомоги підліткам і молоді через розуміння їхніх проблем, спільний пошук шляхів зміни поведінки, спрямованих на збереження здоров'я. Тобто для підлітків та молоді користь від роботи КДМ полягає в тому, що вони здобувають реальну можливість самостійно одержати медичну й психологічну допомогу, інформацію про збереження здоров'я, а отже, – легше пройти період дорослішання [5, с. 71].

Основними завданнями профілактичної роботи та корекції девіантної поведінки у КДМ є такі: підвищення рівня інформованості цільової групи; формування навичок відповідального ставлення до свого здоров'я і відповідальної поведінки задля його збереження. Ефективності реалізації профілактично-корекційної діяльності сприяє комбінування різних форм і методів профілактичної роботи. Це можуть бути лекції, бесіди, аудіо-, відеопродукція, семінари, тренінги, навчання за методом "рівний-рівному", консультування, масові заходи тощо. Варто відзначити,

що всі фахівці, котрі працюють у вищезгаданому напрямку, проходять спеціальне навчання, у процесі якого вони набувають не лише знань, а й навичок організації та проведення профілактичної роботи [5]. Принципи ефективної профілактичної діяльності КДМ полягають у наступному: адресності – урахуванні у профілактичній роботі особливостей віку, рівня психічного та фізичного розвитку, культурних, соціальних, релігійних особливостей цільової аудиторії; вивченні запиту цільової групи; залученні цільової групи та іншими зацікавленими цим питанням закладами; просвітницьких заходів, формування волонтерської команди; коректності – тактовності в наданні інформації, позиції ненав'язливості, можливості вибору моделі поведінки; повазі позицій, почуттів і емоцій учасників; послідовності – системності роботи з урахуванням базових знань учасників; комплексності – інформуванні, мотивації на збереження здоров'я, розвиток життєвих навичок спільно фахівцями КДМ, ЦСССДМ, закладів освіти та іншими зацікавленими цим питанням закладами; контролі та підтримці – супервізії спеціалістів щодо реалізації мети, принципів та напрямків діяльності КДМ, ресурсній підтримці [5, с. 87]. Всесвітня організація охорони здоров'я (ВОЗ) пропонує вирізняти первинну, вторинну й третинну профілактику. Первинна профілактика спрямована на усунення несприятливих факторів, що викликають конкретне явище, а також на підвищення опору особистості впливу цих факторів. Завдання вторинної профілактики – раннє виявлення й реабілітація нервово-психічних порушень і робота з "групою ризику". Третинна профілактика вирішує такі спеціальні завдання, як лікування нервово-психічних розладів, що супроводжуються порушеннями поведінки. Вона також може бути спрямована на попередження рецидивів в осіб з уже сформованою девіантною поведінкою [6]. Соціально-психологічна профілактика може складати комплекс заходів усіх трьох рівнів. Вважається, що вона найбільш ефективна у формі впливу на умови й причини, які викликають девіантну поведінку, на ранніх етапах [6].

Аналіз досвіду засвідчує, що існує сім різних форм соціально-психологічної профілактики. Практичні психологи соціальних служб намагаються впроваджувати їх у свою діяльність у рамках програми корекції девіантної поведінки. Перша форма – організація соціального середовища на основі подання про її вплив, що детермінує, на формування девіацій. Впливаючи на соціальні фактори, можна запобігти небажаній поведінці особистості. Вплив може бути спрямований на суспільство в цілому, наприклад, через створення негативної суспільної думки про поведінку, що відхиляється від загальноприйнятих норм. Об'єктом роботи також може бути сім'я, соціальна група або конкретна особа. Друга форма – інформування, що включає способи

впливу на когнітивні процеси особистості з метою підвищення її здатності до прийняття конструктивних рішень. Для цього часто використовуються статистичні дані, наприклад, про шкідливий вплив наркотиків на здоров'я та особистість та ін. При цьому перераховуються негативні наслідки вживання наркотиків або описуються драматичні долі девіантів, їхня особистісна деградація. Саме по собі інформування не знижує рівень девіацій. Третя форма соціально-психологічної профілактики – активне навчання соціально важливим навичкам. Ця форма переважно реалізується через групові тренінги – резистентності, асертивності, формування життєвих навичок. Четверта форма – організація діяльності, альтернативної девіантній поведінці. Ця форма роботи пов'язана з поясненням ефекту, що заміняє девіантну поведінку. П'ята форма – організація здорового способу життя на основі уявлень про особисту відповідальність за здоров'я, гармонію з навколишнім світом і своїм організмом. Уміння людини досягати оптимального стану й успішно протистояти несприятливим факторам середовища вважається особливо цінним. Шоста форма – активізація особистісних ресурсів. Заняття спортом, творче самовираження, участь у групах спілкування й особистісного зростання, арттерапія – усе це мобілізує особистісні ресурси, які, у свою чергу, забезпечують активність особистості, її невразливість до негативного впливу. Сьома форма – мінімізація негативних наслідків девіантної поведінки, особливо у випадках уже сформованої поведінки, що відхиляється від норм [6, с. 129].

Висновки. Отже, нами було досліджено теоретичні аспекти проблеми технологій соціальної роботи з профілактики й корекції девіантної поведінки підлітків на основі сучасної наукової літератури. Теоретичний аналіз дозволив зробити низку висновків:

1) незалежно від спрямованості та особливостей поведінки в більшості підходів підліткова агресивність є основною якісною характеристикою порушень поведінки, тому для корекції порушень поведінки дітей підліткового віку необхідно визначити тип і причини порушення поведінки, при цьому необхідно враховувати вікові особливості дітей, оскільки в цьому віці закладається фундамент моральної поведінки, відбувається засвоєння моральних норм і правил поведінки, починає формуватися громадська спрямованість особистості;

2) для більш успішної соціально-психологічної роботи з підлітками необхідний пошук нових форм, найбільш ефективних методів впливу на кожну окрему дитину з порушенням поведінки; позитивні якості формуються поступово, вони спочатку співіснують з негативними, і лише наполеглива щоденна корекційна робота, спільні зусилля педагогічного колективу школи, сім'ї, залучення громадських організацій,

цілеспрямована робота соціальних служб дає можливість отримати позитивні результати в корекції порушень поведінки дітей;

3) технологія соціальної роботи з профілактики та корекції поведінки підлітків буде настільки ефективною, наскільки вона враховує унікальність і неповторність дитини, що зумовлює застосування індивідуального підходу, а саме виявлення природи психологічних труднощів конкретної дитини й дійсних психологічних механізмів, що лежать в основі її проблем, вибору відповідних індивідуальних способів і методів корекційної роботи.

Список використаних джерел:

1. Афанасьєва В.В. Профілактика та корекція девіантної поведінки підлітків у навчальному процесі / В.В. Афанасьєва // Соціальна педагогіка: теорія та практика / за ред. С.Я. Харченко. – Луганськ : ЛНУ імені Т.Г. Шевченка, 2009. – С. 47–52.
2. Богданова І.М. Соціальна педагогіка : навч. посіб. / І.М. Богданова. – К. : Знання, 2008. – 343 с. – (Бібліотека соціального педагога).
3. Белкін А.С. Теорія педагогічної діагностики та попередження відхилень у поведінці підлітків : автореф. дис... докт. пед. наук. / А.С. Белкін – М., 2003. – 36 с.
4. Гарькавець С.О. Соціально-нормативний конформізм особистості у психологічному вимірі : монографія / С.О. Гарькавець. – Луганськ : вид-во "Ноулідж", 2010. – 343 с.
5. Надання медико-соціальних послуг дітям та молоді на основі дружнього підходу : методичні рекомендації / О.А. Голоцван, С.І. Осташко, О.М. Мешкова, О.Ю. Ципко, О.Т. Сакович. – К., 2008. – 179 с.
6. Дем'янчук О.О. Програма корекції девіантної поведінки як напрямок соціально-психологічної допомоги підліткам / О.О. Дем'янчук // Соціальна працівник / за ред. О.П. Главник. – 2007, №2 (26). – С. 2–4.
7. Жигайло Н.І. Соціальна педагогіка : навчальний посібник / Н.І. Жигайло. – Л. : Новий Світ, 2007. – 256 с.
8. Кон И. С. Психология ранней юности / И.С. Кон. – М. : Просвещение, 1989. – 256 с.

Щур Надія Миколаївна,
студентка 5 курсу спеціальності «Соціальна робота»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Голованова Діана Вікторівна,
старший викладач кафедри соціальної роботи,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ШЛЯХИ РОЗВИТКУ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СОЦІАЛЬНОГО ПРАЦІВНИКА

Постановка проблеми. Професійна соціальна робота – це один із головних способів реагування суспільства на зміни у світі. Це – діяльність, яка гармонізує людські відносини, допомагаючи окремим громадянам, групам тим, що захищає, підтримує і реабілітує за потреби. Соціальний працівник, практикуючи у своїй діяльності, стикається з різними сферами життя людей і суспільства. За потреби вони проводять індивідуальні і групові консультування. Соціальні працівники є проміжною ланкою (провідниками), які несуть соціальні зміни.

Спілкування для кожного є основною взаємодією з суспільством, а отже, і для соціального працівника компетентність у спілкуванні відіграє не менш важливу роль. Адже функціями соціальних працівників є організація спілкування з клієнтами, налагодження емоційної взаємодії, довірливих стосунків, що сприятиме кращому розумінню клієнтами самих себе й інших людей, вмінню знаходити компромісні рішення проблем, уникати стереотипних форм поведінки та упередженого ставлення до оточення. Нестача компетентності веде до руйнування особистісного спілкування та недієздатності встановлювати контакт із клієнтами, з'ясувати їхні істинні проблеми, накопичувати і розуміти вербальну й невербальну інформацію, здійснювати вплив на клієнтів тощо.

Тому **метою даної статті** є вивчення шляхів розвитку комунікативної компетентності соціального працівника.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вирішення проблеми розвитку комунікативної компетенції висвітлено у працях учених Ю.М. Жукова, Л.А. Петровскої, О.Ф. Бондаренко, А.А. Бодалевої, Є. Головахи, Г. Данченко, Т. Іванової, С. Козак, Т. Ладигенської, М. Лісіної, С. Макаренко, В. Панфьоров, М. Станкін, Н. Паніна, Р. Парошина, В. Черевко.

Виклад основного матеріалу. Сьогодні для соціальної роботи дедалі більшого значення набуває питання про необхідність визначення етичних критеріїв відповідальності кожного соціального працівника за

свою професійну діяльність, що вимагає створення єдиного підходу до встановлення моральних принципів і норм, однозначного їхнього розуміння, вироблення єдиної системи цінностей та ідеалів. Кожен соціальний працівник повинен дотримуватися даних правил і норм, повинен нести відповідальність за те, щоб його діяльність була спрямована на задоволення потреб клієнта.

Професійна діяльність соціального працівника є специфічним видом діяльності, спрямованою на соціальний захист особи як вищої цінності, на підтримку і зміцнення її етичного, психічного та фізичного здоров'я, різностороннього розвитку.

Компетентність – це ступінь кваліфікації працівника, яка дозволяє успішно вирішувати завдання, що стоять перед ним. Вона визначає здатність працівника якісно й безпомилково виконувати свої функції як у звичайних, так і в екстремальних умовах, успішно освоювати нове і швидко адаптуватися до умов, що змінюються [2].

Складовими професійної компетентності є набір конструктів (складових), які відповідають стандартам кваліфікації з даної спеціальності і визначають професійні компетентності фахівця [2].

Російський науковець Е.В. Трифонов виділяє наступні складові, на основі яких формулюються головні загальні якості, необхідні фахівцеві-професіоналу:

1) *духовна компетентність* – розуміння сенсу та мети життя, його мети, ієрархії ідеалів, ставлення до професійної діяльності в умовах даного виду праці;

2) *психічна компетентність* – наявність здатностей, знань, умінь і навичок ефективного самоврядування психікою, її організації в умовах фізичного й соціального середовища діяльності;

3) *загальну фізичну компетентність* – наявність здатностей, знань, умінь і навичок ефективного самоуправління фізичним станом організму та керування фізичним станом організму підлеглих;

4) *інтелектуальну компетентність* – наявність спеціально-наукових знань, умінь, навичок з конкретної спеціальності, спеціалізації, на службовій посаді;

5) *технологічна компетентність* – наявність умінь і навичок фізичної діяльності за фахом, роботи з технічними засобами діяльності в системі «людина-машина» в умовах даного виду праці;

6) *соціальна компетентність* – наявність здатностей, знань, умінь і навичок ефективної взаємодії як у ролі підлеглого з керівниками, так і в ролі керівника з підлеглими [3].

Саме соціальна компетентність характеризує інтеракційні здатності працівника, культуру ділового спілкування як по вертикалі «керівник –

підлеглий», так і по горизонталі – «працівники одного рівня», а також клієнти установи. Соціальна компетентність містить:

- знання етики ділового спілкування;
- уміння запобігати і відносно безболісно вирішувати конфлікти;
- уміння швидко і правильно передавати інформацію;
- уміння налагоджувати комунікації;
- уміння давати ясні й чіткі завдання та відповідним чином мотивувати робітників;
- уміння тактовно вказувати на недоліки, коректно робити зауваження, викликати довіру та под.

Оскільки діяльність «замовляє» спеціаліста, рівень його теоретичної і практичної підготовки, професійні та особисті якості, логічно спершу звернутись до визначення базових та систематизуючих елементів професійної діяльності соціальних працівників.

У зарубіжній науковій літературі поняття професійної соціальної діяльності визначають як:

- цілеспрямовані дії, які визначаються цінностями, знаннями, технологіями, які загальноприйняті професійною спільнотою і в сукупності властиві лише соціальній роботі як професії;
- свідоме застосування знань із сфери соціальних наук з метою стимулювання запланованих змін в індивідах, групах або соціальних системах;
- дії, спрямовані на ці зміни, які визначаються цінностями, методами і технологіями, властивими соціальній роботі.

У цих визначеннях зафіксовані основні елементи, які здебільшого включають у структуру професійної діяльності соціального працівника сучасні зарубіжні автори. А саме: професійні цілі, цінності, знання, уміння та методи роботи.

Названі цілі визначають основні напрямки діяльності соціальних працівників і знаходять своє відображення у програмах соціальної допомоги, діяльності соціальних агентств. Тому в соціальній роботі існують критерії компетентності соціальних працівників.

Розвиток компетентного спілкування фахівців у сучасних умовах передбачає ряд принципових напрямків його гармонізації, за якої інша людина набуває статусу ближнього, а спілкування стає довірливим у глибокому розумінні, оскільки мова йде про довіру партнера до себе, свого внутрішнього світу [1].

Сучасний підхід до проблеми розвитку і вдосконалення комунікативної компетентності дорослих людей полягає в тому, що навчання розглядається як саморозвиток і самовдосконалення на основі

власних дій, а діагностика компетентності повинна стати самодіагностикою, самоаналізом [4].

Навички продуктивного спілкування в людей складаються стихійно або виникають як побічний продукт навчання. Спеціальне навчання навичкам спілкування являє собою особливе завдання, важливість якого для соціального працівника важко переоцінити. Одним зі шляхів вирішення цього завдання виступає соціально-психологічний тренінг, або тренінг спілкування. Соціально-психологічний тренінг включає два види завдань: по-перше, вивчення загальних закономірностей спілкування, по-друге, опанування «технологією» комунікації, тобто формування навичок і вмінь професійного спілкування.

Таким чином, виділяються теоретичний і практичний бік проблеми соціально-психологічного тренінгу. Остання передбачає вправи, спрямовані на набуття та відпрацювання навичок і вмінь спілкування з клієнтами: управління на формування умінь послідовно діяти на всіх етапах консультування, навичок зняття м'язового напруження під час соціальної роботи, умінь здійснювати розподіл довольної увагу, виявляти спостережливість. Особливе значення мають вправи з техніки і культури мовлення з використанням зворотного зв'язку за допомогою магнітофонного запису, а за наявності відеоманітофонної техніки – вправи, що забезпечують розвиток адекватної міміки й жестикуляції в умовах спілкування з клієнтами працівників соціальних служб.

Тренінг спілкування – нова форма в соціальній роботі системи підготовки й удосконалення соціальних працівників, досить перспективна для їхнього навчання [6]. Зокрема, формуються знання про сутність, структуру, функції та особливості професійного спілкування, про особливості власного комунікативного стилю, загальнокультурна компетентність, загальні та специфічні комунікативні вміння; формується культура мовлення, експресивні вміння, перцептивно-рефлексивні вміння [5].

Таким чином, в основі професійної компетентності лежать сформовані знання, уміння та навички професійної діяльності, вона є показником сформованості цих навичок та вмінь, ступенем їхнього оволодіння, основною характеристикою соціального працівника, що свідчить про його готовність до виконання професійної діяльності в сучасному суспільстві.

Висновки. Отже, викладений матеріал показав, що розвиток комунікативних умінь прямо пов'язаний з постійною роботою над собою як самого соціального працівника, так і роботою за методиками спільно з іншими фахівцями. Цілком логічно вважати, що серйозного змісту розвиток комунікативних умінь набуває в контексті постійного контролю

над результатами докладених зусиль, самотестування.

Список використаних джерел:

1. Жуков Ю.М. Введение в практическую и социальную психологию / Ю.М. Жуков. – М. : Смысл, 1996. – 373 с.
2. Карпенко О.Г. Професійні функції соціального працівника як складова професійної компетентності [Електронний ресурс] / О.Г. Карпенко Режим доступу : <http://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/123456789/11739/1/Karpenko%20O,%202016.pdf>
3. Трифонов С.В. Психофізіологія людини : тлумачний словник / С.В. Трифонов. – Санкт-Петербург : Пітер, 2001. – 356 с.
4. Петровская Л.А. Компетентность в общении / Л.А.Петровская. – М., 1989. – 216 с.
5. Пятакова Г.П. Сучасні педагогічні технології та методика їх застосування у вищій школі : навчально-методичний посіб / Г.П. Пятакова, Н.М.Заячківська. – Л. : Вид. центр ЛНУ імені Івана Франка, 2011. – 55 с.
6. Шмелёва Н.Б. Теория и методика профессионально-личностного развития социального работника / Н.Б. Шмелёва. – Ульяновск, 2013.

Секція 4 – Актуальні проблеми фізичної культури, спорту і здоров'я людини

Брижак Світлана Василівна,
студентка 5 курсу спеціальності «Фізична реабілітація»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,
к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОСОБЛИВОСТІ ЛІКУВАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ПРИ ОПЕРАТИВНОМУ РОЗРОДЖЕННІ

Вступ. У сучасному акушерстві кесарів перетин, як метод родоношення, займає винятково важливе місце і є однією найбільш часто виконуваних операцій. Актуальність операції кесарівого перетину обумовлена пошуком шляхів зниження перинатальної та материнської захворюваності і смертності. Абдоминальне родорозршення дозволило знизити показники материнської смертності при деяких видах акушерської патології – важких формах токсикозу, передчасній відслойці нормально розташованої плаценти, а також при визначених видах екстрагенітальної патології. У післяопераційному періоді лікувальна фізична культура застосовується в умовах постільного, палатного вільного режиму. При цьому повною мірою використовується тонізуючий вплив фізичних вправ, їх дія з попередження розвитку післяопераційних ускладнень і з нормалізації функцій органів кровообігу, дихання, шлунково-кишкового тракту, нормалізації процесів збудження і гальмування в ЦНС, усунення запору і затримки сечовипускання, профілактики утворення спайок, ліквідації застійних явищ, активізації обмінних і регенеративних процесів, зміцнення м'язів черевного преса і тазового дна [3].

Результати дослідження. Якщо абдоминальний кесарів розтин проводиться як планова операція, то лікувальну гімнастику призначають породіллі в передопераційному періоді для поліпшення загального стану, збільшення функціональних резервів серцево-судинної та дихальної систем, для навчання вправ раннього післяопераційного періоду. Доцільна лікувальна гімнастика, що сприяє кращій утилізації кисню. У першу ж добу після операції слід починати статичні дихальні вправи,

поступово подовжуючи видих за участю черевної стінки (втягування живота) і покашлюванням наприкінці його; їх повторюють 2 – 4 рази. Дихальні вправи корисно чергувати з деякими загальнозміцнюючими – згинанням і розгинанням суглобів пальців, промене-зап'ясткових, ліктьових, гомілковостопних, колінних, ротацією ноги назовні та всередину; такі вправи повторюють у першу добу після операції 3 – 4 рази, надалі – 4 – 6 разів. До кінця першого дня або наступного дня після операції, щоб уникнути несприятливої дії положення лежачи на спині, породілля (якщо немає протипоказань) навчається повороту на бік. Одночасно це є і першим етапом у підготовці до вставання [1]. За винятком випадків, коли стан породіллі протипоказаний застосуванню лікувальної гімнастики (наявність перитональних явищ, стан після шоку і так далі), вона використовується через кілька годин, але частіше – наступного дня після операції [2].

З 2-го дня післяопераційного періоду використовують динамічні дихальні вправи, що посилюють вдих і видих, і вправи для черевного преса і тазового дна, виконувані в положенні лежачи на спині і на боці. Зокрема, в першому варіанті (руки уздовж тулуба) бажано послідовно зігнути ліву ногу в колінному і тазостегновому суглобах; спираючись на ліву стопу і праву руку, обернутися на правий бік; лежачи на боці, зігнути праву ногу в колінному і тазостегновому суглобах; спираючись кистю лівої руки (попереду грудям) і ліктем правої, підняти тулуб і одночасно опустити ноги з ліжка; сісти, спираючись руками на її край (повторити 3 – 4 рази); сидючи в такому положенні, імітувати ходьбу (8– 10 разів) [2, 4].

Важливо підкреслити, що одночасні рухи ногами викликають значне напруження черевного преса, тому їх слід уникати. На 3 – 4-й день післяопераційного періоду вправи виконують у цих же початкових положеннях з поступовим підвищенням навантаження за рахунок повторень і збільшення амплітуди рухів. Вправи для черевного преса і тазового дна чергують з дихальними вправами і розслабленням м'язів. З 5-го дня після операції динамічні дихальні вправи, повороти корпусу, почергові рухи ногами виконують сидючи, з 6-го дня – стоячи; надалі використовують усі початкові положення. У пологовому будинку (відділенні) жінку доцільно навчити тому комплексу вправ, який показаний усім породіллям у домашніх умовах впродовж 6 – 8 тижнів [4].

Палатний режим призначається одночасно з дозволом породіллі вставати. Терміни переходу до палатного режиму залежать від клінічних даних, зокрема від міри травматизації черевної стінки в ході операції. До вставання породілля має бути підготовлена, зокрема навчена у процесі занять лікувальною гімнастикою техніці безболісного переходу в положення стоячи.

При застосуванні лікувальної фізичної культури в умовах палатного режиму увага звертається на стимуляцію процесів регенерації в зоні оперативного втручання, на нормалізацію діяльності серцево-судинної і дихальної систем, шлунково-кишкового тракту, обміну речовин, на адаптацію породіллі до м'язових навантажень і відновлення дієздатності червоного преса [1].

При підборі вправ для м'язів червоного преса слід враховувати, що скорочення прямого м'яза живота сприяє розслаблення стінок її піхви, при скороченні зовнішніх косих м'язів ці стінки напружуються, функціонально відіграючи роль сухожилля [2]. Лікувальна ходьба використовується спочатку у вигляді ходьби палатою, потім – у межах відділення сходами.

Вільний режим призначається після зняття швів. При вільному режимі в ході занять лікувальною фізичною фізкультурою має бути завершена ліквідація залишкових проявів побічних дій оперативного втручання, порушень у діяльності окремих систем органів та відновлені дієздатність червоного преса й адаптація усього організму до м'язових навантажень. Можуть бути використані лікувальна й гігієнічна гімнастика, прогулянки і в пізніші терміни – спортивні вправи [3].

Висновки. Лікувальна фізична культура в післяопераційному періоді застосовується в умовах постільного, палатного вільного режиму. Дія лікувальної фізичної культури позитивно впливає на попередження розвитку післяопераційних ускладнень і нормалізацію функцій органів кровообігу, дихання, шлунково-кишкового тракту, нормалізацію процесів збудження і гальмування в ЦНС, усунення запору і затримки сечовипускання, профілактику утворення спайок, ліквідацію застійних явищ, активізацію обмінних і регенеративних процесів, зміцнення м'язів червоного преса й тазового дна.

Список використаних джерел:

1. Грищенко В.І. Акушерство / В.І. Грищенко. – Харків : Основа, 2000 – 112 с.
2. Довідник з акушерства та гінекології / Г.К. Степанківська, Л.В. Тимошенко, О.Т. Михайленко [та інші]. – К. : Здоров'я, 2007. – 508–511 с.
3. Долгов Г.В. Гнойно-воспалительные осложнения в оперативной гинекологии: Прогнозирование, профилактика : учеб, пособие. / Г.В. Долгов. – СПб. : ЭЛБИ-СПб, 2001. – 173 с.
4. Дуда В.И. Клиническое акушерство / В.И. Дуда. – Минск, 2007. – 80 с.

5. Луковська О.Л. Сучасний підхід до побудови шейпінг-тренування жінок зрілого віку / О.Л. Луковська, С.В. Гірка (Сологубова) // Фізична культура, спорт і реабілітація в закладах освіти : збірник наукових праць. – Рівне : РДГУ. – 2004. – Випуск 2. – С. 107–111.
6. Справочник по акушерству й гинекології / под ред. Т.М. Савельевой. – М. : Медицина. - 2010. – С. 147.

Веклич Ольга Олексіївна,
студентка II курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Гета Алла Володимирівна,
к.фіз.вих., доцент кафедри фізичної реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

МЕТОДИКИ ЛІКУВАННЯ СКОЛІОТИЧНОЇ ХВОРОБИ ЗА ДОПОМОГОЮ ЗАСОБІВ ЛФК

Вступ. Сколіоз належить до числа найбільш складних проблем сучасного суспільства, оскільки кожен другий школяр страждає від порушень постави чи початкових форм сколіозу. Це захворювання характеризується цілим комплексом типових морфологічних, а також рентгенологічних змін хребта, грудної клітки, тазу, внутрішніх органів[2].

Результати дослідження. Сколіоз у сучасному уявленні – це не симптом захворювання, а хвороба, що характеризується визначеним симптомокомплексом. Найгіршим є те, що важкі форми цього захворювання супроводжуються вираженими змінами хребта, грудної клітки і внутрішніх органів. У хворих з важким ступенем сколіозу розвивається недостатність функції зовнішнього дихання внаслідок деформації грудної клітки і зменшення об'ємів грудної порожнини, обмеження рухомості ребер і діафрагми[2]. Тому ця тема є актуальною, бо вивчення ефективності занять ЛФК при сколіозі має важливе значення, оскільки від цього залежить ефективність лікування хвороби та подальший її перебіг.

Під сколіозом розуміється деформація хребта, що характеризується його боковим викривленням[2, 3]. Така деформація хребта неминуче призводить до зміни форми ребер і грудної клітки в цілому (реберний горб) та порушення нормального розташування органів грудної клітки, а також до дуже тяжких функціональних порушень з боку внутрішніх органів і систем організму.

Відсоток захворюваності сколіотичною хворобою серед дітей становить у середньому від 2 до 9%. Частіше сколіотичною хворобою страждають дівчата, що пояснюється їх менш досконалим фізичним розвитком і слабкістю мускулатури[2].

Найбільш часто вона проявляє себе вперше у віці 7–11 років, хоча виражені симптоми її не рідкість і в дітей 4–6 років. Вроджені форми сколіотичної хвороби при уважному огляді та ретельному аналізі симптомів можуть бути виявлені в дітей уже на 2–3-му році життя. На ранніх стадіях симптоми захворювання виражені досить нечітко[4].

На початку перебігу хвороби спостерігається дугоподібне викривлення грудного відділу хребта у фронтальній площині; воно може зникати при деяких положеннях хворого(наприклад, у висі на перекладині) і з'являється знову. У міру прогресування захворювання з'являються більш виразні й достовірні його ознаки, які говорять про формування асиметрії тулуба, а саме: неоднаковий рівень плечей; неоднакову довжину ключиць; асиметричне розташування лопаток[1]. Залежно від тяжкості захворювання виділяють чотири ступеня сколіозів.

Зазвичай формування хребта дитини і всього організму закінчується до 20 років, тому важливо використовувати ЛФК у дитячому віці, коли лікувальний вплив є ефективним[4].

Лікування сколіотичної хвороби – дуже складний і не завжди успішний процес, що вимагає максимуму зусиль і від медичного персоналу, і від самого хворого для досягнення сприятливих результатів. Воно буває успішним тільки при комплексному використанні ортопедичних заходів, лікувальної фізичної культури, загальнотерапевтичних і гігієнічних заходів.

Комплекс вправ найбільш актуальний при викривленні I–II ступеня і є основним видом лікування, тоді як при сколіозі III–IV ступеня цей метод є лише допоміжним.

Лікувальна фізична культура – метод лікування, що полягає в застосуванні фізичних вправ і природних факторів до хворої людини з лікувально-профілактичною метою; це самостійна медична дисципліна, яка використовує засоби фізичної культури для лікування захворювань і ушкоджень, попередження їх загострень і ускладнень, відновлення працездатності[3]. В основі цього методу лежить використання основної біологічної функції організму – руху.

Перед призначенням лікувальної фізичної культури визначаються завдання використання фізичних вправ, підбираються засоби і форми для вирішення цих завдань. Щоб зробити все це правильно, необхідно враховувати фазу розвитку хвороби, реакцію на неї організму, стан усіх органів і систем, не залучених у хворобливий процес, психічну реакцію

хворого на захворювання та інші індивідуальні особливості. У всіх випадках важливо дотримуватись принципу поєднання загальної і місцевої дії фізичних вправ.

Кожна фізична вправа, використана в лікувальній фізичній культурі, впливає на хворого поновлююче, підтримує або профілактично. Фізичні навантаження підвищуються при виконанні як загальноорозвивальних, так і спеціальних вправ від заняття до заняття за рахунок різних методичних прийомів.

У лікувальній фізичній культурі для профілактики і лікування захворювань та ушкоджень застосовуються наступні основні засоби: фізичні вправи, природні фактори, лікувальний масаж, руховий режим[2].

Основними цілями використання ЛФК у лікуванні сколіозу є: усунення дисбалансу м'язів і зв'язкового апарату; максимальне розвантаження хребта; зміцнення і розвиток м'язів та зв'язок спини; виправлення і формування потрібної постави; поліпшення загального стану організму.

Фізичні вправи стабілізують впливають на хребет, зміцнюючи м'язи тулуба, дозволяють домогтися коригувального впливу на деформацію, поліпшити поставу, функцію зовнішнього дихання, дають загальнозміцнювальний ефект. Однак ЛФК необхідно проводити з урахуванням витривалості м'язової системи, інакше вона може дати негативні результати. У кожному конкретному випадку слід дозувати вправи, ґрунтуючись на результатах функціональних проб, а також перевірки сили і витривалості м'язів. Для виконання вправ лікувальної гімнастики необхідні достатні резервні сили в самому організмі. В іншому випадку вона вичерпає ресурси організму і настане стан загальної перевтоми, у результаті чого викривлення хребта збільшиться.

Лікувальна фізична культура показана на всіх етапах розвитку сколіозу, але найліпші результати вона дає при початкових її формах. При сколіозі протипоказані фізичні вправи, що збільшують гнучкість хребта і призводять до його перерозтягнення. Лікувальну фізичну культуру проводять у формі групових та індивідуальних занять, а також індивідуальних завдань.

Методика занять визначається передусім перебігом сколіозу. За компенсованого процесу (відсутності ознак прогресування) їх зазвичай проводять із групою хворих, використовуючи різні види фізичних вправ, виробляють правильну поставу, зміцнюють м'язову систему та ін. Присколіозі зі схильністю до прогресування заняття проводять індивідуально. Лікувальну фізичну культуру поєднують з ручним масажем м'язів і носінням корсета, що фіксує хребет. Методика занять визначається також ступенем сколіозу: при сколіозі I, III і IV ступеня

вони спрямовані на підвищення стійкості хребта (стабілізацію патологічного процесу), у той час як при сколіозі II ступеня – на корекцію деформації[3].

Коригуючі вправи за формою виконання поділяються на симетричні, асиметричні, деторсійні[3]. Виконувати коригуючі вправи слід у тих вихідних положеннях, коли хребет максимально розвантажений від статичного навантаження. При виконанні симетричних вправ м'язи обох половин тіла скорочуються нерівномірно. Симетричні вправи можна застосовувати при сколіозах різної етіології, форми і ступеня вираження. При виконанні симетричних коригуючих вправ тренуються переважно м'язиспини (розгиначі). Асиметричні вправи необхідно підбирати спеціально для кожного хворого, щоб тренувати тільки ослаблені і розтягнуті м'язи спини. Протипоказанням до застосування асиметричних вправ є прогресування сколіозу. Деторсійні вправи виконують кілька завдань: обертання хребців у бік; корекцію сколіозу вирівнюванням тазу; розтягування скорочених і зміцнення розтягнутих м'язів у поперековому і грудному відділах хребта.

Серед вправ, спрямованих проти сколіозу, є окремі вправи: в положенні стоячи, лежачи на спині і животі, а також у положенні стоячи на колінах і руках. Обов'язковою умовою виконання вправ є їх щоденний ритм, який повинен стати новою звичкою.

Висновки. Отже, будь-які фізичні вправи виявляють тонізуючу дію. Тонізуюча дія фізичних вправ полягає у зміні інтенсивності біологічних процесів в організмі під впливом дозованого м'язового навантаження. Виконання правильно підібраних і точно дозованих фізичних вправ у період одужання буде сприяти нормалізації вегетативних функцій організму, відновленню рухових якостей, знижених у період хвороби, а також оптимальному функціонуванню всіх систем організму під час м'язової роботи.

Список використаних джерел:

1. Бенедіктова Л. Лікувальна фізкультура в школі / Л. Бенедіктова. – К.: Вид. дім «Шкільний світ», 2006. – 234 с.
2. Милюкова И. В. Лечебная гимнастика при нарушениях осанки у детей / И. В. Милюкова, Т. А. Евдокимова. – М.: Изд-во «Эксимо», 2005. – 321 с.
3. Порада А. М. Основи фізичної реабілітації: навч. посібник / А. М. Порада, О.В.Солодовник, Н. Є. Прокопчук. – К.: Медицина, 2008. – 248 с.
4. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів / Л. П. Сергієнко. – К.: Олімпійська література, 2001. – 439 с.

Веприк Марина Олександрівна,
студентка 4 курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,
к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

РУХОВА АКТИВНІСТЬ ЯК ЗАСІБ ПОДОЛАННЯ РОЗУМОВОЇ ВТОМИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Вступ. Розв'язання проблеми здоров'язбереження учнів, профілактики проявів у них хронічної втоми у процесі навчання має кілька напрямів – медичний, фізкультурно-оздоровчий, соціально-психологічний, а також педагогічний, який пов'язаний із запровадженням здоров'язберігаючих технологій у режимі навчального дня. Необхідність пошуку оптимальних засобів, методів, форм організації навчально-виховного процесу, спрямованого на підтримку та збереження здоров'я учнів шляхом оптимізації їхньої рухової активності та попередження розвитку проявів хронічної втоми, зумовлюють вибір теми нашого дослідження.

Результати дослідження. Організм молодшого школяра, для якого характерні нерівномірність, гетерохронність, асинхронність фаз розвитку окремих органів і функцій, є доволі чутливим до постійного стомлення й може реагувати навіть невідповідністю зросту та ваги віковим нормам. Загалом установити точні кількісні показники втоми в дітей цього віку досить важко, оскільки вони залежать від багатьох чинників – специфіки діяльності, яка здатна активізувати ті чи інші функціональні системи, ставлення індивіда до виконуваної роботи, типологічних особливостей його нервової системи [1].

Дослідження вчених [2] показують, що значна частина першокласників мають відносно низький рівень психічної, фізичної й інтелектуальної готовності до шкільного навчання, що призводить до зайвого нервового напруження, занепокоєння, зниження активності, послаблення уваги, мислення, пам'яті тощо. Дві третини дітей, що вступають до школи, мають недостатньо стійку увагу, а четверта частина з них абсолютно не здатна до зосередження уваги. При цьому встановлена наявність у третини досліджуваних учнів молодших класів початкових проявів хронічної втоми, які з віком чинять сильну негативну дію на функціональний стан серцево-судинної та дихальної систем школярів, їх абсолютну й відносну загальну фізичну працездатність,

рівень координаційних здібностей, швидкодісно-силових якостей м'язів верхніх і нижніх кінцівок, силову та загальну витривалість.

Учені виділяють види втоми за різними критеріями: за домінуючими видами діяльності – фізична й розумова; за областями поширення – загальна й локальна; за швидкістю розвитку – первинна і вторинна; за суб'єктивним відчуттям людиною міри вираженості змін у фізичному та психічному стані – прихована, пролонгована й безпосередньо хронічна втома [2].

У контексті нашого дослідження інтерес викликає явище розумової втоми, що найчастіше виникає у процесі навчальної діяльності молодших школярів. Прояви розумового стомлення зумовлені особливостями помірної розумової праці, яка є результатом фізіологічної діяльності головного мозку й може виконуватися досить довго, без відчутних зрушень у затраті енергії та роботі внутрішніх органів.

Під час виконання навчальних завдань учневі немає потреби інтенсивно використовувати м'язову енергію, як це відбувається під час фізичної праці. Натомість розумова праця вимагає напруження уваги, активізації пізнавальних функцій – мислення, пам'яті, уяви. Відсутність чітких меж між напруженням організму під час розумової роботи й переходом у фазу відновлення сил призводить до того, що сформована домінанта в корі головного мозку не руйнується після її закінчення, а зберігається деякий час. Саме тому розумова праця може виконуватися на фоні розвиненої втоми. Це особливо помітно в поведінці молодших школярів, які, не акцентуючись на власній утомі, продовжують виконання навчальних завдань.

За особливостями прояву та ступенем впливу стомлення на організм розрізняють три форми втоми – легку, середню й важку (хронічну втому, перевтому).

Для того, щоб успішно впливати на попередження й подолання втоми в молодших школярів, яка негативно впливає на продуктивність їхньої розумової праці, необхідно знати механізми й головні чинники її появи. Сучасні дослідження вчених багатьох галузей науки підтверджують центральню-нервову концепцію виникнення втоми, обгрунтовану І. Сеченовим.

Величина втоми молодших школярів залежить від основних чинників, що несприятливо впливають на їх організм. До них передусім належать різні зовнішні ризики, зумовлені соціально-навчальним середовищем, до якого потрапляє учень. Це, зокрема: напружені сезонні біоритми організму дитини на основі тривалої, інтенсивної та монотонної трудової діяльності; низька рухова активність (гіподинамія); тривала статична напруга м'язів, що забезпечують підтримку поз сидючи під час

навчальних занять; переважання дрібних локальних рухів м'язів передпліччя й кисті; високе нервово-емоційне напруження; постійне напруження зусиль волі для того, щоб підтримувати працездатність; прискорений ритм сучасного життя, яке погіршується екологією та повсюдним стресом; проведення значної кількості часу за комп'ютером і телевізором.

Необхідно зазначити, що стомлення молодших школярів і величина втоми значною мірою залежать від їх індивідуальних особливостей – фізичного розвитку, стану здоров'я, хронічних захворювань, поживності харчування, недосипання, стану функціональних систем, інтересу до навчальної праці, позитивної мотивації, вольових рис характеру, типу нервової системи [3].

Подолання розумової втоми й мобілізація працездатності молодших школярів може здійснюватись на основі ефекту Сеченова. Суть його полягає в тому, що зі зміною виду діяльності у стан збудження переходять інші нервові клітини. У тих, що до цього регулювали виконувану роботу, збудження змінюється процесом гальмування, яке забезпечує більш ефективний відпочинок цим клітинам, аніж якби це відбулося за умови пасивного відпочинку. Саме тому збереження працездатності й віддалення розвитку втоми забезпечується зміною видів роботи. Іноді це здійснюється школярем стихійно. Якщо у процесі навчального заняття він мимовільно змінює позу, прискорює рухи, намагається робити щось інше, то це насправді є намаганням відновити працездатність за рахунок активного відпочинку.

Утома, що виникає у процесі м'язової чи розумової діяльності, є фізіологічним явищем, корисним для організму. Робота до втоми є важливим фактором розвитку тренуваності, особливо якщо вона пов'язана із розвитком витривалості. Фізіологічний зміст цього явища полягає в тому, що тренування до втоми супроводжується адаптацією до підвищених навантажень. Проте слід зазначити, що у випадку припинення вправ до втоми тренуваність не зростає, а при перевтомі – може спостерігатись погіршення функціонального стану організму.

Засобом піднесення навчальної працездатності й подолання розумової втоми є раціональне поєднання інтелектуальної діяльності з фізичною активністю. Процес навчання з його домінуючою розумовою діяльністю й обов'язковою статичністю фактично не дає реалізуватися прагненням молодших школярів до природної рухової діяльності. У той же час дослідження вчених засвідчують, що вчителі здатні в ході організації навчальної діяльності забезпечити дітям оптимальний руховий режим відповідно до потреб рухової активності.

Рухова активність визначається як біологічна потреба в рухах, пов'язана з механізмом саморегуляції активності [3]. Рухи є важливою складовою будь-якого виду діяльності та багатьох психічних процесів. Дитячий організм прагне до збереження певного рівня рухової активності, обумовленої цією потребою. Біологічну потребу в рухах називають кінезофілією. Вона притаманна всім дітям, а її кількісні характеристики залежать від рівня фізичної підготовленості дітей, типу вищої нервової діяльності, статі, віку, кліматичних умов.

Рухову активність дітей можна умовно розподілити на цілеспрямовану та довільну (самостійну). Виконання фізичних вправ під керівництвом вчителя під час занять фізкультурою, ранкової гімнастики, рухливих ігор – це цілеспрямована рухова активність. До довільної рухової діяльності відносять самостійні ігри, виконання фізичних вправ, різні пересування, коли діти вільні від занять.

Висновки. Отже, для подолання хронічної втоми у молодших школярів доцільно використовувати різні види рухової активності. Рухова активність молодших школярів повинна бути цілеспрямованою й відповідати їх досвіду, інтересам, бажанням, функціональним можливостям організму. Тому змістовий бік рухового режиму школярів має бути спрямованим на розвиток розумових, духовних та фізичних здібностей дітей.

Список використаних джерел:

1. Заєць Л. Рухова активність і її взаємозв'язок із психосоматичним здоров'ям дітей 6 – 7 річного віку в умовах застосування національних ігор / Л. Заєць // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – 2003. – № 17. – С. 7–12.
2. Чернявський М. В. Оцінка доцільності впровадження рекреаційно-оздоровчих технологій у процес фізичного виховання молодших школярів / М. В. Чернявський // Спорт. вісн. Придніпров'я. – 2009. – № 2–3. – С. 17–19.
3. Якимець И. В. Повышение двигательной активности школьников 11–12 лет / И. В. Якимець // Современный олимпийский спорт для всех: материалы конф VII Междунар. науч. конгр. – М., 2003. – Т. 3. – С. 62 – 63.

Вишнівецька Дар'я Олександрівна,
студентка 4 курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,
к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОСОБЛИВОСТІ АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ З УРАЖЕННЯМ МІТРАЛЬНОГО КЛАПАНА, ХВОРИХ НА РЕВМАТИЗМ У СТАДІЇ РЕМІСІЇ

Вступ. У структурі вроджених аномалій у дітей вроджені вади серця і судин посідають 1–3-тє місце і становлять від 13,8 до 54,3 відсотка у світі, а їх питома вага зростає. Частота пролапсу мітрального клапана в дітей коливається від 2 до 16 відсотків і залежить від методики його виявлення [1].

Серед відхилень у стані здоров'я дітей, викликаних порушенням функції серцево-судинної системи, вроджені вади серця (ВВС) є однієї з головних причин дитячої інвалідності. Це пов'язано з високою частотою ВВС серед осіб до 18 років і тягарем медичних і соціальних наслідків, обумовлених цим захворюванням. Незважаючи на значне поширення вроджених вад серця в дитячій популяції, багато питань діагностики, диференціальної діагностики, прогнозу і тактики фізичної реабілітації дітей залишаються нерозробленими, що вказує на актуальність обраної теми.

Результати дослідження. Адаптивна фізична реабілітація розглядається науковцями як складна система соціально-економічних, медико-біологічних, психолого-педагогічних та інших заходів з метою цілеспрямованої активізації поведінки, рухової активності реабілітанта, що сприяють формуванню та вдосконаленню знань, умінь і навичок з психомоторної регуляції діяльності, компенсації відсутніх функцій із використанням переважно безмедикаментозних засобів і методів адаптивної фізичної культури та спорту [3]. У контексті обраної теми реабілітантами виступають діти шкільного віку з ураженням мітрального клапана, хворі на ревматизм у стадії ремісії.

Учні старшого шкільного віку з ураженням мітрального клапана, хворі на ревматизм у стадії ремісії, зараховуються в ЗСШ до спеціальної медичної групи. Усі завдання щодо оздоровчо-реабілітаційного спрямування об'єднують у методиці адаптивного фізичного виховання у

три групи – освітні, оздоровчі, виховні. Вирішуючи освітні завдання, учнів озброюють необхідними знаннями, вміннями і навичками виконувати фізичні вправи, а також застосовувати їх у повсякденному житті, у процесі самовдосконалення. Причому засвоєння цих знань, умінь і навичок повинно відбуватися не механічним шляхом, а такими способами, які ведуть до розвитку особистості учня.

Спеціальні програми фізичного виховання повинні передбачити досить широке коло фізкультурно-спортивних знань, що охоплювали б усі чинники розумної організації і забезпечення життєдіяльності, які в сукупності одержали назву “здоровий спосіб життя”. Це знання про суть фізичної культури, її значення для особи, принципи і правила раціонального використання її цінностей; знання суто прикладного характеру з проблеми розвитку захворювання, які є необхідною передумовою усвідомленого засвоєння рухових умінь, формування навичок, ефективного використання фізичних можливостей у житті та фізкультурно-гігієнічні знання.

Виховання здатності управляти рухами тісно пов’язане з умінням оцінювати виконувані рухи в часі, просторі і за рівнем м’язових зусиль. Точність просторових, часових і силових оцінок виробляється в юнаків та дівчат під час використання спеціально спрямованих рухів і отримання інформації щодо допущених помилок. Спочатку доцільно навчити учнів розрізняти окремі характеристики рухів загалом, потім – рухів окремими частинами тіла з різною амплітудою (руками, тулубом, ногами) і всім тілом. При цьому чергують рухи з великою і малою амплітудами, швидкі й повільні, з великим і малим зусиллям. Рухи, що різко відрізняються за характером, легше запам’ятовуються, ніж подібні [2].

Деякі автори справедливо вказують на те, що навчання юнаків та дівчат розрізняти основні характеристики рухів – це самостійне завдання загальнорухової підготовки. Здатність оцінювати окремі характеристики рухів не залежить від рівня розвитку фізичних якостей (учень може розвинути силу, швидкість, але не виробити здатності управляти ними). Виконання завдань із заданою віддаллю, швидкістю, силою й амплітудою викликає інтерес в учнів, вносить елемент емоційності та різноманітності. Зрештою, без загальної рухової підготовки неможливе ефективне застосування вивченого на уроках у повсякденному житті (подолати перешкоду, влучити в ціль тощо). Уміння управляти часовими, просторовими та силовими параметрами рухових дій дає ще й значний приріст результатів виконання вправ (швидкості, точності, сили).

Виняткове значення в розв’язанні освітніх завдань має врахування функціональної асиметрії в юнаків та дівчат, хворих на ревматизм. Спочатку доцільно засвоювати виконання нового технічного прийому в

зручний бік, “зручною” кінцівкою, а потім розучити його в інший бік (другою кінцівкою). Таке “дзеркальне” виконання фізичних вправ сприяє розвитку координаційних здібностей. Формування симетрії рухів з самого початку навчання дає кращі результати, ніж перетворення асиметричних рухів у симетричні. Симетрія рухів, як прояв рухової універсальності, є суттєвою складовою частиною культури рухів і необхідним елементом фізкультурної освіти учнів [2].

Паралельно з освітніми вчитель висуває і розв’язує оздоровчі завдання. Для цього він здійснює комплекс заходів, що забезпечують сприятливий вплив виконуваних на уроці фізичних вправ на організм учнів. Щодо цього велике значення має: правильне дозування фізичних навантажень; належні гігієнічні умови проведення занять; організація занять у природних умовах; загартовуючі процедури; дотримання вимог до форми учнів та стану обладнання. Велику увагу під час виконання фізичних вправ слід приділяти поставі й диханню. Адже від правильного положення тіла, своєчасного вдиху залежить не тільки оздоровчий ефект, а й успішне засвоєння вправ.

Розв’язання оздоровчих завдань потребує особливої організації уроків з учнями, хворими на ревматизм у стадії ремісії з ураженням мітрального клапану, що віднесені за станом здоров’я до спеціальної медичної групи. Оздоровчий ефект уроків передбачає й усунення травматизму, який, на жаль, іноді трапляється. Досвід показує, що використання засобів профілактики, раціональна побудова уроків дають змогу звести до мінімуму це негативне явище.

Занурюючись у проблему захворювання, зрозуміло, що оздоровчі завдання виступають паралельно з освітніми, тому вчитель повинен постійно акцентувати на них увагу, окремо формулювати і записувати в контексті.

Аналізуючи дані літературних джерел, ми зупинилися на практиці йоги, яка може бути використана у програмах фізичної реабілітації школярів із пролапсом мітрального клапана[11]. Умовою досягнення позитивного результату в реабілітації юнаків і дівчат з ураженням мітрального клапану, хворих на ревматизм у стадії ремісії, є техніки виконання вправ йоги, що націлені на активацію та підвищення еластичності, гнучкості хребта, який контролює всю нервову систему та інші органи.

В основній частині реабілітаційних занять застосовують вправи та асани (триконасана, сур’янамаскара, бхуджангасана) для розвантаження хребетного стовпа, розвитку його гнучкості, розтягнення зв’язкового апарату з вихідних положень лежачи та стоячи [3]. Дихальні вправи з подовженим видихом для заспокоєння вегетативної нервової системи та

зменшення частоти серцевих скорочень пропонували учням виконувати через кожні три чи чотири вправи. Для вирішення оздоровчого завдання щодо поліпшення кровотоку та збагачення киснем крові у нижніх відділах легень, зменшення застійних явищ у малому колі кровообігу та зміцнення міокарду можна спробували діафрагмальне дихання. Під час проведення уроків використовують заспокійливу музику, а для підвищення емоційного фону застосовували танцювально-ритмічні рухи в довільній формі.

У заключній частині уроку зосереджують увагу на вправах та асанах йоги (щавасана, суптаваджрасана, поза відпочинку) для розслаблення та розтягнення основних м'язових груп учнів, гармонізації всього організму, а також у цій частині застосовували дихальні вправи.

Висновки. Важливою частиною комплексної фізичної реабілітації учнів старших класів, хворих на ревматизм у неактивній фазі з ураженням мітрального клапана, є традиційні та нетрадиційні засоби фізичної реабілітації, зокрема лікувальна фізична культура та йога, що поліпшують пристосувальні реакції організму до фізичних навантажень, зміцнюють і полегшують роботу серця та судин.

Список використаних джерел:

1. Витомский В. В. Физическая реабилитация детей с врожденными пороками сердца как социальная проблема / В. В. Витомский, Е. Б. Лазарева // Учен. зап. : сб. науч. тр. – Вып. 17. – Минск : БГУФК, 2014. – С. 185–192.
2. Дмитриев В. С. Введение в адаптивную физическую реабилитацию : [монография] / В. С. Дмитриев. – М. : ВНИИФК, 2001. – 240 с.
3. Дройма С. Практическая Хатха Йога / С. Дройма. – Сыктывкар :Флинта, 2007. – 176 с.
4. Дубровский В. И. Лечебная физкультура и врачебный контроль : учеб. [для студ. мед. вуз.] / В. И. Дубровский. – М. : ООО “Медицинское информационное агенство”, 2006. – 598 с.

Гординський Дмитро Володимирович,
студент 5 курсу спеціальності «Фізична реабілітація»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,
к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ЛІКУВАЛЬНА ГІМНАСТИКА ТА ФІЗІОТЕРАПІЯ ПРИ ОСТЕОХОНДРОЗІ ПОПЕРЕКОВОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА

Вступ. Хвороби хребта посідають перше місце за розповсюдженістю серед населення земної кулі. Серед них однією з найбільш поширених патологій є остеохондроз хребта, питома вага виявів якого серед усіх захворювань периферійної нервової системи складає від 67% до 95%. Із загальної кількості лікарняних листів, які видаються лише невропатологами, більш 70% припадає на різні клінічні вияви остеохондрозу [4].

Результати дослідження. Узагальнений аналіз та оцінка даних літератури свідчить про те, що в даний час відбувається активна розробка диференціальних методик відновлювального лікування остеохондрозу з використанням спеціальних фізичних вправ. Лікувальна гімнастика відіграє важливу роль у профілактиці остеохондрозу хребта. Завданнями лікувальної гімнастики є: покращення функцій серцево-судинної, дихальної систем; зміцнення м'язів тіла, усунення порушень постави. Заняття лікувальною фізичною культурою позитивно впливають на емоційну сферу хворого, нормалізують обмін речовин. У першому періоді курсу лікувальної фізичної культури основу складають вправи, спрямовані на розслаблення м'язів, що знаходяться у стані захисного напруження та покращення анатомічних взаємозв'язків структур хребта, що сприяє зменшенню больового синдрому. Включення осьового навантаження на хребет досягається використанням положень лежачи (на спині, боку, животі) і стоячи навколішки. Досить ефективне навантаження на хребет при виконанні гімнастичних вправ у воді [1].

У другому періоді курсу головна мета – підвищення сталості хребта з використанням рефлексорних та ізометричних вправ, що сприяють зміцненню м'язів спини та живота, без збільшення рухливості. Крім того, доцільно використовувати вправи на самовитягнення [2].

Коли у клінічній картині переважає больовий синдром, потрібно прагнути створити повне розвантаження хребта та максимально розслабити напружені м'язи. Це досягається повним спокоєм для

попереково-крижового відділу хребта протягом 3 – 5 днів. Після затухання болю призначають фізичні вправи прості для виконання з невеликою амплітудою рухів, які рекомендується виконувати з полегшеного вихідного положення: лежачи на спині, животі, стоячи навколішки. Рухи нижніми кінцівками необхідно проводити без відриву стоп від ліжка, ковдри.

У подальшому в комплекс включають загальнозміцнюючі вправи та спеціальні вправи для поперекового відділу хребта. Використовують вправи, спрямовані на витягнення всього хребта та рухи, які розтягують переважно поперековий відділ. Вправи, що зменшують поперековий згин, спрямовані на збільшення вертикальних розмірів міжхребцевого просвіту, міжхребцевих отворів, на розвантаження нервових корінців. Усі рухи повинні виконуватися в повільному спокійному темпі, з паузами для відпочинку та розслаблення. Протипоказані різкі вправи. Кожна вправа повторюється 3 – 4 рази, тривалість заняття в перші дні 15 хвилин, надалі – до 40 хвилин [2].

При остеохондрозі хребта в I період ЛФК проводять у фазі гострого перебігу захворювання. У цей час на перший план виступає біль і пов'язане з ним безперервне рефлекторно-захисне напруження м'язів спини. Тому завдання ЛФК наступні: розвантаження ураженої ділянки хребта та збільшення відстані між окремими хребцями, розслаблення м'язів спини та ший; зменшення тиску на корінці спинномозкових нервів, зменшення болю; покращення крово- та лімфообігу в уражених сегментах, попередження спайкових процесів; підняття загального тонусу організму.

Комплекси лікувальної гімнастики будуються з урахуванням анатомо-біомеханічних особливостей попереково-крижового відділу хребта. Насамперед це стосується вихідного положення, від якого залежить внутрішньодисковий тиск ураженої ділянки. Доведено, що він підвищується майже вдвічі у вертикальному положенні. У цей період усі вправи рекомендують виконувати із вихідних положень, які розвантажують хребет. Разом із цим обов'язково включають вправи на розслаблення м'язів тулуба та кінцівок, витягання хребта по його осі, що сприяє збільшенню нижньохребцевих проміжків і діаметра міжхребцевих отворів, зменшенню компресії на нервові корінці та оточуючі судини.

Природно, що протипоказані вправи на розгинання поперекового відділу хребта, нахили тулуба вперед більше як на 15 – 20° (кіфозуючі вправи), що підсилюють компресію на зв'язковий апарат, внутрішньодисковий тиск, зміщуючи диск, розтягують тканини та м'язи поперекової ділянки. Повністю виключають будь-які інші вправи, що збільшують рухливість у цьому відділі хребта, тим самим ще більше

травмують дегенеративний диск і підсилюють подразнення нервового корінця. Для стабілізації ураженого відділу хребта, зміцнення м'язів тулуба, тазового пояса та кінцівок на заняттях використовують фізичні вправи статичного характеру, спочатку з малою експозицією (2 – 3 секунди), а згодом – із зростаючою.

Включають вправи для дистальних відділів нижніх кінцівок, статичні й динамічні дихальні вправи, вправи на розслаблення м'язів тулуба та кінцівок. Застосовують вправи, що сприяють розкриттю задньобоківих відділів хребта, де розташовані корінці спинномозкових нервів, такими вправами є, зокрема підтягування зігнутих ніг до живота в положенні лежачи на спині, вигинання тулуба в упорі стоячи на колінах. Рекомендують ізометричні напруження м'язів, тиск поперековою ділянкою на кушетку в положенні лежачи на спині; ноги зігнуті в колінах. Вони можуть підсилюватися напруженням сідничних м'язів. Усі вправи виконуються вільно без зусиль, різких рухів у повільному темпі, з малим числом повторень, з паузами для відпочинку.

У II період, коли запальні явища та біль в ураженому сегменті зменшуються та покращується загальний стан хворого, ЛФК має такі завдання: зміцнення м'язів ураженого відділу хребта та тулуба; відновлення правильних анатомо-фізіологічних положень уражених сегментів; відновлення рухливості хребта та навичок правильної постави; підготовка хворого до побутових і трудових навантажень.

При попереково-крижовому остеохондрозі рекомендують: сидючи на стільці, натискати лопатками, попереком на спинку стільця; тримаючись руками за сидіння стільця, намагатися піднятися разом із стільцем; покласти лікті на стіл, тиснути на нього; стоячи торкаючись спиною стінки, попеременно сідницями, попереком, лопатками дозовано тиснути на неї. Після кожної вправи слід розслабляти м'язи та робити паузу для відпочинку. Кількість ізометричних напружень в одному занятті 4 – 5. Спеціальні вправи повинні чергуватися з м'язовим розслабленням [3].

Лікувальна фізична культура призначається всім хворим. В основному періоді заняття проводиться індивідуальним методом в палаті, а після гострого періоду – груповим методом у спеціальному залі.

Фізіотерапія в лікарняний період реабілітації призначається в гострий період для знеболювального, протизапального впливу на уражену ділянку; розслаблення м'язів, активізації крово- і лімфообігу, окисно-відновних, обмінних процесів, ліквідації набряку тканин, протидії дегенеративно-дистрофічним процесам, збереженню та відновленню функцій суглобів.

Спочатку застосовують фонофорез і електрофорез знеболювальних,

гормональних препаратів, а після зменшення гострого болю – ультрафіолетове опромінення, діадинамотерапію, солюкс. У післялікварний період реабілітації призначають УФО, діадинамотерапію, індуктоперапію, ультразвук, електростимуляцію, грязьові, парафінові-озокеритні аплікації, ванни радонові, соляно-хвойні, сульфідні, душ дощовий, кліматолікування [2].

Аналіз спеціальної літератури показує, що при даному захворюванні теплові процедури, які викликають глибоку гіперемію тканин (грязьові аплікації, парафін, озокерит, діатермія, гарячі ванни), у гострому періоді захворювання протипоказані, тому що при цьому різко посилюється біль. З успіхом можна застосовувати електрофорез новокаїном на поперековий відділ по 25 – 30 хвилин щоденно (усього 10 – 15 процедур) та ультрафіолетове опромінення. Позитивний результати дає струм Бернара, індуктометрія. Тривалість процедур 25 – 30 хвилин. Особливо ефективна ультразвукова терапія 12 – 15 процедур по 5 – 8 хвилин.

Після гострого періоду позитивно впливає на організм застосування гідротерапії (сольові, хвойно-сольові, радонові ванни), 10 –15 процедур на курс. Ванни не тільки чинять загальну дію, але й сприяють зменшенню контрактури поперекових м'язів, покращують кровообіг у кінцівках.

Висновки. Сучасна вертебрологія володіє значним арсеналом нових високоефективних методів реабілітації даної категорії пацієнтів. У комплексному лікуванні та реабілітації хворих із остеохондрозом хребта значне місце займають лікувальна гімнастика, методи апаратної фізіотерапії. Апаратна фізіотерапія в комплексі з іншими факторами дозволяє у більш ранній період відновити працездатність хворих.

Список використаних джерел:

1. Мухін В. М. Фізична реабілітація / В. М. Мухін. – К. : Олімпійська література, 2000. – 423с.
2. Попов П. С. Справочник по курортологии и физиотерапии заболеваний нервной системы / П. С. Попов. – К. : Наука, 2000. – 756 с.
3. Попов С. Н. Физическая реабилитация / С. Н. Попов. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2005. – 608с.
4. Фищенко В. Я. Кинезотерапия поясничного остеохондроза / В. Я. Фищенко, И. А. Лазарев, И. В. Рой. – К.: Медкнига, 2006. – 96 с.

Горошко Віта Олександрівна,
студентка II курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Гета Алла Володимирівна,
к.фіз.вих., доцент кафедри фізичної реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В УКРАЇНІ

Вступ. Процеси європейської інтеграції охоплюють дедалі більше сфер життєдіяльності нашого суспільства. Не стала винятком і освіта, особливо вища школа. Україна шукає шляхи й орієнтири на входження в освітній простір Європи, здійснює модернізацію освітньої діяльності в контексті європейських вимог, шукає нові шляхи впровадження адаптивного фізичного виховання, що сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формуванню особистісного потенціалу студентської молоді. Проте в сучасних умовах суспільство України виявилось неготовим усвідомити значення адаптивної фізичної культури і спорту для виховання гармонійно розвиненої особистості та зміцнення здоров'я студентської молоді. Нормативно-правові реформи, які часто є суперечливими, не виправдано затяглися, внаслідок чого суттєво знизилась ефективність системи управління адаптивним студентським спортом. Представники спортивної науки, вчені нашої країни не повною мірою здійснюють предметний аналіз проблем адаптивного фізичного виховання студентської молоді та адаптивного студентського спорту в цілому, недостатньо шукають шляхи розвитку спортивно-масової роботи. Роботи вчених [1, 3] з подібними соціально-економічними системами є актуальними і вимагають серйозного переосмислення й адаптації до сучасних умов розвитку адаптивного фізичного виховання в Україні.

Результати дослідження. Процес удосконалення адаптивного фізичного виховання у вищій школі має об'єктивний характер і проходить еволюційно, тобто відбувається історичний перехід від традиційної системи адаптивної фізкультурної освіти, яка акумулює в собі кращі розробки, до осмислення інших проблем адаптивної фізичної культури – психологічних, соціологічних, культурологічних [2].

Складність і неоднозначність проблем, які виникли в останній час у сфері адаптивного фізичного виховання і спорту, вимагають розробки нових концептуальних підходів до формування системи кадрового забезпечення галузі, які дозволяють усебічно визначити нові тенденції, забезпечити відповідність кадрової політики державним інтересам у цій

сфері та потребам ринку праці. В основі такого підходу лежить розробка стандартів адаптивної фізкультурної освіти, які встановлюють вимоги до змісту, обсягу і рівня підготовки кадрів [1]. Навчальна програма з адаптивної фізичної культури для студентів вищих навчальних закладів, затверджена Міністерством освіти і науки України, передбачає заняття з фізкультури з 4-річним терміном навчання для I–III курсів, з 5-річним терміном навчання для I–IV курсів. На практиці сьогодні в більшості ВНЗ країни заняття з адаптивної фізкультури проводяться тільки на I і II курсах навчання, а в деяких університетах заняття навіть не передбачені навчальною програмою.

Україна, як частина європейського освітнього простору, не може не враховувати сучасні тенденції у вищій європейській освіті. Підтримуючи цей процес, вона має намір найближчим часом змінити нормативно-правову базу для інтеграції вищої школи на загальноєвропейську систему вищої освіти, де необхідно вивчати тенденції реформування системи підготовки спеціалістів у Європі в галузі адаптивної фізичної культури і прогнозувати шляхи зближення. Вітчизняні фахівці [1] з адаптивної фізичної культури на сьогодні перебувають у пошуку шляхів реформування системи підготовки фізкультурних кадрів, що відповідають європейським стандартам. Саме їм у найближчому майбутньому належить здійснити на практиці в українській вищій школі кардинальні зміни [1, 2].

На наш погляд, фахівці МОН України спільно з керівниками провідних ВНЗ повинні не копіювати європейську модель, а знайти оптимальні шляхи поетапного переходу, враховуючи історичні, соціальні та економічні реформи в нашій державі. Сучасна система адаптивного фізкультурного виховання студентської молоді є пріоритетною у формуванні адаптивної фізичної культури як виду загальної культури молодшої людини, здорового способу життя та спортивного стилю життєдіяльності майбутніх фахівців. Однак, як свідчить практика, випускники не є активними, самостійними носіями цінностей, накопичених у цій сфері культурного розвитку, що істотно обмежує перенесення отриманих знань, практичних умінь на культуру навчальної і професійної праці, побуту, відпочинку, стилю життя, ставлення до здоров'я.

Багато вчених і фахівців [2, 3]одностайні в тому, що зараз зростають вимоги до фізичного виховання студентів обумовлюють необхідність модернізації навчально-виховного процесу за допомогою використання нових шляхів і організаційно-методичних рішень, що забезпечують підвищення якості рухової діяльності студентів, під якою розуміють діяльність індивідуума, спрямовану на досягнення фізичних кондицій,

необхідних і достатніх для досягнення і підтримки можливо високого рівня здоров'я, фізичного розвитку, фізичної підготовленості.

У сфері адаптивного фізичного виховання актуальною є проблема поєднання масовості освіти в більшості навчальних закладів та необхідності індивідуалізації процесу навчання, тому будь-які системи жорстко запрограмованого адаптивного фізичного виховання можуть дати лише тимчасовий ефект завдяки вмілій організації, але ніколи не витримають перевірки часом через їх повну невідповідність його духу. Не знаходять також продовження проекти підвищення ефективності адаптивного фізичного виховання за рахунок збільшення кількості навчальних годин.

Розпочинаючи роботу з підготовки проекту перетворень в адаптивному фізичному вихованні студентів, необхідно визначити ступінь готовності матеріальної бази для забезпечення занять у новому режимі організації та інтенсивності експлуатації наявних спортивних баз, обладнання, інвентаря. Необхідно вивчити ступінь соціально-психологічної готовності педагогічного колективу та студентів донамічуваних перетворень. Досвід проведення перетворень в адаптивному фізичному вихованні, набутий і описаний дослідниками [1], переконує в тому, що вони зустрічають частіше протидію, ніж підтримку. Тому краще передбачити послідовний, поетапний розвиток процесу оновлення змістовної та організаційної структури адаптивного фізичного виховання.

Завдяки поетапному введенню нових форм організації стане очевидною більш висока ефективність оновленої форми роботи з адаптивного фізичного виховання порівняно з традиційною, що помітно поліпшить соціально-психологічну ситуацію навколо розпочатого процесу і збільшить число її прихильників. У результаті запланованого експерименту будуть реалізовані наступні організаційно-методичні принципи: принцип створення найбільших можливостей для освоєння кожним студентом цінностей адаптивної фізичної культури і спорту відповідно до індивідуальних особливостей, потреб та інтересів, рівня фізичного розвитку і підготовленості; принцип обов'язковості використання технологій спортивного та оздоровчого тренування; принцип добровільного вибору форм занять адаптивною фізкультурою і спортом; принцип об'єднання в навчально-тренувальні групи, що займаються поза рамками академічного розкладу, з урахуванням інтересів і потреб студентів, а також рівня їх фізичної підготовленості і функціонального статусу. Керуючись цими принципами, заняття з адаптивного фізичного виховання планується проводити не потоками, а в навчально-тренувальних групах, що спеціалізуються в кількох видах

спорту – волейболі, баскетболі, футболі, плаванні, легкій атлетичі, настільному тенісі, бадмінтоні, ЗФП, ЛФК та ін. У зв'язку з цим необхідно розробити нові експериментальні навчальні програми для цих видів спорту. Метою навчально-тренувального заняття стане досягнення студентом фізичної досконалості як складової частини гармонійного розвитку особистості.

Перетворення змісту і форми адаптивного фізичного виховання студентів на основі конверсії елементів спортивної культури навчально-тренувального процесу в інтересах їх використання в навчанні дозволить покращити стан здоров'я та фізичну підготовленість студентів. Головним підсумком роботи стане зміна ставлення студентів до занять з адаптивного фізичного виховання і, як наслідок, – підвищення рівня навчання в цілому. Це позначиться на показниках відвідуваності, дисципліни, емоційному підйомі, поліпшенні успішності з фахових предметів. У цьому випадку особистість сприйме освіту у сфері адаптивної фізичної культури як складову власного стилю життя.

Висновки. Таким чином, наведені аргументи висувають перед вищими навчальними закладами конкретні завдання, вирішення яких має докорінно удосконалювати систему впровадження адаптивної фізичної культури в широкі верстви студентської молоді. У результаті проведеного експерименту виникає необхідність розробки нових навчальних програм для вишів України, головним чином орієнтованих на європейські стандарти.

Список використаних джерел:

1. Носкова С.А. К проблеме совершенствования физкультурного образования в высшей школе непрофильного типа / С. А. Носкова // VII Междунар. науч. конгресс «Современный олимпийский спорт и спорт для всех». – М., 2013. – Т. 2. – С. 381.
2. Приходько В.В. Болонський процес і майбутнє вузівського фізичного виховання / В.В. Приходько // Теорія і практика фізичного виховання. – 2004. – №2. – С. 31–36.
3. Третьяков М.О. Стан професійних знань і вмінь студентів вищих навчальних закладів фізкультурного профілю / М.О. Третьяков, І. Е. Лапичак // Теорія і практика фізичного виховання. – 2014. – №2. – С. 42–49.

Зяц Тетяна Романівна,
студентка 4 курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Бойко Галина Миколаївна,
д.пед.н., професор, завідувач кафедри
фізичної реабілітації і фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

МЕТОДИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ БРОНХІАЛЬНІЙ АСТМІ В ДІТЕЙ

Вступ. Сучасні дослідження свідчать про те, що до 5 – 10% дітей страждають бронхіальною астмою. В Україні за останні роки поширеність даного захворювання серед дітей шкільного віку зростає. Високий відсоток медикаментозної непереносимості серед дітей, хворих на бронхіальну астму, дедалі частіше спонукає звернути увагу на немедикаментозні методи терапії та фізичної реабілітації, які дозволять уникнути додаткової сенсibiliзації організму, хворого на бронхіальну астму. Тому необхідність розробки нових методик фізичної реабілітації із загальнооздоровчим спрямуванням зумовлюють актуальність теми.

Результати дослідження. Застосування фізіотерапевтичних методів лікування в дітей, хворих на бронхіальну астму, залежить від фази захворювання. У післялікарняний період реабілітації фізіотерапія спрямована на підвищення загальної реактивності й десенсибілізацію організму, нормалізацію процесів збудження і гальмування в ЦНС; покращення бронхіальної прохідності, ліквідацію вогнищ хронічної інфекції, загартування [1].

У період нападів широке застосування знаходять різні аерозолі. Сучасні технології дозволяють проводити терапію аерозолями за допомогою ультразвуку, що надає виражений лікувальний ефект. Значна ефективність терапії досягається також за допомогою електроаерозольтерапії. Для аерозольних інгаляцій, як правило, застосовуються наступні лікарські препарати і рослинні засоби: еуфілін, ефедрин, атропін, гепарин, гідрокортизон, прополіс, сік часнику, каланхое та ін. Надалі – купірування найгостріших проявів нападу, з метою максимально ефективного видалення з бронхів слизу і продуктів розпаду хворому призначають тепло-вологі інгаляції, які мають протизапальну, відхаркувальну і трофічну дію. Для інгаляцій широко використовують багно, шавлію і деякі інші лікарські рослини. З метою поліпшення трофіки слизової оболонки дихальних шляхів застосовують аерозолі ароматичних масел, а також масляні розчини вітамінів А, Е і В [2].

Для відновлення бронхіальної прохідності призначають електрофорез бронхорозширювальних засобів на між лопаткову зону. Цьому ж сприяє ультразвук або фонофорез паравертебрально і по ходу п'ятого-сьомого міжребер'я. Загальне й місцеве ультрафіолетове опромінення проводять з метою підвищення опірності організму. Між нападами бронхіальної астми показане застосування електрофорезу іонів кальцію, ендоназального електрофорезу, фонофорезу гідрокортизону на сегментарні зони грудної клітки. Позитивний ефект на перебіг захворювання надає застосування електросну або електроанальгезії, водолікування.

Серед методів фізіотерапії, упроваджених у практику лікування бронхіальної астми останніми роками, слід зазначити магнітотерапію і низькочастотний ультразвук. Використання магнітотерапії призводить до поліпшення функції зовнішнього дихання і бронхіальної прохідності, а також підвищує імунобіологічну реактивність організму. Сучасним методом усунення бронхіальної обструкції є застосування низькочастотного ультразвуку. До найсучасніших фізіотерапевтичних методик лікування бронхіальної астми відноситься також спелеотерапія – лікування мікрокліматом соляних шахт.

Для дітей, хворих на бронхіальну астму, використовують також лікувальний масаж для підтримки нормальної діяльності ЦНС, підвищення скорочувальної здатності дихальних м'язів, збереження розтяжності грудної клітки й оптимального співвідношення фаз дихального акту; покращення загального стану організму. Застосовують сегментарно-рефлекторний масаж паравертебральних зон поперекових, верхньогрудних і середньо-шийних спинномозкових сегментів і класичний масаж. Масажують грудну клітку і спину використовуючи основні прийоми [3].

При бронхіальній астмі класичний масаж проводиться в такій послідовності: загальний масаж грудної клітки; масаж комірної зони, шиї і трапецієподібного м'яза спини; масаж спини; повторний масаж передньої поверхні грудної клітки і дихальний масаж (або гімнастика).

Сегментарний масаж дає позитивний ефект при бронхіальній астмі. Масаж рекомендований у міжприступний період для того, щоб нормалізувати дихання, купірувати напади, понизити їх частоту і тяжкість, активізувати роботу діафрагми, виробити загальнозміцнювальну дію. При захворюванні бронхіальною астмою позитивний результат досягається при доповненні лікувального масажу дихальним. Краще всього проводити масаж уранці. Вдень – через 2 – 3 години після їжі, увечері – через 2 години після легкої вечері, але за 2–3 години до сну.

При виконанні масажу хворий приймає положення сидячи і розслабляє м'язи. Починають масаж з місця виходу сегментарних корінців у хребетного стовпа, переходячи від нижніх сегментів до розташованих вище. При цьому усувається напруження спочатку у верхніх шарах, а потім – і в глибоких тканинах. Для досягнення максимального ефекту всі рухи прямують у бік хребетного стовпа, що прискорює досягнення лікувального результату. При масажі використовуються такі прийоми, як штрихування, колоподібні рухи, дія на проміжки між остистими відростками хребців.

Перш за все масажні дії починаються з погладжування і легкого розтирання спини, слід також приділити особливу увагу плечовому поясу. Потім масажують задню поверхню шиї, передню і бічну частини грудної клітки протягом 2–3 хв. Найбільший ефект дає розтягування грудної клітки. Особливу увагу потрібно звернути на вдих і здавлення. Після цього вибірково впливають на м'язи спини, задню поверхню шиї, міжребер'я і надлопаткову зону 8–10 хв. Тривалість усієї процедури складає не більше 20 хв. Закінчують сегментарно-рефлекторний масаж, як і будь-який інший вид масажу, заспокійливим погладжуванням.

Лікувальна фізична культура є також методом активної, неспецифічної терапії бронхіальної астми й успішно застосовується в комплексному, патогенетичному лікуванні. Фізичні вправи мають позитивний вплив на коркові процеси, тим самим сприяючи зміні загальної реактивності дитини, зняттю підвищеної збудливості. Під впливом спеціальних прийомів, які застосовуються в лікувальній фізкультурі при бронхіальній астмі, можливе зниження підвищеного тону м'язів бронхіальної мускулатури, зняття бронхоспазму, відновлення й поліпшення бронхіальної прохідності. При цьому відновлюються й закріплюються нормальні моторно-вісцелярні рефлекси. [2].

Основними завданнями лікувальної фізичної культури при бронхіальній астмі в дітей є: зменшення і ліквідація спазму бронхіальної мускулатури; відновлення порушеної бронхіальної прохідності; поліпшення евакуаторної функції бронхів; поліпшення і нормалізація зовнішнього дихання; зниження підвищеної і нормалізація порушеної чутливості організму хворої дитини; нормалізація основних нервових процесів; попередження деформації опорно-рухового апарату і порушення постави, підвищення неспецифічної опірності до несприятливих чинників зовнішнього середовища.

Засобами ЛФК для вирішення цих завдань є загальнорозвиваючі вправи, рухливі ігри, спеціальні вправи, деякі прийоми масажу, що відповідають віковим особливостям дитини. На фоні загальнорозвиваючих вправ, що забезпечують стимулюючу,

нормалізуючу дію на нервові процеси, а також надають певний десенсibiliзуючий ефект, застосовуються спеціальні засоби. Їх призначення – перш за все ліквідувати основну патологічну ланку – спазм бронхіальної мускулатури, відновити бронхіальну прохідність.

У міжприступному періоді лікувальна фізична культура у формі індивідуальних або групових занять проводиться одразу ж після заспокоєння дитини, купірування нападу бронхіальної астми. У заняттях використовують загальнорозвиваючі вправи з невеликим числом повторень, що не вимагають складної координації, дихальні вправи з подовженим видихом, вимовленням звуків, вправи на розслаблення з початкових положень лежачи на спині, на боку, сидячи і стоячи. Тривалість занять – від 8-ми до 12 хв.

Особливе місце в домашній фізкультурі дітей, хворих на респіраторні захворювання, у тому числі бронхіальну астму, займає дихальна гімнастика. Для зменшення спазму бронхіальної мускулатури виконують дихальні вправи – з вимовленням ряду шиплячих і свистячих звуків, що викликають тремтіння голосової щілини, з вимовленням на видиху різних голосних звуків (так звана «звукова гімнастика»). Застосовуються дихальні вправи з подовженим видихом. Спеціальні дихальні вправи забезпечують повноцінний дренаж бронхів, очищують дихальні шляхи, укріплюють дихальну мускулатуру.

Висновки. Отже, ефективними методами фізичної реабілітації бронхіальної астми в дітей молодшого шкільного віку є фізіотерапевтичні процедури, спелеотерапія, лікувальний масаж (сегментарно-рефлекторний, класичний, точковий), а також дихальна гімнастика.

Список використаних джерел:

1. Івасик Н. О. Фізична реабілітація дітей, хворих на бронхіальну астму / Н. О. Івасик // Метод рек. для фахівців з фіз. Реабілітації. – Львів: Видав. центр ЛНУ імені І.Франка, 2003. – 64 с.
2. Фонарев М. И. Лечебная физическая культура при детских заболеваниях/ М. И. Фонарев, Т. А. Фонарева. – Л.: Медицина, 2004. – 280 с.

Кислий Олександр Олександрович,
студент 4 курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Бойко Галина Миколаївна,
д.пед.н., професор, завідувач кафедри
фізичної реабілітації і фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ ПЕРЕЛОМАХ ЛІКТЬОВОГО СУГЛОБА

Вступ. Переломи в зоні ліктьового суглоба займають перше місце серед внутрішньосуглобових ушкоджень. Серед травм руки закриті переломи кісток ліктьового суглоба становлять близько 30%. Комплексне лікування хворих із переломами ліктьових суглобів включає медикаментозні, ортопедичні (консервативні та оперативні), фізіотерапевтичні заходи, які спрямовані на призупинку прогресування патологічного процесу, профілактику розвитку незворотних проліферативно-деструктивних змін та деформацій, збереження функції та амплітуди рухів. При розвитку деформацій, тугорухливості та анкілозів метою реабілітації є усунення деформації та відновлення функції ліктьового суглоба.

Результати дослідження. Особливості загальної методики лікувальної фізкультури при пошкодженнях ліктьового суглоба наступні: 1) безперервність застосування протягом усього курсу лікування, методику змінюють залежно від періодів; 2) своєчасне застосування лікувальної фізкультури, що забезпечує не тільки поліпшення загального стану хворого, але й запобігає виникненню ускладнень; 3) поєднання лікування фізичними вправами з іммобілізацією, у тому числі з гіпсовими пов'язками, які не є перешкодою до застосування лікувальної гімнастики, а навпаки, безболісно включають хворого в рухову діяльність; 4) навантаження, що поступово зростає і є обов'язковою умовою ефективності лікувальної фізкультури; 5) фізичне навантаження при пошкодженнях ліктьового суглобу, яке має бути адекватним функціональним можливостям хворого.

При тугорухливості суглоба в результаті зморщування сумочно-зв'язкового апарата в першу чергу комбінують масаж із лікувальною фізичною культурою. Чим раніше застосовується рухова терапія, тим більше шансів на функціональне відновлення. Показане також поєднання масажу з бальнеотерапією (мінеральними ваннами), грязелікуванням, апаратною фізіотерапією, порядок застосування яких у комбінації з масажем визначається в кожному випадку спеціальними показаннями.

При супутніх судинних розладах (явища лімфостазу, порушення судинного тонусу унаслідок капілярної гіпотонії) показаний спочатку відсмоктувальний масаж, потім рухова терапія, які не повинні викликати біль, а також підвищення м'язового тонусу на боці пошкодження.

У післялікарняний період реабілітації лікувальний масаж спрямований на ліквідацію набряків, тугорухливості в суглобах, контрактур, м'язових атрофій, м'язової слабкості, неповного відновлення функцій. Застосовують класичний місцевий і загальний масаж, сегментарно-рефлекторний і апаратний масаж, масаж у воді, гідромасаж (підводний душ-масаж, водоструменевий душ-масаж, підводний вібраційний масаж).

Фізіотерапію застосовують з метою профілактики та лікування переломів на всіх етапах реабілітації. Використання певних методів залежить від завдань, що ставлять перед фізіотерапією, з огляду на характер захворювання й обсяг оперативного втручання або перенесену травму, перебіг післяопераційного періоду, загальний стану хворого, фази утворення кісткового мозоля. Лікувальна дія фізичних чинників на організм після травм виявляється у вигляді нервово-рефлекторного та гуморального механізмів, але кожен із чинників має свої особливості шляхів реалізації лікувального ефекту [1].

Висновки. Отже, особливістю відновного лікування потерпілих із переломами ліктьового суглоба є використання поетапного комплексу активних рухів, масажу та фізіотерапії на всіх етапах реабілітації.

Список використаних джерел:

1. Ушмаров А. К. Общая физиотерапия : учебное пособие [для студентов мед. ВУЗов] / А. К. Ушмаров, Д. Р. Ракита, Н. А. Рондалева, В. Я. Гармаш. – Рязань, 2002. – 120 с.

Ковалько Юлія Сергіївна,
студентка 3 курсу спеціальності «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Вишар Євгенія Василівна,
старший викладач кафедри фізичної реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ФІТБОЛ-ГІМНАСТИКА – УНІВЕРСАЛЬНИЙ ЗАСІБ ОЗДОРОВЧОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Вступ. Підвищення ефективності фізичного виховання, поліпшення рухової активності, збереження і зміцнення здоров'я, формування здорового способу життя – нині найактуальніші проблемами сьогодення.

У даний час існує понад 200 напрямків фітнес-технологій з гімнастичною спрямованістю. Усі вони об'єднані однією загальною метою – зміцнення здоров'я людини. Але тільки один напрям – «фітбол» – має настільки широкий спектр впливу на організм людини. Унікальність фітбол-аеробіки полягає в поєднанні спільної роботи рухового, вестибулярного, зорового, тактильного, слухового аналізаторів, які включаються при виконанні вправ на фітболах, що посилює позитивний ефект у геометричній прогресії [1, 5].

Результати дослідження. Програми з фітбол-гімнастики унікальні за своїм впливом на організм. Вправи на м'ячах мають оздоровчий ефект, який підтверджений досвідом роботи фахівців. Однією з головних особливостей м'яча є його вібраційний вплив на організм тих, хто займається, що виникає при виконанні пружинних погойдувань, яке він справляє практично на всі органи і системи життєдіяльності людини. За рахунок вібрації та амортизаційної функції м'яча при виконанні вправ поліпшуються обмін речовин, кровообіг і мікродинаміка в міжхребцевих дисках і внутрішніх органах, що сприяє розвантаженню хребетного стовпа, мобілізації різних його відділів, корекції лордозов, кіфозів. При виконанні вправ сидячи на фітболі найбільший контакт з ним мають сідничні горби і крижі. Через крижі відбувається поширення ритмічних коливань на весь хребет, включаючи зону основи черепа, це сприяє зміні динаміки спинномозкової рідини у хребті. Вправи на м'ячах тренують вестибулярний апарат, розвивають координацію рухів і функцію рівноваги, стимулюють обмін речовин організму, активізують моторно-вісцеральні рефлексії. Заняття з м'ячем зміцнюють м'язи спини і черевного преса, створюють гарний м'язовий корсет, сприяють формуванню правильного дихання, моторних функцій[1, 2].

Велике значення має колірна гама м'ячів, яка справляє психологічний вплив на людину. Так, теплі кольори – червоний, помаранчевий – справляють ерготропний вплив, посилюють збудження центральної нервової системи; холодні кольори – синій, фіолетовий – створюють трофотропний ефект, у зв'язку з чим знижуються ЧСС, АТ. Вібрація на м'ячі має свій оздоровчий ефект для психіки людини, швидко вібрація – активізуючий, збудливий, прискорює протікання психічних процесів; повільна вібрація – заспокійливий та розслаблюючий ефект [3,6].

З огляду на багатофункціональність своїх властивостей м'яч може використовуватися в різних варіантах, що дає можливість поєднувати в заняттях фітбол-гімнастикою вправи аеробного характеру з вправами, спрямованими на розвиток фізичних якостей. При використанні м'яча як предмета можна виконувати різні загальнорозвиваючі вправи з фітболом

у руках з різних вихідних положень (стоячи, сидячи, лежачи), а також кидки, ловлю, ведення м'яча. М'яч як опора застосовується в положенні сидячи на м'ячі (м'яч під спину, під живіт, під бік). Можна використовувати м'яч як орієнтир при виконанні різних рухливих ігор, естафет. Як амортизатор і тренажер, м'яч призначений для розвитку силових здібностей м'язів рук, ніг, функції рівноваги. М'яч як обтяження (в руках, ногах) застосовується з різних вихідних положень (стоячи, лежачи, сидячи) для зміцнення різних м'язових груп, формування і корекції фігури. Можна використовувати м'яч як перешкоду, перестрибуючи через нього. Фітболи застосовуються і як масажери як при виконанні вправ індивідуально, так і в парах. Вправи фітбол-гімнастики можна класифікувати за наступними напрямками:

- зміцнення і розвиток різних груп м'язів;
- збільшення гнучкості і рухливості суглобів;
- поняття функції рівноваги і вестибулярного апарату;
- формування постави та профілактика плоскостопості;
- розвиток координації рухів;
- розвиток музичності;
- розслаблення і релаксація;
- розвиток еробної витривалості;
- профілактика різномасійних захворювань [4,7].

Висновки. ВУсі заняття фітбол-гімнастики складаються згідно із загальнометодичними і специфічними принципами фізичного виховання. За своїм змістом вони повинні відповідати віковим особливостям людей, їх фізичній підготовленості, рівню здоров'я і фізичного розвитку, а також вирішувати завдання оздоровлення, навчання і виховання. Структура занять фітбол-аеробіки відповідає сучасним вимогам технологій побудови та проведення навчально-оздоровчих занять з фізичної культури. Заняття включає підготовчу, основну та заключну частини. Наявність і розташування цих частин забезпечується біологічними закономірностями функціонування організму людини, що визначають його працездатність і логіку розгортання навчально-виховного процесу в руховій діяльності [2,7].

Фітбол дозволяє індивідуалізувати оздоровлювальний процес, сприяє гармонійному розвитку всієї опорно-рухової системи, зміцненню основних груп м'язів. Заняття з фітболу покращують роботу серцево-судинної та дихальної системи, нормалізують обмін речовин та інтенсивність процесів травлення, підвищують витривалість і зміцнюють організм у цілому.

Використання фітбол-гімнастики сприяє підвищенню рухової активності, збереженню та зміцненню здоров'я, забезпечує фізичний

розвиток кожної людини з урахуванням її задатків, здібностей, індивідуально-психологічних і вікових особливостей.

Список використаних джерел:

1. Беляева П.В. Интегральная комплексная система оценки влияния занятий аэробикой на организм студенток / П.В. Беляева // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2009. – №12. – С. 15–17.
2. Беляк Ю. Характеристика сучасних програм оздоровчого фітнесу / Ю. Беляк, А. Майструк, Н. Зінченко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2006. – №4. – С. 14–16.
3. Варавша О.М. Відновлення порушень постави студентів спеціальних медичних груп з використанням фітбол гімнастики / О.М. Варавша, Л.В. Белогурова, А.В. Прийменко. – Донецьк : ДонНУ, 2009. – 36 с.
4. Лисицкая Т.С. Аэробика : в 2 т. / Т.С. Лисицкая, Л.В. Сиднева – М. : Федерация аэробики России, 2002. – Т. 1 : Частные методики. – 216 с.
5. Нерушенко Є.В. Фізичне виховання: аеробіка : методичні рекомендації [для студентів 1-4 курсів усіх спеціальностей] / Є.В.Нерушенко. – Запоріжжя : ЗНУ. – 41 с.
6. Романенко В.А. Диагностика двигательных способностей / В.А. Романенко. – Донецк : ДонНУ, 2005. – 290 с.
7. Сайкина Е.Г. Фитбол-аэробика и классификация ее упражнений / Е.Г. Сайкина // Теория и практика физ. культуры. – 2004. – №7. – С. 43–46.

Колінко Анастасія Валеріївна,

студентка 4 курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

Науковий керівник: Бойко Галина Миколаївна,

д. пед. н., професор, завідувач кафедри
фізичної реабілітації і фізичного виховання,

Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОРГАНІЗАЦІЯ АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ІЗ ВАДАМИ ЗОРУ З УРАХУВАННЯМ СТАНУ ЇХНЬОГО ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ

Вступ. Сучасні статистичні дані свідчать про сталу тенденцію зростання кількості випадків патології зорового аналізатора. Часткова

втрата зору є однією з найпоширеніших форм інвалідності, що позначається на розвитку дитини, тому дослідження особливостей фізичного розвитку дітей із вадами зору є актуальним завданням.

Результати дослідження. Встановлено, що діти з вадами зору у фізичному розвитку відстають від своїх здорових однолітків. Це пов'язано з тим, що порушення функцій зорового аналізатора суттєво обмежує дитину в повноцінному розвитку, оскільки страждає основний вид діяльності – пізнання навколишнього середовища. Наслідком зниженого зору є недостатня рухова активність дитини, що, у свою чергу, спричиняє відставання фізичного розвитку, погіршення координації, орієнтації у просторі.

Рівень фізичного розвитку та фізичної підготовленості дітей молодшого та середнього шкільного віку з депривацією зору значно відстає від здорових однолітків: у вазі (від 3 до 5%), зрості (від 5 до 13 см), у показниках окружності грудної клітки в дітей молодшого і середнього віку відставання становить до 4,7 см [1].

Помітне відставання від норми відзначається і в життєвій ємності легенів. М'язова (кистьова) сила в дітей з порушенням зору, порівняно з нормою, слабо розвинена. У слабозорих школярів показники кистьової динамометрії нижчі на 28%, ніж в однолітків із нормальним зором, у показниках гнучкості вони поступаються останнім у середньому на 12 – 15%. Найбільш виражена різниця у зростанні м'язової сили сліпих дітей порівняно зі здоровими спостерігається в 7 – 14 років: відставання у хлопчиків 3,5 – 5 кг, у дівчаток 1 – 1,5 кг.

У дітей з патологією зору відзначається порушення координації рухів. У віці 8 – 9 років вона становить 28%, а до 16 років досягає 52%. Школярі зазнають труднощів у виконанні погоджених рухів рук і ніг. Зіставлення результатів швидкісно-силових якостей показує, що сліпі діти у 7 – 9 років мають найнижчий рівень стрибкової здатності [1].

За часткової або повної втрати зору найбільшою мірою порушуються координація, витривалість, швидкість і ритм рухів. Меншою мірою виражене відставання за показниками м'язової сили та швидкісно-силових якостей.

Спостережуване зниження функціонального стану рухового аналізатора в дітей з порушеннями зору, що виникає внаслідок обмеженості рухової активності, призводить, у свою чергу, до зниження працездатності серцево-судинної та дихальної систем. У дітей з порушеннями зору, порівняно з учнями масових шкіл, спостерігаються частішими дихання й пульс. Зниження функціонального стану рухового аналізатора в аномальних дітей призводить до ослаблення функціональної діяльності серцево-судинної системи організму на

фізичні навантаження [2].

Низький рівень розвитку рухових здібностей у дітей з порушеннями зору пов'язаний не тільки з наслідками первинних порушень, але й з обмеженістю обсягу їхньої рухової активності порівняно з учнями масових шкіл, а також з недостатньою розробкою деяких питань методики їхнього фізичного виховання. Дане положення підтверджується тим, що в разі систематичних заняттях фізичною культурою і спортом із застосуванням оптимальних навантажень діти з порушеннями зору за багатьма показниками фізичної підготовленості наближаються до норми, а за деякими навіть перевершують її.

Висновки. Отже, адаптивне фізичне виховання, організоване з урахуванням диференційованого підходу до кожної слабкозорої дитини, дозволить успішно вирішити проблему корекції її психофізичного розвитку та інтеграції в суспільство.

Список використаних джерел:

1. Байкіна Н. Г. Діагностика й корекція психомоторного розвитку осіб з порушенням зору : навч. пос. / Н. Г. Байкіна, Я. В. Крет. – Запоріжжя : ЗНУ, 2005. – 396 с.
2. Мухін В. М. Фізична реабілітація / В. М. Мухін. – К. : Здоров'я, 2005. – 470 с.

Колісник Богдан Омелянович,
студент 4 курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,
к.пед.н., доцент, доцент кафедри
фізичної реабілітації і фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ФІЗИОТЕРАПЕВТИЧНІ МЕТОДИ ЛІКУВАННЯ ПАЦІЄНТІВ ІЗ ХРОНІЧНОЮ СЕРЦЕВОЮ НЕДОСТАТНІСТЮ

Вступ. За сучасними статистичними відомостями, у розвинених країнах спостерігається стала тенденція до зростання числа хворих похилого віку з хронічною серцевою недостатністю. Складність реабілітаційного процесу для людей похилого віку з хронічною серцевою недостатністю зумовлена перш за все, наявністю в них поліорганної недостатності, частими ускладненнями, у тому числі поєднанням ознак суб- та декомпенсації, появою супутніх захворювань. Отже, питання

фізичної реабілітації хворих із хронічною серцевою недостатністю є актуальними.

Результати дослідження. Хронічна серцева недостатність (ХСН) є однією з головних причин порушення працездатності та зменшення тривалості життя населення. ХСН розглядається вченими як патологічний стан, за якого серце не забезпечує органи і тканини необхідною кількістю крові відповідно до метаболічних потреб тканин. При ХСН з успіхом використовуються фізіотерапевтичні методи лікування.

Сучасна фізіотерапія, залежно від видів та форм енергії, що застосовуються, представлена такими фізичними факторами: електричною енергією, магнітним полем, світловим випромінюванням, водолікувальними факторами, теплолікувальними факторами, механічною енергією, штучним повітряним середовищем. У свою чергу, кожний фактор представлений тими чи іншими методами лікування [4]. До фізичних методів, що застосовуються в реабілітації хворих з ХСН, відносяться: антиішемічні методи – оксигенотерапія, оксигенобаротерапія, нормобарична гіпокситерапія, кисневі, озонові, повітряні ванни, методи корекції нейрогуморальної регуляції міокарда – електросон терапія, транскраніальна електроаналгезія, гальванізація та медикаментозний електрофорез, трансцеребральна УВЧ-терапія, геліотерапія, таласотерапія; катаболічні методи – медикаментозний електрофорез калію, магнію, марганцю, метіоніну, панангіну, гепарину, еуфіліну, нікотинової кислоти, вітаміну В₁₂, вітаміну В₁; гіпокоагуляційні методи – низькочастотна магнітотерапія; інфрачервона лазеротерапія, медикаментозний електрофорез антикоагулянтів і дезагрегантів; кардіоадаптивні методи – вуглекислі ванни.

Завданнями фізіотерапії при реабілітації хворих на ХСН є: підвищення скорочувальної здатності міокарду; покращення енергопотенціалу та метаболізму кардіоцитів; нейрогормональна регуляція; зниження темпів прогресування захворювання [2].

Наводимо стисло характеристику фізіотерапевтичних методів фізичної реабілітації при хронічній серцевій недостатності. Оксигенобаротерапія дозволяє значно підвищити кількість розчиненого в плазмі кисню, збільшити синтез макроергів аеробну потужність міокарда відносно окиснення вільних жирних кислот і глюкози.

Нормобарична гіпокситерапія збільшує хвилинний об'єм кровообігу, сприяє підвищенню концентрації активних форм кисню, проводить «ішемічне кондиціювання» міокарда. Компенсаторно активується антиоксидантна система, підвищується потужність окиснювального фосфорилування. Спостерігається підвищення швидкості транспорту кальцію в саркоплазматичний ретикулум і

посилення скорочувальної функції міокарду. Використовують гіпоксичну суміш (10 – 12% кисню і 88 – 90% нітрогену), що подається під тиском 1020 гПа за кімнатної температури.

Кисневі ванни дозволяють збільшити оксигенацію тканин міокарда, посилюють окиснення вуглеводів і жирних кислот, що призводить до зменшення ішемії міокарда, підвищення його скорочувальної функції [2].

Повітряні ванни сприяють підвищенню парціального тиску кисню в альвеолах, активують захоплення й транспортування кисню до тканин, у результаті підвищується напруга кисню в крові. Аеройони і терпени, що знаходяться в повітрі, підвищують окислювальний потенціал кисню, який поглинається кров'ю, посилюють газообмін кисню і діоксиду вуглекислого газу в тканинах міокарда.

Озонові ванни підвищують окислювальний потенціал кисню, що поглинається кров'ю, активують прооксидантну систему з наступним посиленням клітинного дихання, утилізацією кисню міокардом, підвищенням аеробного ліполізу і гліколізу, підвищенням у міокарді вмісту креатинфосфату і АТФ.

Лазерне випромінювання червоного діапазону вибірково поглинається специфічними фотоакцепторами, включаючи ряд ферментів, що беруть участь в окислювально-відновних реакціях. Активуються ферменти антиоксидантної системи (каталаза, супероксиддисмутаза, глутатіонпероксидаза), інактивація яких спостерігається при ішемії. Більшість ефектів реалізується на цитолемі і мембранах органодів кардіоміоцитів, клітин ендотелію та інших шарів судин серця й клітин крові. У результаті змінюється структура та фізико-хімічні властивості мембран, а саме – форма і вміст подвійного ліпідного шару, в якому зменшується вміст лізолецитину – потужного фактора дезорганізації мембран; збільшується рівень фосфатидилетаноламіну, зменшується кількість вільного холестерину мембран [1].

Медикаментозний електрофорез – це використання вітамінів С і Е. Аскорбінова кислота має виражені відновлювальні властивості, бере участь у синтезі колагену і проколагену, нормалізації проникності капілярів. Вітамін Е надає антиоксидантну дію. Електрофорез судинорозширювальних (1 – 2% розчин новокаїну), гангліоблокуючих (2% розчин гексонію, 1% розчин бензогексонію, 1% розчин пентаміну) засобів, 1% розчину лідокаїну, адренолітиків посилює ваготонічний вплив на серце і зменшує його ішемію. Використовують очно-потиличну та комірну зони.

Транскраніальна електроаналгезія базується на тому, що максимальна щільність струму, яка утворюється в ділянці основи черепа і в ядрах рубця, призводить до: зниження центральної симпатичної

активності внаслідок стимуляції утворення ендогенних опіоїдів (підвищеного вироблення ендорфінів і енкефалінів), зниження активності впливу ретикулярної формації на кору головного мозку, підвищення чутливості адренорецепторів у гіпоталамо-гіпофізарній зоні до норадреналіну. Імпульсні струми діють на лімбіко-ретикулярний комплекс, що координує вегетативну іннервацію серцевої діяльності, зменшуючи нейрогенний вплив на коронарні судини. Дія на ядра блукаючого нерва також посилює гальмівний вплив на серце і потенціює розширення коронарних судин [3].

Діадинамотерапія і ампліпульстерапія ґрунтується на модуляції активності симпатико-адреналової системи з метою покращення кровообігу міокарда. Це може бути досягнуто за рахунок стимуляції синокаротидної зони та шийно-грудного відділу хребта. При дії на синокаротидну зону ефект настає за рахунок активуючої дії на симпатичні нейрони бічних рогів спинного мозку з симпатолітичним ефектом, а також за рахунок стимуляції кровообігу в зоні ішемії мозку. Зменшення симпатичної активності обумовлено зниженням провідності та зміною лабільності вісцеральних стовбурових структур і вісцеральних аферентів, що проходять через дані сегменти в ЦНС, та сприяє зменшенню активності надсегментарних центрів. У результаті спостерігається покращення регіонарного кровообігу в міокарді в осіб з гіперсимпатикотонічним варіантом гемодинаміки.

Гальванізація включає дію постійного струму, що викликає гіперполяризацію нейронів головного мозку шляхом зниження збудливості коркових і стовбурових структур, у тому числі судинорухового центру. В результаті активації ядер блукаючого нерва виникає реципрокне зменшення симпатичного впливу на міокард і коронарний кровоток. Окрім того, вазодилататорна дія постійного струму зменшує ішемію головного мозку, особливо в осіб із супутніми захворюваннями. Використовують очно-потиличну, лобно-потиличну та бітемпоральну методики. Для дії на коронарний кровоток через сегментарний апарат симпатичної нервової системи використовують постійний струм на зону шийних симпатичних вузлів або комірцеву зону. В результаті зменшується вазоконстрикція коронарних артерій, збільшується об'ємний кровоток у міокарді, зменшується частота серцевих скорочень.

Висновки. Таким чином, у сучасній практиці накопичено чималий досвід застосування засобів фізіотерапії при хронічній серцевій недостатності. Індивідуально підібрані засоби фізіотерапії призначають хворим із хронічною серцевою недостатністю залежно від стадії перебігу захворювання та конкретних поточних завдань відновного лікування.

Список використаних джерел:

1. Воронков Л.Г. Хронічна серцева недостатність: практичний посібник / Л.Г. Воронков. – К.: Четверта хвиля, 2004. – 198 с.
2. Заболевания сердца и реабилитация / под ред. М. Л. Поллока, О. Х.Шмидта. – К.: Олимпийская литература, 2000. – 500 с.
3. Свинтозельський О. О. Особливості перебігу та лікування хронічної серцевої недостатності у осіб похилого та старечого віку : автореф. дис. на здоб. наук. ступ. канд. мед. наук: 14.01.11 / О.О. Свинтозельський; Запоріж. держ. мед. ун-т. – Запоріжжя, 2009. – 20 с.
4. Ушмаров А. К. Общая физиотерапия : учебное пособие [для студентов мед.ВУЗов] / [УшмаровА. К., РакидаД. Р., РондалеваН. А., ГармашВ. Я]. – Рязань, 2002. – 120 с.

Кондратенко Антоніна Сергіївна,
студентка 4 курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,
к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОСОБЛИВОСТІ ЛІКУВАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ПІСЛЯПОЛОГОВОМУ ПЕРІОДІ

Вступ. За даними Міністерства охорони здоров'я України, Україна потрапила у глибоку демографічну кризу, для якої характерні депопуляція, старіння населення та зменшення середньої тривалості життя. Поширеною є проблема невиношування вагітності, вроджених патологій, зростає кількість безплідних шлюбів і відсоток народження недоношених дітей, дітей із вадами.

Однією з помітних особливостей сучасного акушерства є збільшення частоти кесаревого розтину в останні роки, що зумовлено розширенням показань до цієї операції, серед яких переважають відносні в інтересах плода. У сучасному акушерстві кесарів розтин займає винятково важливе місце і є однією найбільш часто виконуваних операцій. Попри технічну простоту кесаревого розтину цю операцію слід вважати складним оперативним втручанням із високою частотою інтра- і, особливо, післяопераційних ускладнень [1]. У результаті розвитку фізичної реабілітації як науки сьогодні значно зросла можливість використання її методів у післяпологовий період для жінок, яким був

виконаний кесарів розтин. Вищевказане визначає перспективність використання методів фізичної реабілітації для жінок у післяпологовому періоді, що актуалізує обрану тему.

Результати дослідження. У післяопераційному періоді лікувальна фізична культура застосовується в умовах постільного, палатного, вільного режиму. При цьому повною мірою використовується тонізуючий вплив фізичних вправ, їх дія з попередження розвитку післяопераційних ускладнень і нормалізації функцій органів кровообігу, дихання, шлунково-кишкового тракту. Фізичні вправи стимулюють також процеси регенерації пошкоджених тканин [2].

До кінця першого дня або наступного дня після операції, щоб уникнути несприятливої дії положення лежачи на спині, породілля (якщо немає протипоказань) навчається повороту на бік. Одночасно це і перший етап у підготовці до вставання.

Палатний режим призначається одночасно з дозволом породілля вставати. Терміни переходу до палатного режиму залежать від клінічних даних, зокрема від міри травматизації черевної стінки в ході операції. До вставання породілля має бути підготовлена, зокрема навчена у процесі занять лікувальною гімнастикою техніці безболісного переходу в положення стоячи.

Вільний режим призначається після зняття швів. При вільному режимі в ході занять лікувальною фізичною фізкультурою має бути завершена ліквідація залишкових проявів побічних дій оперативного втручання, порушення в діяльності окремих систем органів і відновлення дієздатності черевного пресу, адаптація усього організму до м'язових навантажень. Можуть бути використані лікувальна і гігієнічна гімнастика, прогулянки, а в пізніші терміни – спортивні вправи [2].

При різних оперативних втручаннях на черевній порожнині методика має свої специфічні особливості. Доцільна лікувальна гімнастика, що сприяє кращій утилізації кисню. У першу ж добу після операції слід починати статичні дихальні вправи, поступово подовжуючи видих за участю черевної стінки (втягування живота) і покашлювання наприкінці його; їх повторюють 2 – 4 рази. Дихальні вправи корисно чергувати з деякими загальнозміцнювальними вправами – згинанням і розгинанням суглобів пальців, промене-зап'ясткових, ліктьових, гомілковостопних, колінних, ротацією ноги назовні і всередину; такі вправи повторюють у першу добу після операції 3 – 4 рази, надалі – 4 – 6 разів.

З 2-го дня післяопераційного періоду використовують динамічні дихальні вправи, що посилюють вдих і видих, та вправи для черевного пресу і тазового дна, виконувані в положенні лежачи на спині і на боці.

Зокрема, в першому варіанті (руки уздовж тулуба) бажано послідовно зігнути ліву ногу в колінному і тазостегновому суглобах; спираючись на ліву стопу і праву руку, обернутися на правий бік; лежачи на боці, зігнути праву ногу в колінному і тазостегновому суглобах; спираючись кистю лівої руки (попереду грудям) і ліктем правої, підняти тулуб і одночасно опустити ноги з ліжка; сісти, спираючись руками на її край (повторити 3 – 4 рази); сидючи в такому положенні, імітувати ходьбу (8 – 10 разів).

Важливо підкреслити, що одночасні рухи ногами викликають значне напруження черевного пресу, тому їх слід уникати. На 3 – 4-й день післяопераційного періоду вправи виконують у цих же початкових положеннях із поступовим підвищенням навантаження за рахунок повторень і збільшення амплітуди рухів. Вправи для черевного пресу і тазового дна чергують із дихальними вправами і розслабленням м'язів. З 5-го дня після операції динамічні дихальні вправи, повороти корпусу, почергові рухи ногами виконують сидючи, з 6-го дня – стоячи; надалі використовують усі початкові положення. У пологовому будинку жінку доцільно навчити тому комплексу вправ, який показаний усім породіллям у домашніх умовах впродовж 6 – 8 тижнів.

Фізичні вправи, спеціально підібрані для жінок, які перенесли операцію кесарева перерізу, дуже важливі і значною мірою усувають ці явища, покращують кровообіг в органах малого тазу і тим самим покращують відновні процеси в зоні рубця на матці. Заняття можна починати після виписки з пологового будинку практично відразу (після періоду адаптації через 1 – 2 тижні), проте слід враховувати індивідуальні особливості організму, самопочуття і виконувати вправи тільки ті, які не провокують біль і дискомфорт жінці.

У завдання відновлювальної лікувальної гімнастики входять: відновлення колишньої осанки і ходи; забезпечення нормального стану і тонузу стопи у випадках, якщо наприкінці вагітності розвинулася плоскостопість; відпочинок м'язів спини, що тривало стомлювалися під час вагітності; сприяння швидшому скороченню матки та її зв'язкового апарату, а також швидше загоєння післяопераційного рубця на матці і передній черевній стінці; попередження можливості виникнення в післяпологовому періоді загинів матки і зменшення утворення спайкового процесу в малому тазу. Перші заняття жінка проводить тільки лежачи, з найменшим навантаженням на черевний прес і розпочинає з дихальної гімнастики. Надалі кількість вправ поступово збільшується, причому вводяться вправи для зміцнення черевної стінки і м'язів тазового дна, які не стомлюють породіллю, а навпаки, зміцнюють м'язові групи [3].

Коли м'язи живота трохи зміцніють, відзначиться загоєння післяопераційного рубця і практично зникнуть виділення з матки, у

комплекс додаються вправи з початкового положення стоячи і сидячи – присідання, нахили і повороти корпусу на всі боки, рухи рук з великою амплітудою підйому. Вправи для м'язів живота надалі слід ускладнювати різними початковими положеннями і повторювати їх по 25 – 30 разів кожен. Додавати кількість повторень необхідно поступово, щодня, збільшуючи на одне, а якщо це важко, то, додаючи через день по одному повторенню. Проводити вправи слід уранці, до сніданку. Після 4-х тижнів комплекс вправ наближається до звичайної зарядки. Під час фізкультури необхідно стежити за самопочуттям, пульсом, дозуванням і поєднуванням вправ, не слід старатися, застосовуючи на вправах для однієї і тієї ж груп м'язів довгий час. При погіршенні самопочуття потрібна консультація гінеколога. Краще, звичайно, якщо перед переходом на більш ускладнені фізичні вправи жінка після перенесеної операції кесарева розтину звернеться до лікаря для уточнення характеру комплексу вправ відповідних саме їй.

Якщо жінка до вагітності займалася спортом, то з 4 місяця після пологів поступово можна відновити звичайне тренування. Слід відзначити, що посилене тренування (входження у спортивну форму) завжди негативно впливає на якість грудного молока, до того ж жінкам після операції кесарева розтину треба пам'ятати, що остаточне формування повноцінного рубця на матці закінчується через 1 – 1,5 року за умови протікання післяопераційного й післяпологового періодів без ускладнень. Тому надмірна фізична активність може призвести до плачевних наслідків. У зв'язку з тим, що вигодовування грудьми дуже важливе для здоров'я дитини, впродовж 6 – 7 місяців після нормальних пологів, а після кесарева розтину від 1-го до 1,5 років необхідно утриматися від інтенсивних тренувань. З цих міркувань не слід також у період годування грудьми брати участь у спортивних змаганнях, які, окрім фізичної втоми, викликають велике напруження нервової системи. Треба також відзначити, що для повноцінного відновлення після пологів, окрім помірної фізичної активності, потрібне повноцінне харчування жінки, з достатньою кількістю білків, мікроелементів і вітамінів.

Висновки. Велике значення в післяпологовий період має лікувальна фізична культура. Дотримання правильного рухового й гігієнічного режиму допомагає зміцнити організм породіллі, посилює його опірність до багатьох захворювань. Кількість ускладнень у післяпологовому періоді значно менше в жінок, які займаються лікувальною фізичною культурою. Перспективи подальших досліджень ми пов'язуємо з розробкою програми фізичної реабілітації для жінок після кесаревого розтину на післяопераційному етапі лікування.

Список використаних джерел:

1. Савельєва Г. М. Кесарево сечение и его роль в современном акушерстве / Г. М.Савельєва // Акушерство и гинекология. – 2008. – №3. – С. 10–14.
2. Фізична і психопрофілактична підготовка вагітних до пологів та фізична реабілітація жінок після пологів : навч. посіб. / [В. І. Грищенко, Ю. С. Парашук, Т. С. Ейям-Бердієва та ін.]. – Х. : Ексклюзив, 2003. – 110 с.

Кравченко Дар'я Романівна,
студентка 5 курсу спеціальності «Спеціальна освіта»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Бойко Галина Миколаївна,
д.пед.н., професор, завідувач кафедри
фізичної реабілітації і фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОСОБЛИВОСТІ АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ РОЗУМОВО ВІДСТАЛИХ ПІДЛІТКІВ

Вступ. Комплексне вирішення проблем дитячої інвалідності через створення системи медико-соціальної реабілітації дітей із вродженими та набутими вадами здоров'я та розвитку стало пріоритетним напрямком соціальної політики. Важливою та актуальною є проблема вдосконалення навчально-виховного процесу розумово відсталих дітей, одне з провідних місць у якому посідає адаптивне фізичне виховання зі своєрідною специфікою, яка зумовлена затримкою фізичного розвитку учнів у зв'язку з органічним ураженням центральної нервової системи [1].

Результати дослідження. У допоміжних школах фізичне виховання спрямоване на всебічний, гармонійний розвиток учнів, зміцнення їх здоров'я, загартування, виправлення недоліків фізичного розвитку та моторики. Метою адаптивного фізичного виховання в допоміжних школах є корекція індивідуальних недоліків, стимуляція і сприяння психічному та фізичному розвитку учнів. Спираючись на дані фізіологічних обстежень особливостей функціонального стану при основних варіантах розумової відсталості, група авторів [2] доводить, що фізичне виховання в допоміжній школі повинно бути диференційованим.

Розвиток моторики дітей із розумовими вадами у процесі адаптивного фізичного виховання має здійснюватися відповідними методами, які забезпечували б не лише «тренувальний ефект», а й

активізували психічну діяльність учнів. Фізичне виховання в допоміжних школах має власну специфіку роботи, у якій навчання, виховання та корекція – єдиний педагогічний процес. Усі аспекти навчання (організація, зміст, методика) допомагають виправляти вади і впливати на розвиток психомоторики. У процесі фізичного виховання може відбуватися корекція з метою покращення загального стану здоров'я та підвищення всіх функціональних можливостей організму дитини, а також з метою виправлення та розвитку уражених функцій організму [3].

Розвиток моторики розумово відсталих учнів – актуальна проблема підвищення ефективності підготовки дітей до життя в соціумі та праці. З огляду на те, що специфічні недоліки моторики в цих дітей зумовлені вадами вищих рівнів регуляції рухів, корекційно-розвивальний вплив на них є системоутворюючим фактором. Фізичну культуру дітей з порушеннями розвитку слід розглядати як корекційно-компенсаторну і лікувально-оздоровчу форму впливу на рухову недостатність, як засіб реадаптації рухових порушень.

Науковці [3,4] згрупували корекційно розвиваючі завдання в наступні види: корекція техніки основних рухів – ходьба, біг, плавання, стрибки, лазіння, симетричні та асиметричні рухи тощо; корекція і розвиток координаційних здібностей – узгодженість рухів окремих ланок тіла, при виконанні фізичних вправ, орієнтація у просторі, диференціювання зусиль, часу і простору, розслаблення, швидкість реагування на зміну умов навколишнього середовища, рівноваги тощо; корекція і розвиток фізичної підготовленості – м'язової сили, елементарних форм швидкісних, швидкісно-силових якостей, витривалості, гнучкості тощо; корекція і профілактика соматичних порушень: формування і корекція постави; корекція маси тіла; корекція дихання; зміцнення серцево-судинної і дихальної системи; корекція і розвиток психічних та сенсорно-перцептивних здібностей: розвиток зорово-предметного, зорово-просторового і слухового сприйняття; диференціювання зорових і слухових сигналів за силою, відстанню, напрямком; розвиток зорової та слухової пам'яті; розвиток зорової і слухової уваги; диференціювання зорових, слухових, тактильних відчуттів; розвиток уяви; корекція і розвиток емоційно-вольової сфери; розвиток пізнавальної діяльності: формування уявлення про елементарні рухи, частини тіла, суглоби, про вправи, їх техніку і вплив на організм, вимоги до постави, дихання, харчування, режиму дня, гігієни тіла та одягу, загартування, значення рухів у житті людини і самостійні заняття, розширення і закріплення знань, заснованих на між предметних зв'язках.

До засобів адаптивного фізичного виховання відносяться фізичні вправи, природні та гігієнічні фактори. При роботі з розумово відсталими

дітьми та підлітками повинні широко використовуватися всі засоби адаптивного фізичного виховання. Правильно підібрані і дозовані, вони є потужними аферентаціями, які спрямовані в різноманітні відділи ЦНС, що змінюють відношення збудливих і гальмівних процесів у корі великих півкуль і можуть бути спрямовані на перебудову патологічних умовних рефлексів, які виникають у процесі захворювання.

Характерною особливістю використання фізичних вправ в адаптивному фізичному вихованні осіб з порушеннями інтелекту є те, що тут спеціальними вправами є ті, що традиційно відносяться до загальнорозвивальних. Так, наприклад, дихальні вправи, вправи, спрямовані на розвиток координаційних рухів, вправи, які впливають на вестибулярний апарат, можуть бути віднесені до спеціальних вправ, оскільки сприяють корекції специфічних для даної патології порушень.

Заняття фізкультурою – сприятливий ґрунт для пізнання особливостей психічної та практичної діяльності в розумово відсталих школярів і визначення ефективних засобів та методів впливу на психомоторику. Це положення цілком узгоджується з висновком Л.С. Виготського про те, що розвиток моторних функцій – одна з центральних сфер компенсації розумової недостатності. Найперше це стосується корекційно-розвивального впливу на інтелектуальний компонент рухових дій.

Адаптивне фізичне виховання може виконати поставлені завдання тільки в тому випадку, якщо воно буде ґрунтуватись на вивченні структури дефекту кожної дитини, на знанні всіх її недоліків та можливостей, тобто якщо воно буде патогенетично обґрунтоване.

Засоби і методи, які використовуються в роботі з інтелектуально здоровими дітьми, не завжди доступні розумово відсталим дітям, котрі не можуть тривалий час утримувати статичних положень, самостійно корегувати та компенсувати свої недоліки, не вміють використовувати допомогу, часто не усвідомлюють поставлене перед ними завдання. Тому визначення можливостей розумово відсталих дітей та виправлення недоліків їх розвитку потребують спеціальних методичних прийомів, які мають бути перш за все спрощені в доступну їм конкретну форму.

Численність фізичних вправ, варіація методів, методичних прийомів, умов організації занять спрямовані на максимальний всебічний розвиток дитини, її потенційних можливостей. Доцільний підбір фізичних вправ дозволяє вибірково вирішувати як загальні, так і специфічні завдання. Такі природні види вправ, як ходьба, біг, стрибки, вправи з м'ячем мають великі можливості для корекції і розвитку координаційних здібностей, рівноваги, орієнтації у просторі, фізичної підготовленості, профілактики вторинних порушень, корекції сенсорних і психічних

порушень. До природних факторів відносять використання води, повітряних і сонячних ванн з метою зміцнення здоров'я і загартування організму. Для дітей і підлітків – це купання, ходьба босоніж по траві і піску, рухливі ігри.

На початкових етапах корекційної роботи з даним контингентом найбільш ефективним є індивідуальний метод взаємодії, тому що зниження вербального інтелекту, емоційно-соціальні проблеми зумовлюють безпорадність і залежність від ближнього оточення в період включення в незвичну діяльність.

Тоді як методи навчального процесу диктуються можливостями і проблемами учнів, при виборі засобів адаптивного фізичного виховання провідним фактором є мотивація учнів, їх інтерес до виду фізичної діяльності. Провідною умовою корекції мотивації інтелектуального розвитку розумово відсталих дітей є безперервне нарощення їхнього успіху в навчальному пізнанні. Задоволення від відкриття є внутрішнім заохоченням до діяльності як для здорових, так і для розумово відсталих дітей.

Висновки. Ураховуючи інтелектуальний дефіцит, психологічну дезадаптацію і пов'язані з цим порушення поведінки у спортивно-оздоровчій роботі з розумово відсталими дітьми, потрібно поступово формувати навички спілкування, відповідальність за свою поведінку, підвищувати толерантність до фрустрації й самооцінку. Особливої уваги потребує формування мотиваційно-емоційної та мотиваційно-вольової сфери, наслідком чого є підвищення рівня ініціативності. Методи і види спортивно-оздоровчої роботи повинні чітко корелювати з клінічно-функціональними характеристиками й апелювати до адаптивно-компенсаторних можливостей дітей з інвалідністю.

Список використаних джерел:

1. Дмитриев А. А. Физическая культура в специальном образовании: учеб.пособие [для студ. высш. пед. учеб. заведений] / А. А. Дмитриев. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 176 с.
2. Дубровский В. И. Лечебная физкультура и врачебный контроль: учебник [для студ. мед.вузов] / В. И. Дубровский. – М.: ООО «Медицинское информационное агентство», 2006. – 598 с.
3. Крет Я. В. Рання діагностика і корекція психомоторики в дітей з порушенням інтелекту / Я. В. Крет // Слобожанський науково-спортивний вісник: збірник наукових статей. – Харків, СІПБ, 2007. – Вип. 12. – С. 336–340.

4. Литош Н. Л. Адаптивная физическая физкультура. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии: учебное пособие / Н. Л. Литош. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 140 с.

Кравченко Неля Анатоліївна,
студентка 5 курсу спеціальності «Спеціальна освіта»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Бойко Галина Миколаївна,
д.пед.н., професор, завідувач кафедри
фізичної реабілітації і фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ТА ФІЗИЧНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ДІТЕЙ ІЗ ПОРУШЕННЯМ СЛУХУ

Вступ. На процес становлення основних систем організму школярів з порушенням слуху та подальше збереження їх здоров'я впливають різноманітні фактори. Провідними з них є спадковість, стан соматичного здоров'я та рівень рухової активності. У суспільстві підрастаюче покоління отримує знання, проходить період його виховання і формування самодостатніх морально-вольових якостей, які необхідні для повноцінної реалізації своїх потенційних життєвих функцій у подальшому житті. Важливо основи фізичного та психосоматичного здоров'я формувати до підліткового віку.

Результати дослідження. Численними клініко-фізіологічними та педагогічними дослідженнями показана особлива роль рухової активності в забезпеченні гармонійного розвитку дітей різного віку.

Відомо, що рухова активність впливає на показники фізичного розвитку, сприяє підвищенню резервних властивостей кардіо-респіраторної системи, визначає нормальний ріст і розвиток організму, забезпечує найбільш повну реалізацію генетичного потенціалу, підвищує опірність та імунологічний статус організму, підтримує працездатність і функціональні резерви інших фізіологічних систем організму. Рухова активність є необхідною умовою нормального функціонування життєво важливих систем організму, забезпечує удосконалення моторики [1].

У зв'язку з необхідністю засвоєння понятійного апарату, вивчення мови, отримання інформації з оточуючого середовища через зоровий аналізатор діти з порушенням слуху вимушені довго перебувати у статичному положенні, що негативно впливає на морфо-функціональний стан організму школярів.

Ряд авторів [3], вказують на ретардацію росту дітей з порушенням слуху різного віку. При цьому піки приросту основних показників фізичного розвитку не співпадають зі здоровими однолітками і мають стрибкоподібний характер, що обумовлює дисгармонійність фізичного розвитку. Остання супроводжується дефіцитом маси тіла, зниженням росту на 2 – 3 см, змінами показників ЖСЛ, які можуть бути знижені. Такі розбіжності в показниках ЖСЛ пояснюються зниженням мовного дихання, ступенем втрати слуху. Ці дані добре узгоджуються з даними І.Б. Грибовської [1], яка вказує на обмеження показників екскурсії грудної клітки, що обумовлене слабким розвитком дихальних м'язів внаслідок фізичної детренованості. При цьому спостерігається неправильний ритм дихання, а частота дихання, порівняно зі здоровими дітьми, збільшена в 5 – 7 разів; показники частоти серцевих скорочень вищі на 4 – 9 уд/хв., систолічний артеріальний тиск знижений на 5 – 8 мм.рт.ст.

Дані про стан серцево-судинної системи у дітей з порушенням слуху досить суперечливі. Одні автори вказують на значні зміни цих показників, інші не знайшли будь-яких суттєвих відхилень у функціональному стані. При цьому 25% дітей з порушенням слуху мають гіпер- та гіпотонічний тип реакції і подовжений період відновлення. Ці явища супроводжуються зниженням скоротливої здатності міокарду, зменшенням часових показників 1 і 2 сейсмокардіографічних комплексів, що відноситься до III гіподинамічного типу.

У стані спокою школярі з вадами слуху у віці 7 – 15 років мають дещо більшу частоту серцевих скорочень і систолічний артеріальний тиск, що пояснюють переважанням симпатикотонічного впливу на серце. Дисгармонійність фізичного розвитку обумовлює специфічний феномен диспропорційного розвитку кардіоміоцитів на фоні вже сформованої провідникової системи, що викликає неповну блокаду правої ніжки пучка Гіса, яка спостерігається в дітей з вадами слуху до 15 років.

Отже, зниження рівня рухової активності в режимі дня дітей з порушенням слуху викликає нерівномірне становлення параметрів фізичного розвитку, що є причиною дискоординації у функціонуванні цілого ряду життєво важливих систем дитячого організму, що закономірно проявляється змінами рівня фізичної працездатності.

Комплексна оцінка стану здоров'я дітей з вадами слуху поряд з визначенням відповідності між процесами росту, біологічними та психологічними особливостями передбачає також дослідження фізичної працездатності. Відомо, що на рівень фізичної працездатності впливає цілий ряд факторів, серед яких найбільш впливовими вважають

антропометричні показники, функціональні резерви кардіореспіраторної системи, рівень фізичної підготовленості, стан соматичного здоров'я.

Поняття “фізична працездатність” передбачає готовність організму здійснювати м'язову діяльність із максимальною потужністю і свідчить про належний адаптаційний енергетичний потенціал механізмів. Вона відноситься до інтегральних показників функціональних можливостей організму людини і лімітується транспортними можливостями крові, станом кардіореспіраторної системи, ефективністю анаеробного та аеробного шляхів енергопродукції, рівнем фізичного розвитку, станом опорно-рухового апарату, аеробними можливостями скелетних м'язів. Крім того, фізична працездатність є важливою медико-соціальною характеристикою і своєрідним кількісним показником соматичного здоров'я. При цьому слід виходити з того, що гемодинамічні показники можуть змінюватися навіть при незначних відхиленнях рівноваги організму із зовнішнім середовищем і відображають адаптаційно-приспосувальні реакції цілісного організму.

Вивчення фізичної працездатності і розробка її нормативів набуває соціального і гігієнічного значення в умовах масового обстеження дітей з вадами слуху та виявлення факторів ризику, які можуть призвести до підвищення рівня захворюваності цього контингенту населення. Оцінку рівня фізичної працездатності здійснюють за тестом PWC₁₅₀ – PWC₁₇₀, який дозволяє оцінити відновні процеси в організмі, їх характер після дозованої м'язової діяльності. Оскільки довготривала робота м'язів лімітується величиною максимального споживання кисню, то загальна фізична працездатність значною мірою залежить від функціональних можливостей кардіореспіраторної системи. Якісну характеристику фізичної працездатності, як правило, дають за параметрами аеробної потужності. Для оцінки кількості роботи при виконанні стандартного навантаження пропонують різноманітні розрахункові коефіцієнти аеробної потужності (МСК). При цьому встановлено, що при розрахунку максимального споживання кисню на одиницю маси тіла або площі поверхні тіла його величина має виражену тенденцію до зниження зі збільшенням віку дітей.

Механізм впливу фізичного навантаження на організм досить широко описаний у вітчизняній літературі [3]. При цьому треба відзначити, що дитячий організм має ряд специфічних характеристик, які визначають специфіку впливу фізичного навантаження на нього. Основними особливостями функціонального забезпечення м'язової роботи в дітей з вадами слуху є відносно невисокий діапазон резервних можливостей як соматичних, так і метаболічних систем організму, низька ефективність вегетативного забезпечення, досить низький рівень

анаеробного компоненту фізичної працездатності, тобто працездатності у вправах тривалістю понад 3 хвилини.

Поряд з активним впливом на опорно-руховий апарат фізичне навантаження є потужним стимулятором роботи внутрішніх органів, у першу чергу для кардіореспіраторної системи. У людей, які займаються спортом, існує 6-кратний запас серцевої діяльності, тобто вони можуть виконувати фізичне або трудове навантаження більш високого рівня потужності та довше, на відміну від людей, які не займаються спортом і які здатні виконувати фізичне навантаження тільки середньої потужності. При цьому треба враховувати, що при визначенні рівня рухового навантаження на організм дитини з вадами слуху орієнтація лише на паспортний вік без врахування відмінностей у темпах біологічного дозрівання вважається неприпустимою.

Успішність розвитку реакцій адаптації значною мірою залежить від рівня функціонування серцево-судинної системи, комплексна оцінка якої передбачає реєстрацію значної кількості гемодинамічних показників і характеру їх змін під впливом різних за своєю потужністю фізичних навантажень. У зв'язку з цим доцільним є визначення індивідуальних адаптаційно-приспосувальних можливостей дітей з порушенням слуху у взаємозв'язку з дихальною та іншими енергозабезпечуючими системами.

Висновки. Таким чином, визначення рівня фізичного розвитку, фізичної працездатності та типу реакцій серцево-судинної системи на фізичне навантаження дає можливість спрогнозувати відхилення у стані здоров'я дітей із вадами слуху, що може бути використано для розробки програми оздоровлення та підвищення опірності організму дітей із порушенням слуху з метою їхньої соціальної інтеграції.

Список використаних джерел:

1. Грибовська І. Оцінка функціонального стану вестибулярної сенсорної системи у глухих дітей 6-10 років / І.Б.Грибовська // Молода спортивна наука України: зб. наук. ст. з галузі фіз. культури і спорту. – Л., 2007. – Вип. 1. – С. 170–172.
2. Гурінович Х.Є. Оцінка фізичної працездатності глухих дітей 9-10 років / Х.Є. Гурінович, І. Б. Грибовська, В. М. Трач // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні: матеріали III Міжнар. наук.-практ. конф. – Рівне, 2003. – 114 с.
3. Чудная Р. Адаптивное физическое воспитание: монография / Р.Чудная. – К.: Наукова думка, 2000. – 358 с.

Крагель Людмила Володимирівна,
студентка 5 курсу спеціальності «Спеціальна освіта»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,
к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ ДЦП

Вступ. Захворювання на дитячий церебральний параліч посідає третє місце після вроджених деформацій і поліомієліту та коливається від 1,6 до 4,2 випадку на 1 тисячу осіб. Ці показники визначають медико-соціальну значущість реабілітації таких дітей, а також ставлять завдання розробки нових і удосконалення існуючих методів відновлювального лікування (В.Ю. Мартинюк, 2005; К.О. Семенова, 2007; С.М. Афанасьєв, 2008; М.Т. Васіна, 2009; Г.А. Єдинак, 2012; Н.В. Богдановська, 2014).

Узагальненням сучасних літературних джерел констатовано, що дітям що страждають від церебрального паралічу, необхідна своєчасна і тривала соціальна та фізична реабілітація [2, 4]. Розробкою основних аспектів фізичної реабілітації дітей із церебральною патологією займалися спеціалісти різного профілю. Індивідуально підібрані комплекси лікувальної фізичної культури разом з іншими реабілітаційними методами справляють корекційний вплив, дають змогу запобігти або мінімізувати прояви рухових дисфункцій, сприяють розвитку моторики і нервово-психічної сфери, посилюють адаптаційні можливості, призупиняють прогресування захворювання та покращують показники загального здоров'я дітей, хворих на церебральний параліч [1, 2, 4].

Результати дослідження. Аналізом та систематизацією літературних джерел [1, 2] встановлено, що над проблемою органічних уражень нервової системи, зокрема дитячого церебрального паралічу, що супроводжується багатогранністю клінічних проявів, патофізіологічних механізмів їх розвитку, важкістю в лікуванні та реабілітації, працювало багато науковців. На сьогодні розглянуто питання використання і впливу ігрової форми занять на фізичний та психічний стан дітей (Вісковатова Т. П., 1997; Куц О., 2003; Тітова О. В., 2005); розроблено й апробовано методику оздоровлення дітей, хворих на ДЦП (Лі Ен Сан, 1998); доведено позитивний вплив фізичних вправ у корекційно-оздоровчих заходах при різних формах ДЦП (Мерзлікіна О., 2005; Демчук С., 2008); встановлено доцільність застосування методики

плавання для дітей з ДЦП (Бойко Г. М., Калайда С. О.); науково обґрунтовано використання методів спрямованої стимуляції рухових, мовленнєвих і психічних функцій, виховання (Янушанец Н. Ю., 2004; Марченко О. К., 2006).

Попри значну опрацьованість цієї проблеми на сьогодні недостатньо розроблено добір диференційованих засобів фізичної реабілітації для дітей з ДЦП з урахуванням порушень динамічного стереотипу. Це пояснює необхідність подальших науково обґрунтованих нових підходів у фізичній реабілітації, систематичного та диференційованого використання провідних засобів і методів, підібраних індивідуально для кожної дитини [1, 2, 4].

Фізична реабілітація ґрунтується на індивідуальному підході, має соціальний напрям, психологічне та педагогічне спрямування, складається із лікувального масажу, лікувальної фізичної культури (загальноорозвиваючих, спеціальних, рефлекторних, корекційних вправ), методик гідрокінезотерапії, фізіотерапевтичних процедур. у в світі є методики Бобата, Войта, Петью, метод СІНР В. І. Козьявкіна. До нетрадиційних методів лікування дитячих церебральних паралічів слід віднести дельфінотерапію, іпотерапію, ігротерапію, Монтессорі-терапію, арттерапію. Дані методи формуються з урахуванням індивідуальних особливостей дітей за безпосередньої партнерської участі батьків, передбачають контроль якості та ефективності корекції [1, 3, 4].

Опрацювання літературних джерел дало змогу стверджувати про велику ефективність використання в реабілітаційно-корекційній роботі засобів і методів лікувальної фізичної культури для дітей з ДЦП. Спеціально підібрані комплекси лікувальної гімнастики забезпечують регулюючий вплив центральних структур на загальну та дрібну моторику, вищі коркові функції, сприяють зниженню тонічної імпульсації інтерорецепторів м'язів, покращують вегетативне забезпечення діяльності, стан периферичного кровообігу хворих дітей. Перші заняття проводяться протягом 10 – 15 хвилин з чергуванням, збільшення та зменшення навантажень, повтором кожної вправи до шести разів. Виконання малоамплітудних вправ низької інтенсивності тривалий час у повільному темпі з використанням постуральних вимог ведуть до відновлення та зміцнення глибоких м'язів спини, які беруть участь у формуванні м'язового корсета [2, 4].

Одним з провідних засобів відновного лікування дітей з ДЦП є масаж (лікувальний, сегментарно-рефлекторний, паравертебральний). Основні завдання масажу – нормалізація динаміки рухів, м'язового тону, набуття нових рухових якостей, покращення крово- та лімфоток, попередження виникнення контрактур, стимуляція ослабленої функції

м'язів. Неабиякий вплив на стан м'язового апарату має виконання лікувального масажу з елементами вертебротерапії. Цінністю даної методики є те, що під впливом масажу контролюється стан м'язового тонусу. Вертебротерапія включає в себе зняття спастичної блокади окремих груп м'язів та покращення провідності нервових стовпів, підвищення іннерваційної функції нервової системи [3, 4].

У спеціальній науковій літературі з питань фізичної реабілітації означених хворих одним із ключових сегментів виділяють фізіотерапевтичні процедури [1, 3, 4]. Фізіотерапія займає провідне місце в загальному комплексі відновного лікування та проводиться в початковій і кінцевій резидуальній стадіях. Для поліпшення крово- і лімфообігу в головному мозку, для розсмоктування продуктів розпаду і запалення, попередження розвитку рубцювато-атрофічного процесу в нервовій тканині, а також для регуляції тонусу м'язів рекомендується застосовувати гальванізацію-гальванічний комір за Щербаковим, новокаїн, магній, кальцій, електрофорез коірної зони ендоназально та за шийно-лицьовою методикою, аплікації, грязі, електросон, парафінові аплікації [3]. Фізіотерапія використовується в наступних формах: парафінолікування, озокеритолікування, Шубоші-терапія, цільова електроміостимуляції в поєднанні з виконанням активних рухів.

Висновки. Таким чином, реабілітація дітей з ДЦП – це складний і достатньо тривалий процес. Сучасний спектр наукових досліджень підтверджує результативність використання в корекційній роботі засобів і методів фізичної реабілітації, які сприяють корекції рухових порушень, впливають на розвиток мови, психіки, інтелекту, аналізаторної системи, а також повертають дітям, що хворіють на церебральний параліч, відчуття соціальної адаптації та повноцінності.

Список використаних джерел:

1. Адаптивная физическая культура в работе с детьми, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата (при заболевании детским церебральным параличом) : методическое пособие / под ред. А. А. Потапчук; СПбГАФК имени П. Ф. Лесгафта. – СПб. , 2003. – 226 с.
2. Гришуніна Н. Ю. Фізична реабілітація при дитячому церебральному паралічі з врахуванням порушень динамічного стереотипу: автореф. дис... на здоб. наук. ступ. канд. мед. наук: 14.01.24 / Н. Ю. Гришуніна ; Дніпропетровська держ. медична академія. – Д., 2008. – 20 с.
3. Козьякин В. И. Основы реабилитации двигательных нарушений / В.И. Козьякин, М.А. Бабадаглы. – Львів : НВФ «Українські технології», 2007. – 192 с.

4. Холодов С. А. Формування навичок ходьби у дітей дошкільного віку із спастичними формами дитячого церебрального паралічу: автореф. дис... на здоб. наук. ступ. канд. пед. наук: 13.00.03 / С. А. Холодов ; Південноукраїнський держ. педагогічний ун-т імені К.Д.Ушинського. – О., 2006. – 21с.

Купріян Тетяна Андріївна,
студентка 4 курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,
к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

СУЧАСНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ХВОРИХ ІЗ ПАТОЛОГІЄЮ ЖОВЧОВИВІДНОЇ СИСТЕМИ

Вступ. Хронічні холециститу нерідко протікають із частими рецидивами, втратою працездатності та інколи призводять до інвалідизації хворих. Питання реабілітаційного лікування хворих на хронічний холецистит у санаторно-курортних умовах вивчені ще недостатньо, що визначає актуальність теми.

Результати дослідження. У фізичні реабілітації осіб із хронічними холецистами використовують фізіотерапію. Для нормалізації функцій жовчовивідної системи максимальний ефект будуть забезпечувати наступні фізіотерапевтичні методи: протизапальні методи; репаративно-регенеративні методи; холекінетичні методи; спазмолітичні методи; седативні методи [2].

Група протизапальних методів включає низько інтенсивну УВЧ-терапію та низькочастотну ДМХ-терапію. Низькоінтенсивна УВЧ-терапія передбачає вплив електромагнітного поля УВЧ. Перехід осциляторного компонента при збільшенні вихідної потужності в теплову енергію викликає стійку, довгу й глибоку гіперемію тканин у зоні дії. Особливо сильно розширюються капіляри, діаметр яких збільшується в 10 разів. Посилюється регіонарний кровоток і відтік лімфи з пошкоджених тканин, збільшується проникність мікроциркуляторного русла, плазмолемі клітин, тканин інтерполярної зони, що призводить до процесу дегідратації та розсмоктування вогнища запалення, а також до зменшення перенервального набряку, що, у свою чергу, покращує провідність і знижує больову чутливість [3].

Низькочастотна ДМХ-терапія – це вплив енергії дециметрових радіохвиль, що вибірково поглинається дипольними молекулами зв'язаної води, це викликає дегідратацію клітин жовчовивідних шляхів, зменшує їхнє запалення в підгострій фазі захворювання.

Репаративно-регенеративні методи включають інфрачервону лазеротерапію, гальванізацію та пелоїдотерапію зони печінки.

Інфрачервона лазеротерапія використовується в підгострій хронічній фазі захворювання. Інфрачервоне опромінення вибірково поглинається молекулами нуклеїнових кислот і кисню, індукує репаративну регенерацію тканин, посилює їх метаболізм.

Гальванізація зони печінки активує мікроциркуляцію в результаті підвищення вмісту біологічно активних речовин (брадикініну, каллікреїну, простагландину) і вазоактивних медіаторів (ацетилхоліну, гістаміну). Гальванічний струм посилює синтез макроергів у клітинах, стимулює обмінно-трофічні та репаративні процеси.

Пелоїдотерапія печінки підвищує в'язкість плазмолемі клітин, зменшує її проникливість, посилює розсмоктування продуктів аутолізу і відтік інтерстиціальної рідини. Збільшуючи активність антиоксидантної системи, пелоїди гальмують перекисне окиснення ліпідів, відновлюють підвищені при запаленні процеси гліколізу та ліполізу. Пелоїди руйнують протеогліканові комплекси склерозованої рубцевої тканини, викликають дезагрегацію глікозоаміногліканів, посилюють диференціювання фіброblastів із наступним пригніченням синтезу сполучної тканини та регресії склеротичних вогнищ.

Дохолекінетичних методів відноситься вживання хлоридно-сульфідних, натрієво-магнієвих питних вод. Йони хлору стимулюють жовчогінну функцію печінки, підвищують інтенсивність гліколізу й ліполізу, знижують проникність плазмолемі еритроцитів. Сульфатні йони стимулюють тонус м'язів жовчного міхура, розслаблюють сфінктери жовчних шляхів (Люткенса і Одді), що прискорює рух жовчі у дванадцятипалу кишку. Йони кальцію і магнію (у поєднанні з сульфідними йонами) активують мікросомальну ензимну систему печінки, ущільнюють судинну стінку, зменшують вміст клітинної води та слизу при супутньому запаленні стінок жовчного міхура, жовчовивідних шляхів і дванадцятипалої кишки. Окрім того, нафтени, гуміни, бітуми і феноли, що містяться в мінеральній воді, стимулюють реакції біотрансформації токсинів у гепаточиті. Нагрівання мінеральної води посилює фізіологічну дію йонів і надає спазмолітичної дії, підвищує холерез і холекінез.

До спазмолітичних методів відноситься високочастотна магнітотерапія. Високочастотні магнітні поля знижують провідність соматичних і вісцеральних аферентних шляхів із поступовим зменшенням

збудливості центральних і периферичних відділів нервової системи, знижують тонус гладких м'язових волокон та їх рухову активність [1].

Седативні методи включають електросонтерапію. Імпульсні струми пригнічують імпульсну активність амінергічних нейронів блакитної плями й ретикулярної формації, активують серотонінергічні нейрони дорсального ядра рубця. Накопичення серотоніну в підкіркових структурах головного мозку призводить до зниження умовно-рефлекторної діяльності та емоційної активності, зменшення висхідних активуючих впливів, посилення гальмування в корі головного мозку. Цьому також сприяє синхронізація частоти перебігу імпульсів струму (із помірними ритмами біоелектричної активності головного мозку).

Протипоказанням до застосування фізіотерапевтичного лікування є: загальні протипоказання, гіпертрофічні зміни внутрішніх органів, наявність тяжких хронічних захворювань, супутніх захворювань у стадії загострення, декомпенсації та виражені порушення функціональних властивостей органів і систем.

У системі реабілітаційних заходів при патології печінки та жовчовивідних шляхів застосовують масаж. Лікувальний масаж призначають при стиханні загострення процесу для нормалізації діяльності вегетативної нервової системи, ліквідації застою жовчі й попередження утворення жовчних каменів, стимуляції тонуусу жовчного міхура при гіпотонічній формі дискінезії й усунення спазму при гіперкінетичній; поліпшення крово- та лімфообігу в печінці та інших органах травлення, активізації моторно-евакуаторної функції кишок.

Застосовують сегментарно-рефлекторний і класичний масаж. Масажують паравертебральні зони спинномозкових сегментів С3-С4, D6 – D10, рефлексогенні зони правої половини грудної клітки, ділянку сонячного сплетіння, живота, печінки й жовчного міхура [3]. Масаж печінки роблять кінчиками пальців і долонею, виконуючи ніжні поглажування в ділянці органа знизу, ліворуч і праворуч догори; розтирання пальцями під реберним краєм, ніжну вібрацію, підштовхування, стрясування печінки. Масаж ділянки жовчного міхура при атонії його стінок включає: ніжні циркулярні поглажування, розтирання і безперервну вібрацію пальцями, ритмічні неглибокі натискування.

Протипоказаннями до призначення масажу є: гострі захворювання печінки й жовчного міхура, гнійні запалення жовчного міхура, перихолецистит, перитоніт, панкреатит.

Різноманітний вплив масажу на органи шлунково-кишкового тракту дає широку можливість активно застосовувати цей метод у санаторно-курортній практиці з огляду на можливості установ та категорії хворих, що приїждять у санаторно-курортні заклади на лікування та оздоровлення.

Серед природних чинників, що використовуються у комплексному санаторно-курортному лікуванні захворювань жовчовивідної системи, мінеральні води набули найбільшого поширення та визнання. До переваг застосування природних мінеральних вод відносять: практичну відсутність протипоказань, алергічних реакцій; можливість тривалого застосування, у тому числі в амбулаторних умовах з використанням розливних мінеральних вод; поєднання загальної неспецифічної дії на процеси саногенезу організму людини в цілому та місцеві патогенетичні механізми захворювання.

Згідно із сучасними уявленнями під назвою "мінеральні води" розуміють підземні води, які чинять лікувальну дію на організм людини, що зумовлена або підвищеним вмістом корисних біологічно активних компонентів, їхнім іонним чи газовим складом, або загальним іонно-сольовим складом води. Терапевтична мета застосування мінеральних вод полягає в тому, щоб вплинути на секреторно-моторні порушення і трофіку гастродуоденальної системи, поліпшити функціональний стан печінки і підшлункової залози, нормалізувати холерез і холекінез, функцію кишечника. Мінеральна вода впливає на механізми регуляції трофічних процесів, при цьому змінюється активність окисно-відновних ферментів, що містять РНК, нормалізуються обмінні процеси в організмі. При більшості захворювань органів травлення питне лікування мінеральною водою показано поза загостренням [3].

Висновки. У реабілітації хворих на хронічний безкам'яний холецистит доцільне диференційоване комплексне застосування різних методів фізичної реабілітації. До них віднесено: ЛФК; фізіотерапевтичні методи, що діють протизапально, репаративно-регенеративно, холекінетично, спазмолітично, седативно; масаж та бальнеотерапію.

Список використаних джерел:

1. Вейсс М. Физиотерапия / М. Вейс, А. Зембарото. – М. : Медицина, 2006. – 495 с.
2. Пономаренко Г. Н. Частная физиотерапия : учебное пособие [для слушателей системы последипломого образования] / Г. Н. Пономаренко. – М.: ОАО «Медицина», 2005. – 744 с.
3. Ушмаров А. К. Общая физиотерапия: учебное пособие [для студентов медицинских вузов] / Ушмаров А. К., Ракита Д. Р., Рондалева Н. А. ; под ред. В. Я. Гармаша. – Рязань, 2002. – 120 с.

Курило Єгор Вікторович,
студент 4 курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Бойко Галина Миколаївна,
д.пед.н., професор, завідувач кафедри
фізичної реабілітації і фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ФІТНЕСУ В РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТТЯХ

Вступ. Практичним проявом фізкультурно-оздоровчих технологій у фізичному вихованні вважаються різні фітнес-програми, що є основою діяльності фізкультурно-оздоровчих груп, які створюються на базі фізкультурно-спортивних товариств, а також персональних фітнес-занять. Фітнес-програми, як форми рухової активності, спеціально організованої у рамках групових або індивідуальних занять, відрізняються від спортивних програм тим, що фітнес-програми орієнтовані на оздоровчо-кондиційний результат, а спортивні програми – на досягнення спортивного результату з обов'язковою участю у змаганнях [1]. Проблема наукового обґрунтування організаційно-методичних основ використання ефективних засобів оздоровчого фітнесу в системі рекреаційно-оздоровчих занять із різними верстами населення потребує глибокого теоретичного осмислення й ґрунтовного практичного вивчення, що й обумовлює актуальність теми.

Результати дослідження. Оздоровчий фітнес можна визначити як ступінь збалансованості фізичного, психічного, соціального станів, що мають у своєму розпорядженні необхідні резерви для забезпечення поточної життєдіяльності людини без зайвої фізичної і психічної напруги у стані гармонії з навколишнім середовищем [2].

Ідеологія оздоровчого фітнесу реалізується в оздоровчих програмах, у яких об'єднані методи і засоби, що поєднують фізичні навантаження і ментальні дії, орієнтовані на регуляцію психічного (духовного) стану. Прикладом подібного підходу є програма типу "Mind – Body" (фітнес духу і тіла).

Проведений аналіз науково-методичної літератури дозволив нам виявити соціальні передумови впровадження оздоровчого фітнесу в систему оздоровчих занять серед населення. До них відносяться: перехід суспільства від тоталітарного, консервативного до демократичного, варіативного, інноваційного; соціальний запит на здорову, успішну, гармонійно розвинену людину, суспільна потреба у здоровому способі життя підростаючого покоління, формуванні в молодих людей ціннісного

відношення до свого здоров'я, духовного і фізичного розвитку; модернізація фізичної культури людини і пошук концептуальних ідей з оздоровлення і підвищення рівня фізичного розвитку, фізичної підготовленості; доступність, популярність, різноманітність напрямків фітнесу, його широка страгіфікація, великі можливості задовольнити потреби в руховій активності різного контингенту, що займається в умовах освітньої установи [1].

Оздоровчий фітнес розглядається як соціокультурне явище, що відноситься до предметної сфери фізичної культури, родовим поняттям якої є загальнолюдська культура. Будучи універсальним феноменом соціокультурної діяльності, фітнес здобуває властивий йому ціннісний вимір і реалізує цілий спектр цінностей – вітальних, естетичних, соціальних, політичних, культурних.

Серед факторів, що визначають підхід до розгляду фітнесу як соціокультурного явища, може бути виділений ряд важливих соціокультурних проблем, вирішенню яких він сприяє в сучасному суспільстві, а саме: 1) соціалізація людей, що займаються фітнесом, створення найбільш широких можливостей для самопізнання, самоідентифікації і самоактуалізації особистості та її сприятливих взаємодій із соціумом; 2) сприяння появі нових культурних форм через творчу активність людей у сфері фітнесу; 3) залучення людей до культурних цінностей різних країн і народів у процесі занять фітнесом за рахунок використання фрагментів мистецтва різних національних культур; 4) розвиток галузі фітнес-індустрії та мережі платних фітнес-послуг на базі державних установ різних типів; 5) створення передумов для розвитку фітнесу як сфери наукових досліджень; 6) виявлення основ для розвитку системи підготовки фітнес-спеціалістів, системи підготовки кадрів з фізичної культури, розробку нових професійних освітніх програм [4].

Соціокультурні функції оздоровчого фітнесу реалізуються шляхом перетворення людських ресурсів, елементів культури і суспільства, трансформуючи їх засобами фітнес-технологій у відповідні суспільному запиту психофізичні кондиції молодої людини [3].

Сучасною наукою і практикою розроблено велику різноманітність засобів, форм, методів, фізкультурно-оздоровчої роботи з людьми різного віку. Серед провідних варто назвати такі системи занять, як аеробне тренування з використанням циклічних вправ (ходьба, біг, плавання, вправи на кардіотренажерах), різні напрямки фітнесу (спінбайк-, сайклінг-, фітбол-, данс-аква-, степ-, класичний та інші види аеробіки, атлетична гімнастика, шейпінг, стретчинг, пілатес, слайдинг, калланетика та ін.), оздоровчу і лікувальну гімнастику.

Аналіз оздоровчих видів гімнастики свідчить, що існує безліч

методик, які мають певні переваги й недоліки. Кожна має право на існування, однак жоден вид не є універсальним, придатним для вирішення всього кола різноманітних фізкультурно-оздоровчих завдань.

Комплексна класифікація сучасних оздоровчих фітнес-технологій, які можуть бути використані в системі рекреаційно-оздоровчих занять для жінок і чоловіків, передбачає їхній розподіл відповідно до наступних ознак: цільова спрямованість занять, зони інтенсивності навантаження, енергетичні механізми, віковий і статевий склад груп, технічна оснащеність занять, форми проведення занять, рівні підготовленості груп, місце проведення занять.

На думку Е. Карпей [3], фітнес-програми можуть бути класифіковані на програми, побудовані: а) на одному виді рухової активності (наприклад аеробіки, оздоровчому бігу, плаванні тощо); б) на поєднанні кількох видів рухової активності (наприклад аеробіки та бодібілдингу; на аеробіці і стретчингу; на оздоровчому плаванні та силовій підготовці тощо); в) на поєднанні одного або кількох видів рухової активності і різних чинників здорового способу життя (наприклад, на аеробіці і загартуванні; на бодібілдингу та масажі; на оздоровчому плаванні і SPA).

У свою чергу, фітнес-програми, побудовані на одному виді рухової активності, можуть бути розділені на програми, в основу яких покладені: види рухової активності аеробної спрямованості; оздоровчі види гімнастики; види рухової активності силової спрямованості; види рухової активності уводі; засоби психоемоційної регуляції.

Крім того, можна виділити інтегративні узагальнені фітнес-програми, орієнтовані на спеціальні групи населення. Ці програми включають ті чи інші частини вищезазначених програм – програми для вагітних, програми для осіб з високим ризиком захворювань або тих, хто мають захворювання, програми для корекції маси тіла.

Основним завданням розробки оздоровчих фітнес-технологій є досягнення їх ефективності та комплексності оздоровчої спрямованості, тобто підвищення рівня фізичного, психічного і соціального здоров'я тих, хто ними займається.

На основі вивчення практичного досвіду були виділені вимоги до складання фітнес-технологій та програм, а саме: 1) постановка мети і завдання відповідно до направленості зазначеної фітнес-технології; 2) обґрунтування засобів і методів фітнесу, що мають оздоровчу цінність; 3) підготовка фітнес-програми з урахуванням індивідуальних можливостей контингенту і пріоритетної спрямованості занять (оздоровча, коригувальна, розвиваюча тощо); 4) перевірка ефективності розробленої фітнес-технології; 5) корекція та вдосконалення фітнес-технології.

Висновки. Отже, рекреаційно-оздоровчі заняття з різними верствами населення можуть будуватися на основі занять оздоровчим фітнесом. Оздоровчий фітнес – багатогранне, поліфункціональне соціальне явище, що об'єднує різні форми фізичної культури, які мають кондиційну, оздоровчу і спортивну спрямованість, засновану на використанні широкого комплексу фізичних вправ, що проводяться в залі, басейні чи на відкритих майданчиках, в усіх вікових групах населення. Різноманітність програм та емоційний фон дозволяють фітнесу утримувати тривалий час високий рейтинг серед інших фізкультурно-оздоровчих занять.

Перспективними в цьому напрямку можуть бути дослідження особливостей корекції фізичного стану чоловіків і жінок у процесі занять оздоровчим фітнесом.

Список використаних джерел:

1. Виес Ю. Б. Фитнес для всех / Ю. Б. Виес. – Минск : Книжный дом, 2006. – 512 с.
2. Давыдов В.Ю. Новые фитнес-системы (новые направления, методики, оборудование и инвентарь) / Давыдов В. Ю., Шамардин А. И., Краснова Г.О.– Волгоград: ВРАФК, 2001. – 140с.
3. Карпей Э. Энциклопедия фитнеса / Карпей Э. [пер. с англ.]. – М.: ФАИР – ПРЕСС, 2003. – 368 с.
4. Хадер Самер. До питання тлумачення поняття фітнес-технології / Самер Хадер // Науковий часопис національного педагогічного університету імені Драгоманова. Сер. 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – К., 2015. – Вип. 6 (62) 15. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. – С.68–70.

Любич Ірина Георгіївна,

студентка 4 курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,

Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,

к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання,

Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ВАГІТНИХ З АРТЕРІАЛЬНОЮ ГІПЕРТЕНЗІЄЮ

Вступ. Проблема вагітності при артеріальній гіпертензії є дуже важливою в акушерстві. Її актуальність визначається високою частотою як самої гіпертонії за останні роки, так і кількістю тяжких ускладнень

вагітності, яка знижує адаптаційні можливості організму вагітної. Виношування вагітності та пологи на фоні артеріальної гіпертензії значно погіршують стан здоров'я жінки, призводячи до прогресування захворювання. Попри значні досягнення у вивченні етіології, патогенезу та розробку нових методів профілактики та лікування, частота прееклампсії складає 7 – 16% серед усіх вагітних і не має тенденції до зниження за останнє десятиліття.

Вагітність і пологи погіршують перебіг артеріальної гіпертензії, сприяють виникненню гіпертонічних криз, погіршенню стану вагітних жінок, розвитку таких важких ускладнень, як мозкові крововиливи, наростання серцево-судинної та ниркової недостатності [2]. Значне зростання кількості вагітних з артеріальною гіпертензією обумовлює надзвичайну актуальність цієї проблеми і диктує необхідність подальшого удосконалення лікувально-профілактичних і реабілітаційних заходів.

Результати дослідження. Важливе місце в системі лікувальних, відновлюваних, профілактичних заходів для вагітних посідає кліматотерапія. Із спеціальних методів кліматолікування використовують аеротерапію, геліотерапію, аероіонотерапію, спелеотерапію і таласотерапію (морські та річкові купання).

Під впливом аеротерапії відбувається поліпшення вентиляції альвеол, змінення функції зовнішнього дихання, збільшення утилізації кисню і надходження його до крові, нормалізація й активізація окисно-відновних тканинних процесів, зменшення ступеня гіпоксії вагітної і плода.

Аеротерапія застосовується у вигляді прогулянок, екскурсій, спортивних ігор на повітрі, сну біля природної водойми, повітряних ванн. Холодові навантаження призначаються індивідуально залежно від температури повітря. Тривалість ванни визначається за дозиметричними таблицями, які встановлюють співвідношення між часом процедури у хвиликах і величиною охолодження.

Вагітним жінкам призначають індиферентні (21 – 22° С) та теплі (вище від 23° С) повітряні ванни, які чинять м'яку, щадну дію на організм.

Геліотерапія – застосування сонячних променів із лікувальною та профілактичною метою – є одним з ефективних заходів для підвищення стійкості організму до інфекції, регулювання процесів обміну, стимулювання діяльності нервової системи, профілактики рахіту в новонародженого, стимулювання діяльності ендокринної системи, стимулювання діяльності кровотворної системи. Вагітним жінкам геліотерапію слід рекомендувати за щадним режимом.

Аероіонотерапія – це метод лікування за допомогою іонізованого повітря (аероіонами). Вона сприятливо діє на реактивність організму, підвищуючи його опірність різним впливам несприятливих факторів навколишнього середовища. Для ефективного застосування преформованих фізичних чинників важливими є диференційований підхід до вибору методики лікування (зона дії, адекватні параметри енергії фізичного чинника), загальний стан вагітної, супровідні захворювання, стан утробного плода.

Застосування спелеотерапії для вагітних полягає у поліпшенні функціонального стану миготливого епітелію дихальних шляхів, нормалізації бронхіальної прохідності, поліпшенні дренажної функції бронхів, зменшенні набрякання слизової оболонки бронхів. Крім того, під впливом курсового лікування відзначається виражений десенсибілізуючий ефект та імуномоделююча дія.

Зовнішні водні лікувальні процедури можуть проводитися прісною – гідротерапія чи мінеральною водою – бальнеотерапія. За технікою виконання при артеріальній гіпертензії на початкових стадіях розрізняють наступні види: вологі укутування, теплі душі, ванни (перлинні, хвойні, вуглекислі, азотні, кисневі, йодобромні, натрієві); місцеві водні процедури у вигляді ножних чи ручних ванн, або ванни за Гауффе [3].

Розрізняють процедури за силою впливу – слабі, середньої сили, сильні. Сила впливу може виявитися концентрацією у воді біологічно активних речовин, різницею температури води та тіла, тиском води, тривалістю. За температури води нижче 20° С процедури холодні, від 21 до 32° С – прохолодні, 33 – 35° С – індиферентних температур, 36 – 38° С – теплі, 39° С і вище – гарячі.

Тривалість процедури може бути короткою – до 5 –8 хвилин, середньої тривалості – 10 – 20 хвилин, тривалою – більш ніж 20 хвилин. Тривалість кожної ванни може змінюватись лікарем залежно від стану хворої. Зазвичай перша ванна не перевищує 6 хвилин, а заключні – 15 хвилин. При призначенні загальних процедур хворим у лікувальних закладах повинен бути організований нагляд за їх станом під час процедури і протягом 5 – 10 хвилин після неї.

Загальні сильнодіючі водолікувальні процедури не призначають перевтомленим пацієнтам без попереднього відпочинку. Їх не слід робити одразу ж після одночасних фізичних і психічних навантажень, а краще проводити у дні, вільні від фізичної праці. Загальні процедури проводять через 1,5 – 2 години після прийому їжі. Місцеве водолікування має значно менше обмежень. Водні процедури стимулюючої, тонізуючої дії призначають, як правило, зранку або в середині дня, седативного

впливу – у будь-яку годину дня й увечері [2].

Частота призначення водолікувальних процедур залежить від адаптаційних можливостей організму, його реакції на процедуру та від віку хворих. За відсутності помітної клінічної реакції процедури можна призначати щоденно, за вираженої та особливо затяжної реакції процедури призначають через день або два рази на тиждень. У разі появи слабкої бальнеологічної реакції характер лікування не змінюється, за реакції середньої сили процедури призначають рідше чи тимчасово відмінюють [1].

Водні процедури повинні проводитись у спокійній обстановці. Після процедури жінка повинна добре відпочити. Якщо під час відпочинку вона заснула, краще її не будити, нехай прокинеться сама. Водолікувальні процедури повинні проводитись у добре провітреному приміщенні.

Водолікування не повинно бути надто тривалим. Курс сильнодіючих водолікувальних процедур (води високих температур, з великою концентрацією активних речовин) складається в середньому з 8 – 10 процедур. При застосуванні легких впливів (морські ванни та ін.) призначається 15 – 20 процедур, інколи більше. Однак лікування не повинно втомлювати жінку. При появі негативних емоціональних реакцій його необхідно припинити. Корисні повторні курси з перервою у 2 – 6 місяців. Тривалість інтервалу між курсами лікування залежить від перенесення бальнеологічного фактору, від стану вагітної. У процесі курсу водолікування небажана заміна одного виду водолікування іншим, яке істотно відрізняється своїм характером, за винятком випадків, коли лікування призначене неправильно.

Гідробальнеотерапія має широке застосування в комплексному лікуванні вагітних з артеріальною гіпертензією. Так, вагітним з II-III стадією захворювання показані лише місцеві водні процедури, у вигляді ножних чи ручних ванн, або ванн за Гауффе, які сприяють зниженню тонуусу та артеріального тиску. При I-II стадії артеріальної гіпертензії використовують загальні ванни (перлинні, хвойні, вуглекислі, сульфідні, азотні, кисневі, радонові, йодобромні, хлоридні, натрієві), вологі укутування, теплі душі.

При водолікуванні необхідно враховувати не тільки температуру води, її властивості, але й стан організму вагітної. Кожна водна процедура викликає два типи реакції в організмі – негайну і віддалену. Умовно першу можна назвати фізіологічною, другу – біохімічною. Перша реакція розвивається під час процедури, що виражається зміною дихання, артеріального тиску, шкірної температури, периферичного кровообігу та ін. Триває вона після завершення процедури від декількох хвилин до 1 – 2

годин. Після цього всі перераховані показники в більшості жінок повертаються до вихідних величин. Друга реакція розвивається після процедури та зберігається до 12 – 48 годин. У цей час відбувається зміна активності ферментів, темпу обмінних процесів, перебудова функцій нервової та ендокринної системи, що зумовлюють лікувальний ефект.

Висновки. Вагітні з артеріальною гіпертензією мають підвищений ризик розвитку преєклампсії та відшарування плаценти. У комплексному лікуванні вагітних з артеріальною гіпертензією позитивні наслідки мають кліматотерапія та гідробальнеотерапія.

Список використаних джерел:

1. Артюніна Г. П. Влияние некоторых видов бальнео- и физиотерапевтического лечения на организм беременных / Г. П. Артюніна// Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. –2003. – №1. – С. 36–38.
2. Гусев Т. П. Фізична реабілітація при лікуванні вагітних з артеріальною гіпертензією : автореф. дис. на здоб. наук. ступ. канд. наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02. Фізична реабілітація, фізичне виховання різних груп населення / Т. П. Гусев. – К., 2003. – 19 с.
3. Кнейпп С. Ю. Чудесное водолечение для беременных: холодная или горячая обыкновенная вода: учебное пособие / С. Ю.Кнейпп. – М. : Остожье, 2005. – 175 с.

Палішко Крістіна Анатоліївна,

студентка 5 курсу спеціальності «Спеціальна освіта»,

Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,

к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання,

Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

СУЧАСНІ УЯВЛЕННЯ ПРО ПРОФІЛАКТИКУ ТА КОРЕКЦІЮ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ПОРУШЕНЬ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Вступ. Молодший шкільний вік є важливим етапом становлення особистості дитини, формування рухових навичок, розвитку фізичних якостей, забезпечення умов нормального біологічного розвитку. Даний віковий період відзначається, з одного боку, інтенсивним ростом та

розвитком дитячого організму, а з іншого, – низькою опірністю до несприятливих впливів зовнішнього середовища. Наукові дослідження [1, 2] свідчать про те, що функціональні порушення опорно-рухового апарату (ОРА) серед дітей молодшого шкільного віку залишаються частими і мають тенденцію до збільшення. Гострота проблеми даних порушень підростаючого покоління в Україні зумовлена як соціально-економічними, екологічними чинниками, так і неефективно функціонуючою системою фізичного виховання в умовах шкільної освіти.

Результати дослідження. Дослідження фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку дуже широкі й пов'язані з вивченням різних його ознак. Тісний зв'язок між станом опорно-рухового апарату та здоров'ям людини доведений численними дослідженнями, де відзначено, що відсутність відхилень у стані ОРА є обов'язковою умовою нормального функціонування органів і систем, розвитку організму в цілому, підвищення працездатності дітей і зміцнення їхнього здоров'я. Для збереження нормальної постави дітей у процесі онтогенезу вирішальне значення має правильно організований процес фізичного виховання [2, 3].

Аналіз та систематизація літературних джерел свідчать про те, що понад 70% дітей молодшого шкільного віку мають різні функціональні порушення ОРА. Найпоширенішими в дітей молодшого шкільного віку є: порушення постави у фронтальній площині, які спостерігаються у 47,5% дітей; порушення постави у сагітальній площині зі збільшенням фізіологічних вигинів хребта – у 18,75%, зі зменшенням фізіологічних вигинів хребта – у 7,%; комбіновані порушення постави – у 13,75% [1].

Теорія і методика фізичного виховання останнім часом збагатилася великою кількістю наукових даних, присвячених питанню профілактики й корекції порушень постави в дітей старшого дошкільного віку. Незважаючи на значну кількість науково-методичних розробок, у спеціальній літературі досить вузько зустрічаються дані про особливості організації оздоровчих заходів для дітей молодшого шкільного віку з порушеннями постави з урахуванням показників просторової організації їхнього тіла, які, власне, і є зовнішнім видимим чинником певної постави. Ці положення пояснюють актуальність пошуку нових шляхів і невикористаних резервів в організації та змісті занять з фізичної культури у школах для дітей молодшого шкільного віку, які мають функціональні порушення ОРА.

Даними аналізу спеціальної науково-методичної літератури та провідних фахівців встановлено, що корекція функціональних порушень ОРА в дітей молодшого шкільного віку повинна враховувати тісний

зв'язок освітньо-виховного та фізкультурно-оздоровчого напрямків.

Сучасними науковими дослідженнями [1, 3] встановлено, що при корекції порушень ОРА дітей молодшого шкільного віку необхідно виходити з основних педагогічних принципів та дотримуватися таких умов: систематичності використання фізичних вправ, спрямованих на корекцію функціональних порушень ОРА дітей; організації раціонального статодинамічного режиму школярів; регламентації та суворого дозування навантажень, адекватності їх застосування; інформування дітей та їхніх батьків про хід корекційних заходів.

Аналізом та систематизацією літературних джерел встановлено доцільність використання інтегрованих фізкультурних занять, що передбачають комплексне використання засобів фізичного виховання: гігієнічних чинників (гігієна місця проведення занять, взуття та одягу для занять, доцільне, з огляду на розпорядок дня, місце і час проведення занять у навчально-виховному процесі), природних оздоровчих чинників (повітря лісопаркової зони, метеорологічних чинників, природного рельєфу місцевості), фізичних вправ (рухливих ігор, прикладних, гімнастичних та інших спортивних вправ) [3].

Важливе місце в корекції функціональних порушень ОРА належить роботі з батьками, оскільки формування в дітей навичок здорового способу життя можливе тільки за їхньої активної участі. Необхідно проводити ознайомлення батьків (батьківські збори, консультації, дні відкритих дверей та практичні демонстрації форм роботи) зі змістом фізкультурно-оздоровчої роботи у шкільних закладах, спрямованих на профілактику та корекцію функціональних порушень ОРА.

Висновки. Погіршення екологічних умов, зниження соціально-економічного рівня життя, що відзначаються останнім часом, не дають підстав очікувати позитивних змін у формуванні здоров'я дітей. Аналіз сучасної науково-методичної літератури, а також результати власних педагогічних спостережень свідчать про те, що необхідність пошуку шляхів підвищення ефективності фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку зумовлена наступним. З одного боку, у загальній системі шкільної освіти фізичне виховання посідає особливе місце і є важливим чинником зміцнення здоров'я та всебічного розвитку особистості дитини; з іншого, – система фізичного виховання, що нині склалася в умовах школи, оцінюється багатьма фахівцями як недостатньо ефективна. Нині спостерігається тенденція збільшення кількості корекційних груп для дітей із різними функціональними порушеннями ОРА.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці методики проведення занять оздоровчої спрямованості у процесі фізичного виховання з урахуванням ступеня порушень ОРА в дітей

молодшого шкільного віку, що дасть змогу прискорити вирішення означеної проблеми.

Список використаних джерел:

1. Бондарь Е. М. Технология биомеханической коррекции пространственной организации тела детей 5 – 6 лет / Е. М. Бондарь // Спортивная наука. – 2006. – №1. – С. 19–31.
2. Кашуба В. А. Особенности пространственной организации тела детей дошкольного возраста / В. А. Кашуба, Е. М. Бондарь // Современный олимпийский спорт и спорт для всех : IX междунар. науч. конгресс. – К., 2005. – С. 220–226.
3. Москаленко Н. В. Інноваційні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в загальноосвітніх школах / Н. В. Москаленко, Н. Гонтаровська // Наукові записки. Серія: педагогіка : зб. наук, праць. – Тернопіль, 2004. – № 4. – С. 46–49.

Пашенко Ольга Іванівна,

студентка 5 курсу спеціальності «Спеціальна освіта»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

Науковий керівник: Бойко Галина Миколаївна,

д.пед.н., професор, завідувач кафедри
фізичної реабілітації і фізичного виховання,

Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДЛЯ СТУДЕНТІВ З АРТЕРІАЛЬНОЮ ГІПЕРТЕНЗІЄЮ

Вступ. Артеріальна гіпертензія – синдром підвищення артеріального тиску. 90 –95% випадків артеріальної гіпертензії складають есенціальна артеріальна гіпертензія, у решті випадків діагностують вторинні, симптоматичні артеріальні гіпертензії – ниркові, ендокринні, гемодинамічні, неврологічні, стресові, обумовлені прийомом деяких речовин.

Статистичні показники свідчать про те, що одне з перших місць у структурі захворюваності в юнацькому віці належить хворобам серцево-судинної системи, серед яких особливе місце займають різні порушення судинного тонуусу, хвороби і стани, що проявляються змінами показників артеріального тиску. Численні дослідження, проведені у різних країнах, свідчать про те, що підвищений артеріальний тиск зустрічається достатньо часто як серед здорових осіб, так і серед хворих.

Науковці наголошують на доцільності використання у профілактиці та лікуванні гіпертонічних станів фізичних методів, лікувальної фізичної

культури, тренувальних і загартовуючих факторів (Р.О.Антошук, О. Д.Дубогай, В. А. Епіфановт. ін.). Поряд із цим у науковій літературі ми спостерігаємо розбіжність поглядів учених щодо питань дозування засобів фізичного виховання на уроках фізичної культури у спеціальних медичних групах, тому обрана тема є актуальною.

Результати дослідження. Ми розробили експериментальну методику проведення занять з фізичного виховання для студентів з артеріальною гіпертензією, що вирішує освітні, оздоровчі та виховні завдання. Освітні завдання спрямовані на здобуття спеціальних знань, формування індивідуального фонду рухових вмінь і навичок, необхідних у повсякденному житті. Спрямованість оздоровчих завдань полягала в наступному: нормалізації процесів збудження і гальмування в нервовій системі; нормалізації судинного тону та інших показників серцево-судинної системи, що призводить до нормалізації артеріального тиску; нормалізації порушених нейроендокринних зсувів, активізації обміну речовин; поліпшенні адаптаційних можливостей організму до дії несприятливих чинників навколишнього середовища; відновленні властивих даному віку рухових навичок до рівня фізіологічної норми; підвищенні розумової та фізичної працездатності. Виховні завдання передбачали підвищення інтелектуального розвитку, морально-вольове виховання.

Розроблена методика акцентує на принципі поетапного підвищення рівня фізичних навантажень студентів на основі врахування рівня їхнього фізичного та функціонального стану кожного з них [4]. Дана методика передбачає запровадження системи контролю за показниками фізичного стану та параметрами функціонального стану серцево-судинної системи, побудову фізіологічної кривої на кожному занятті, моделювання рівнів фізичних навантажень та режимів їх поетапної регламентації. Це вирішувало проблему дозування рівнів фізичних навантажень і тривалості етапів фізичного виховання відповідно до рівня фізичного стану та функціонального стану студентів спеціальних медичних груп з артеріальною гіпертензією.

Педагогічний експеримент включав чотири етапи, які відрізнялися змістом: перший – теоретико-методичні заняття, розучування вправ ЛФК; другий – лікувально-оздоровчі фізичні вправи; третій – фізкультурно-оздоровчі вправи; четвертий – фізичні вправи для розвитку та вдосконалення фізичних якостей.

Заняття з фізичного виховання за авторською методикою для студентів з артеріальною гіпертензією та за базовою навчальною програмою з фізвиховання мали принципові розбіжності: загальноорозвиваючі вправи і вправи для розвитку витривалості та

гнучкості в основній групі складала 90% тривалості заняття, у контрольній групі – 50%. Крім того, в основній групі підготовча частина займала 50% заняття, у контрольній – 30%, основна частина складала відповідно 35% і 55% уроку. Також в авторській методиці було закладено нові вимоги щодо частин самостійного заняття: так, підготовчу частину планували в обсязі 30 – 35 хвилин, основну частину – 20 – 25 хвилин, завершальну – до 5 хвилин.

Основні протипоказання до призначення ЛФК: гострий період захворювання та його прогресуюча течія; наростання серцево-судинної недостатності; синусна тахікардія (понад 100 уд/хв.) і брадикардія (менше 50 уд/хв.); часті напади пароксизмальної або миготливої тахікардії; екстрасистоли з частотою більш ніж 1:10; негативна динаміка електрокардіограми, що свідчить про погіршення коронарного кровообігу; атріовентрикулярна блокада II – III ступеня; гіпертензія (вище 220/120 мм рт.ст.) на тлі задовільного стану хворого; гіпотонічний криз; загроза кровотечі і тромбоемболії; наявність анемії із зниженням числа еритроцитів до 2,5 – 3 млн., реакція осідання еритроцитів більше 20 – 25 мм/годину, виражений лейкоцитоз. Зазначимо, що ЛФК показано при I і 2 стадії хвороби, інтенсивність занять залежить від загальної фізичної підготовленості і функціонального стану серцево-судинної системи [3].

Призначення лікувальної фізкультури повинне базуватися на клініці захворювання з урахуванням стадії. При цьому враховують загальний стан, інтенсивність головного болю, добові коливання артеріального тиску, особливості електрокардіограми в динаміці, результати лабораторних досліджень, супутні захворювання, що не дозволяють виконувати фізичні вправи.

Студентам з артеріальною гіпертензією ми рекомендувати ранкову гімнастику з музичним супроводом. Музичний супровід здатний не тільки підвищити емоційний тонус хворого, але й полегшує проведення фізичних вправ (ритм, темп). У ранковій гігієнічній гімнастиці застосовуються елементарні фізичні вправи, охоплюючи всі м'язові групи в поєднанні з дихальними вправами. Тривалість заняття 10 – 15 хвилин, вправи повторюють 4 – 6 разів для великих м'язових груп і 10 – 12 разів – для дрібних і середніх м'язових груп [2].

До спеціальних фізичних вправ при гіпертонічній хворобі відносять вправи на розслаблення м'язових груп, на розвиток рівноваги, координації, дихальні динамічні вправи, вправи із дозованим зусиллям динамічного характеру. Ми рекомендували уникати вправ з великою амплітудою руху для тулуба і голови, а також різко і швидко виконувати рухи і вправи з тривалим статичним зусиллям. Розслабленню скелетних

м'язів сприяє використанню наприкінці процедури лікувальної гімнастики елементів аутогенного тренування.

Студентам з артеріальною гіпертензією також показана працеві терапія у зв'язку з пресорною дією вправ, що виконуються за допомогою рук, що має обмежене застосування при гіпертонічній хворобі [1].

З метою підвищення загальної витривалості організму можна призначати вправи з використанням тренажерів. У першу чергу це велотренажери, а в літній час бажано використовувати з цією метою водні велосипеди. Навантаження має бути малої інтенсивності, але тривале. При цьому частота серцевих скорочень не повинна перевищувати 110 – 120 ударів за 1 хвилину.

Може бути призначена лікувальна ходьба. Кращим часом для теренкуру є ранок (до 11 години) і надвечір'я (17 – 19 година), літом і в найбільш теплий час дня взимку. За несприятливої погоди від теренкуру слід утриматися. Темп ходьби повинен бути 80 – 90 кроків за хвилину. За відсутності маршрутів теренкуру з лікувальною метою призначаються дозовані прогулянки.

У тренуючому режимі в лікувальний комплекс включаються вправи, розраховані на роботу всіх м'язових груп. При цьому використовують різні початкові положення. Амплітуда рухів повна, темп середній. Застосовують вправи з булавами, гантелями масою від 1,5 до 3 кг, медболами до 3 кг. При виконанні вправ із медболом навантаження рівномірно розподіляється, окрім плечового поясу, на м'язи спини, грудної клітки, живота, частково ніг. Дозволені вправи на перекидання або метання медболу масою 1 кг, виконувані з різних початкових положень. Широко застосовують вправи на координацію рухів, рівновагу та тренування вестибулярного апарату. Кількість повторень вправ – 8 – 10 разів. Поєднання загальнорозвиваючих і дихальних вправ у співвідношенні 4:1. Тривалість заняття 40 – 60 хвилин. Співвідношення розділів процедури 15 – 70 – 15%. Тривалість додаткового заняття лікувальною гімнастикою 20 – 30 хвилин при навантаженні до 50% від основного.

Висновки. Розроблено експериментальну методику проведення занять з фізичного виховання для студентів з артеріальною гіпертензією, яка передбачає вирішення освітніх, оздоровчих, виховних завдань, розкрито її зміст, методи та форми реалізації.

Список використаних джерел:

1. Апанасенко Г. Л. Лечебная физкультура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы / Апанасенко Г. Л., Волков В. В., Науменко Р. Г. – К.: Здоровья, 2005. – 120 с.

2. Дубогай О. Д. Методика фізичного виховання студентів, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи: навчальний посібник / Дубогай О. Д., Завацький В. І., Короп Ю. О.– Луцьк: Надстир'я, 2008. – 220с.
3. Дубровский В. И. Лечебная физкультура и врачебный контроль / В. И. Дубровский. – М. : МИА, 2006. – С.135–137.
4. Епифанов В. А. Лечебная физическая культура / В. А. Епифанов. – М.: Медицина, 2005. – 589 с.

Переверзева Аня Олександрівна,
студентка 5 курсу спеціальності «Фізична реабілітація»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Шумейко Ігор Анатолійович,
к. мед. н., доцент, доцент кафедри
фізичної реабілітації і фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

МЕТОДИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ НЕВРИТІ ЛИЦЬОВОГО НЕРВА

Вступ. Невропатія лицьового нерва посідає друге місце у структурі патології периферичної нервової системи в дорослих. Невропатія лицьового нерва – одна з найчастіших форм ураження периферичної нервової системи, що багато в чому зумовлене його складним анатомічним розташуванням й особливостями кровопостачання. У зв'язку з цим актуальним є пошук більш ефективних методів і засобів фізичної реабілітації, індивідуалізованих та комплексних за характером впливу з урахуванням стану нервів та м'язів, де б поєднувалась дія різноспрямованих лікувальних засобів із дією фізіотерапевтичних чинників.

Результати дослідження. Основні завдання фізичної реабілітації при невриті лицьового нерва (ЛН): зняття набряку; ліквідація ішемії нерва; відновлення мімічних рухів. Традиційно застосовують лікування положенням шляхом фіксації лейкопластиром м'язів здорового боку і перетяганням їх на бік паретичних м'язів, де пластир прикріплюється до спеціального шолома-маски [1]. Лікування положенням розпочинається з 2 –3-го дня і триває спочатку 1,5 години, а потім досягає 3,5 – 5 годин щоденно. В інтервалах між накладанням лейкопластирної маски проводять заняття з лікувальною фізичною культурою, лікувальний масаж, самомасаж, фізіотерапію.

Масаж проводиться в усі періоди захворювання, починаючи з 6-го дня з перервою зазначеного курсу в 1 – 1,5 місяця. Тривалість сеансу масажу від 5 до 12 хвилин. Курс масажу – 12 – 15 сеансів щодня або через день. Перерва між курсами 10 – 12 днів. На повторному курсі масажу кількість сеансів збільшують до 20 [2]. При масажі ЛН не рекомендується застосовувати змащувальні речовини (присипки, олії, креми, пудри), тому що вони утрудняють тонкий дотик при роботі з мімічними м'язами. Масажні рухи на обличчі здійснюються симетрично, одночасно двома руками на ураженому і здоровому боці з акцентом на хворий бік. Показаний масаж коміркової зони за розслаблюючою методикою, здорової половини обличчя за розслаблюючою методикою і хворої половини обличчя за тонізуючою методикою. Завданням масажу є поліпшення кровообігу, особливо на боці ураження обличчя.

У комплекси лікувальної гімнастики включають такі спеціальні вправи: піднімання, опускання, зведення, розведення брів, надування щік без опору і з тиском на них, закривання і відкривання очей, складання губ для свисту, висування язика і обертання ним між й ураженою щокою, скалення зубів, висування нижньої щелепи вперед, зміщення її убік паретичних м'язів, роздування і втягнення ніздрів, пасивно-активні вправи для мімічних м'язів.

Усі ці вправи проводять перед дзеркалом у повільному і середньому темпі. Кожну вправу на початку курсу повторюють 10 – 15 разів, потім щодня додається по 3 – 5 і поступово доводиться до 30 – 40 разів. При виконанні вправ на ураженому боці слід підтягувати пальцем віко, кут рота та ін. Із збільшенням амплітуди самостійних рухів і сили скорочення паретичних м'язів поступово зменшується допомога при виконанні вправ. Під час занять слід стежити за точністю та якістю виконання рухів і не допускати утоми уражених м'язів. Хворим рекомендується жувати їжу зліва і справа; сидіти по 10 – 15 хвилин кілька разів на день схиливши голову набік ураження, підтримуючи її рукою з опором на долоні; підтягувати м'язи зі здорового боку на уражений, вимовляючи звуки "о", "і", "а", "п", "ф", "р", "в", "щ", "ж", співати "ма-ма-ма-ма", "чу-чу-чу-чу", "мі-мі-мі-мі" та ін.; спати на ураженому боці.

У випадках виникнення контрактур у паралітичних мімічних м'язах і синкінезій у вигляді мимовільного відтягування кута рота при спробі закрити око на тому ж боці, або навпаки – мимовільного закриття ока при піднятті кута рота слід чергувати активні розслаблення й суворо дозовані напруження уражених м'язів, а також використовувати протиспівдружні рухи. При контрактурі рекомендується самомасаж, який проводиться так: хворий засовує за щоку протилежного боку ураження великий палець і злегка розтягує її, а рештою пальців одночасно робить віялоподібне

розминання м'язів щоки і колового м'яза рота. Масаж рекомендують проводити після прогрівання хворої половини обличчя.

На всіх етапах лікування цього захворювання в комплексі лікувальних заходів активно застосовують фізіотерапію [1]. З першого дня захворювання призначають наступні заходи.

Низькочастотна магнітотерапія апаратами «Полюс-3», «Нолімаг-01М», «МАГНІТ – МедТеКо» (програма гостре запалення). Один індуктор поміщають на стовбур ЛН, а інший – на сосцеподібний відросток. Інтенсивність магнітної індукції 5 – 10 мТл, частота 10 Гц, тривалість дії – 20 хвилин. Курс лікування – 8 – 10 процедур.

Сантиметровхвильова терапія призначається на зону стовбура лицьового нерва й завушну зону. Проводиться за допомогою випромінювача діаметром 11 см апаратів «Промінь-2», «Промінь-3». Потужність випромінювання 10 –12 Вт. Дії проводять щодня. Курс лікування 7 – 10 процедур.

Інфрачервона лазерна терапія. Методика контактна, скануюча, по зоні ЛН. Імпульсний режим випромінювання, частота 5 – 10 Гц. Тривалість дії – 6 хв. щодня. Курс лікування – 10 процедур.

Ультразвук або ультрафонофорез гідрокортизону на стовбур ЛН, середню і нижню гілки. Дію на верхню гілку ЛН не проводять. Методика контактна, лабільна. Інтенсивність ультразвуку 0,1 – 0,3 Вт/см2, імпульсним режим. Тривалість дії – 8 – 10 хвилин щодня. Курс лікування – до 10 процедур.

Електрофорез з прозерином на паретичну половину обличчя зі силою струму 3 –5 мА. Тривалість дії – 10 – 15 хвилин щодня або через день. Курс лікування – до 10 процедур.

Парафінові аплікації на уражену половину обличчя. Температура парафіну 46 – 48 °С, тривалість процедури – 15 – 20 хвилин щодня. При підвищеній електростимуляції нервово-м'язового апарату обмежуються парафіновими аплікаціями (температура парафіну – 42 – 46 °С) на уражену та через день на здорову половину обличчя й комірну зону. Курс лікування – 10 – 15 процедур.

Грязьові аплікації призначають через два місяці від початку захворювання при важких формах невротії. Температура лікувальної грязі 37 °С, тривалість дії 20 – 30 хвилин. Процедури проводять два дні підряд із днем відпочинку на третій день. Аплікації на область обличчя чергують із процедурами на комірну область. Курс лікування – 15 процедур. Масаж комірної зони і потилиці проводиться щодня.

З 14-го дня захворювання в комплексне лікування можна включати метод нервово-м'язової електростимуляції за щадною методикою. Використовують монополярну методику, за якої активний крапковий

електрод (площею 1 см²) прикладають до рухових точок мімічної мускулатури, а індіферентний розміщують у шийно-потиличній зоні. При кількісних змінах електростимулюваності та частковій реакції переродження типу А електростимуляцію проводять експонентним струмом із тривалістю імпульсу 5 або 1 мс, частотою 70 або 100 Гц, 8 – 12 модуляцій на 1 хв. При повній реакції переродження та частковій реакції переродження типу Б застосовують імпульси прямокутної форми із тривалістю 100 або 50 мс, частотою 5 або 10 Гц, 6 – 8 модуляцій на 1 хв. Тривалість впливу на кожну крапку становить 10 – 60 с. Курс лікування включає 20 щоденних процедур [2].

За перших ознак контрактури, що починається, відміняються такі процедури, як лейкопластирне лікування, масаж обличчя, лікувальна гімнастика, нервово-м'язова електроміостимуляція.

З методів фізіотерапії при контрактурі мімічних м'язів можна застосовувати низькочастотну магнітотерапію. Електромагніти розташовують поперечно (паравертебрально) на коміркову зону. Магнітна індукція становить 10 – 20 мТл, час – 15 – 20 хвилин. Процедури проводять через день, курс лікування складається з 10 – 15 процедур.

Лазеропунктуру проводять по рухових точках мімічної мускулатури, інтенсивність – 0,2 Вт, експозиція – 20 с на кожну точку. Курс лікування складається з 10 – 15 процедур, які проводять щодня.

Використовують також озокеритові (46 – 48°C) та парафінові (48 – 50°C) аплікації на уражену половину особи. Тривалість впливу – до 20 – 30 хвилин. Курс лікування включає 10 – 15 процедур, проведених щодня.

Висновки. Отже, у багатьох випадках домінуючим та ефективним у лікуванні невриту лицьового нерва залишається застосування методів фізичної реабілітації, серед яких основними є лікувальна фізична культура, апаратна фізіотерапія, масаж, рефлексотерапія, однак поєднана дія різних методик вивчена недостатньо, що, у свою чергу, потребує подальшої розробки та впровадження комплексної програми фізичної реабілітації.

Список використаних джерел:

1. Пономаренко Г. Н. Частная физиотерапия: учебное пособие / под ред. Г.Н.Пономаренко. – М. : ОАО «Издательство «Медицина», 2005. – 744с.
2. Попелянский Я. Ю. Болезни периферической нервной системы: руководство [для врачей] / Я.Ю. Попелянский – М.: МЕДпресс-информ, 2005. – 368 с., ил.

Пилипенко Юлія Станіславівна,
студентка 5 курсу спеціальності «Спеціальна освіта»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,
к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ЗНАЧЕННЯ КІНЕЗІТЕРАПІЇ ТА МАСАЖУ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ПАЦІЄНТІВ ІЗ ВЕГЕТАТИВНИМ ДИСБАЛАНСОМ

Вступ. Основні види відновлювальної терапії та профілактики вегето-судинної дистонії включають комплекс немедикаментозних і медикаментозних заходів. При незначних ознаках вегето-судинної дистонії показана немедикаментозна корекція вегетативної дисфункції, лише у випадках виражених або довго існуючих проявів вдаються до лікарських препаратів.

Результати дослідження. У даний час серед учнівської та студентської молоді підвищується розумове та знижується фізичне навантаження, домінує гіподинамія. Науковці доводять, що розумове й емоційне напруження можна усунути тільки за допомогою фізичних вправ. Кращими видами спорту для осіб з вегето-судинною дистонією є плавання, лижі, ковзани, катання на велосипеді, ходьба. Небажаними є заняття спортом зі штовхоподібними рухами (стрибки, вправи на брусах, боротьба, карате). Нерідко при вегето-судинній дистонії та функціональних порушеннях серцевої діяльності учнів та студентів не обґрунтовано звільняють від занять фізкультурою. Виникаюча при цьому гіподинамія, психологічний стрес, іноді ожиріння ще більше посилюють вегетативну дисфункцію [1].

Доведено, що фізична тренуваність позитивно впливає на вегетативну регуляцію серця [2]. Визначальна роль у цьому належить кінезітерапії, зокрема аеробним навантаженням. Термін «кінезітерапія» з'явився у літературі значно пізніше, ніж сам факт застосування руху як лікувального засобу. Процеси, що складають основу лікувальної дії кінезітерапії, відносяться до нейрофізіології. Фундаментальне значення в цій галузі мають праці П. Анохіна, у яких обґрунтоване правило компенсації: будь-який живий організм має фізіологічні механізми, що забезпечують заміну функцій різних органів, нормальна життєдіяльність яких порушується в результаті дефекту, викликаного хворобою, травмою або іншими факторами деструктивного характеру. Компенсаторні резерви включаються тільки за умови порушення основних фізіологічних

механізмів, які відповідальні за дану функцію. Відновлення порушеної чи втраченої функції не є стійким процесом і вимагає постійного тренування в умовах мінливої цілеспрямованої фізіологічної стимуляції, дієвість якої повинна “підтверджуватися” кінестетичним аналізатором. Кінестетичним аналізатором є система клітин і нервових шляхів, які спеціалізуються у сприйнятті, трансформації, синтезі стимулів.

Науковцями [2] доведено, що аеробні фізичні навантаження попереджують розвиток летальних аритмій шляхом посилення активності парасимпатичної системи та послаблення симпатичної. Отож для зменшення частоти патологічних серцевих станів було запропоновано метод збільшення аеробної здатності організму. Подальші дослідження виявили цілий ряд перепон для реалізації такого підходу. Було виявлено, що навіть при використанні високостандартизованих тренувальних програм, покликаних забезпечити зростання аеробної ємності, спостерігається широка гетерогенність максимального споживання кисню (VO_2max), у середньому VO_2max зростало при таких тренуваннях на 25% в діапазоні від 0% до 40%. Фізіологічне підґрунтя такої гетерогенності залишається досі нез’ясованим.

Збільшення частоти серцевих скорочень під час фізичного навантаження зумовлене двома основними факторами – активацією симпатичного відділу вегетативної нервової системи та зменшенням активності парасимпатичного її відділу. Динаміка зростання частоти серцевих скорочень залежить від віку, типу фізичного навантаження, положення тіла, аеробної тренуваності, об’єму циркулюючої крові. З віком настає зниження адаптаційних можливостей серцево-судинної системи, яке в першу чергу проявляється зниженням відповіді частоти серцевих скорочень на фізичне навантаження і залежить від цілої низки змін у регуляторних системах серця.

Серед периферичних факторів, що задіяні в регуляції кровопостачання під час фізичного навантаження, вагома роль належить артеріальному тиску (АТ). АТ є складовою двох ключових елементів – хвилинного об’єму крові, периферичного опору судин. Під час динамічного фізичного навантаження систолічний артеріальний тиск стрімко зростає і на рівні VO_2max може складати до 240 ммрт.ст., у той час як діастолічний артеріальний тиск помірно зменшується і на рівні VO_2max становить у середньому близько 60 ммрт.ст.

Залежно від інтенсивності фізичного навантаження суттєво змінюється частота серцевих скорочень, зміна якої в першу чергу пов’язана з активацією симпатичного та парасимпатичного відділу вегетативної нервової системи. На початку навантаження зростання частоти серцевих скорочень відбувається швидко, переважно завдяки

пригніченню функції блукаючого нерва. Аналогічна картина спостерігається під час виконанні легких навантажень, при яких тахікардія зумовлена виключно зниженням тонуусу парасимпатичного відділу вегетативної нервової системи.

При зростанні робочого навантаження збільшення частоти серцевих скорочень зумовлюється подальшим зниженням активності парасимпатичної нервової системи і супутньою активацією симпатичної ланки вегетативної нервової системи. Під час важкого фізичного навантаження на перше місце виходить активація симпатичного тонуусу, а зниження активності парасимпатичного відділу досягає нуля.

Безсумнівним маркером адаптації серцево-судинної системи до аеробних тренувань є мала частота серцевих скорочень у спокої, а також під час субмаксимальних фізичних навантажень. Величина максимальної частоти серцевих скорочень для певної людини залишається незмінною або може бути навіть дещо меншою. Відомо, що таке зниження частоти серцевих скорочень у стані спокою і субмаксимального навантаження опосередкується змінами у вегетативній нервовій системі. У тренуваних осіб значне зростання серцевого викиду завдяки більшій величині ударного об'єму зумовлює менше зростання частоти серцевих скорочень. Дослідження в цьому напрямку підтверджують той факт, що зниження частоти серцевих скорочень у тренуваних осіб зумовлено цілим рядом факторів. Нижча активність симпатичної системи у тренуваних осіб під час субмаксимальних фізичних навантажень пов'язана частково з меншою інтенсивністю рефлекторних сигналів, що надходять зі скелетних м'язів завдяки економічнішому метаболізму і меншому накопиченню специфічних метаболітів. Вважається, що механізми, які лежать в основі збільшення вагусного тонуусу під час тренувань, обумовлені, з одного боку, більшою активністю барорецепторів камер серця у відповідь на збільшення об'єму циркулюючої крові та наповнення шлуночків, а з іншого, – змінами дофамінергічної регуляції тонуусу парасимпатичної нервової системи [3].

Отже, фізичні вправи підвищують пристосувальні можливості організму, його опірність до стресових ситуацій, усувають деякі чинники ризику, покращують психоемоційний стан пацієнтів, надають упевненості у своїх силах й одужанні. Внаслідок систематичних тренувань посилюється функція регулюючих систем, їх здатність координувати діяльність серцево-судинної, дихальної, м'язової та інших систем організму під час фізичних навантажень, що підвищує спроможність виконувати побутову, навчальну і професійну роботу.

В останні роки з'являється все більше публікацій про необхідність поєднання фізичних вправ із масажем. Масаж рекомендують як

додатковий засіб для розігрівання й розтягнення м'язів. Після здійснення фізичної активності масаж допомагає м'язам швидше повернутися до нормального стану, адже він покращує кровообіг, сприяє виведенню продуктів обміну. Місцевий масаж усуває спазми й фіброз, а також прискорює відновлення після розривів м'язів і розтягнень зв'язок.

Мета проведення масажу після м'язової активності полягає в тому, щоб посприяти виведенню продуктів обміну, які накопичилися у тканинах, розслабити втомлені м'язи й покращити їх кровопостачання. Особам, які займаються фізичною культурою, спеціалістами рекомендується самомасаж. Самомасаж при вегето-судинній дистонії сприяє швидкому відновленню всіх функцій організму після фізичних навантажень, позбавляє втоми й відновлює працездатність.

Для відновлення організму після фізичного навантаження рекомендуються різні засоби – масаж, лазню, вправи на розслаблення, дихальні вправи. При цьому особливого значення надається масажу та самомасажу через його доступність за будь-яких обставин. При загальній фізичній втомі основну увагу приділяють сегментарно-рефлекторним впливам, тому в першу чергу масують зони, наділені широкими рецепторними полями – комірцеву, спину, груди, стегна. Засобом профілактики хронічної нервово-емоційної перенапруги є точково-лінійний масаж.

Висновки. Корекція вегетативного дисбалансу може бути здійснена за допомогою кінетотерапії – лікування рухом і масажу, що є одними з найбільш важливих і дієвих методів фізичної реабілітації.

Список використаних джерел:

1. Капралов С. Физическая реабилитация больных нейроциркуляторной дистонией / С. Капралов // Здоров'я України. – 2010. – №6. – С. 31–32.
2. Левандовський О. С. Вплив фізичних вправ на стан вегетативної нервової системи у осіб з вегетативною дисфункцією/ О. Левандовський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2006. – №2. – С. 69–74.

Радченко Катерина Володимирівна,
студентка 3 курсу спеціальності «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Вишар Євгенія Василівна,
старший викладач кафедри фізичної реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Вступ. Соціально економічні перетворення в Україні, глобальна екологічна криза актуалізували проблему збереження і зміцнення здоров'я студентської молоді. Важливу роль у цьому процесі відіграли засоби масової інформації, які сконструювали певні образи фізичного розвитку і впровадили їх у масову свідомість. У цьому є як позитивний, так і негативний бік, сучасна культурна ситуація характеризується посиленням інтересом людства до свого тіла, краси, здоров'я, здорового способу життя і т.д. На даному етапі розвитку суспільство зіткнулося з тим, що виникає конфлікт між тим, що вважається гарним і естетичним, і тим, що вважається здоровим і корисним. Загострення цієї проблеми обумовлено розвитком технологій у сфері пластичної хірургії, яка надала людині можливість змінювати фізичний вигляд, що часто суперечить показанням медиків і валеологів. Це безпосередньо пов'язано зі здоров'ям людини, а іноді йдеться про його життя. Тут необхідно врахувати двоєдину роль ЗМІ, адже їх можливості, залежно від умілого управління, відіграють і негативну, і позитивну роль. У контексті цієї проблеми знаходиться і проблема здорового способу життя.

Результати дослідження. У сучасній літературі спосіб життя співвідноситься з умовами життя. За допомогою поняття «спосіб життя» розглядаються різні види діяльності людей у їх взаємозв'язку: побут, праця, культура, стиль життя, якості життя [2]. Функціональною структурою поняття «спосіб життя» є такі аспекти, як трудова, соціальна, інтелектуальна (психологічна установка, характер розумової діяльності), фізична і медична активність. Отже, у проблемі здоров'я медичні передумови займають перше місце; в них перш за все виділяються соціальні та особистісні. Спосіб життя, як сукупність різних видів повсякденної діяльності, займає одне з визначальних місць у сучасному суспільстві. ВООЗ визначає здоров'я як стан повного соціального, психічного і фізичного благополуччя, а не тільки відсутність хвороби чи фізичної вади. Фізичне здоров'я – це потенційні можливості організму, обумовлені генотипом і фенотипом, здатність до мобілізації

функціональних резервів, напруження регуляторних механізмів у відповідь на навантаження. Здоровий спосіб життя розглядається «як якась еталонна модель, система загальних умов, приписів, заходів, продукт колективної творчості»[2]. Деякі сучасні дослідники називають серед провідних чинників, які визначають стан здоров'я населення, три основні групи – генотип популяцій, спосіб життя і стан навколишнього середовища [1]. Таким чином, здоровий спосіб життя не окреслюється тільки межами людської анатомії й охоплює ряд інших властивостей людського тіла. Серед видів діяльності людей одне з важливих місць займає фізична культура. «Під фізичною (соматичною) культурою розуміється та сфера загальної культури, яка регулює діяльність людини, пов'язану з формуванням, розвитком і використанням тілесно-рухових здібностей людини з огляду на норми цінностей і способів їх функціональності, комунікативності, експресивності й естетичності» [3]. Однак фізична культура, як сфера загальної культури, з'являється на більш пізніх етапах суспільства. До Нового часу уявлення про людину і її тіло формувалися стихійно і мали конвенціональний характер. Тілаземлеробських народів відрізняються від тіл кочівників, відповідно відрізняються й ідеали краси людини. Селянин подібний до дерева – дуба, ясеня, сосни. Ідеал тіла кочівника – гнучке, округле, голе, невелике, але пластичне»[2, 3].

Розробка вимог здійснюється з урахуванням досліджень у сфері здорового способу життя. Однак на них значний вплив мають конвенціонально (стихійно) сформовані уявлення більшості представників конкретної культури про своє тіло. Хоча для сучасності характерна висока ступінь інституалізації уявлень про фізично розвинену людину, коли вимоги до здорового способу життя не тільки розробляються, але й активно впроваджуються у свідомість людей через широку систему інститутів (комітети з фізичної культури і спорту, установи освіти, спортклуби, засоби масової інформації і т.д.) [3]. Це дозволяє розглядати фізичну культуру в широкому сенсі – як сферу «людської культури, яка включає в себе соціально сформовані фізичні здібності людини, що виявляються їй у певній діяльності, і всю ту соціальну реальність, яка безпосередньо забезпечує їх формування, функціонування та розвиток»[3]. У сучасній парадигмі розвитку науки здійснюється спроби перегляду поняття «фізична культура». Так, Б.Г. Акчурин пропонує співвідносити його з поняттям «медична культура» і замінити терміном «тілесно-фізична культура», оскільки «фізична культура, як культура тіла, містить у собі найбільший потенціал відтворення особистості як цілості у своїй тілесно-духовній єдності. Тому діяльність із її формування набуває великої суспільно корисної

значущості, бо її предметом, метою і головним результатом є розвиток самої людини.

Висновки. Фізкультурна діяльність, на наш погляд, не обмежується лише розвитком і формуванням тілесних характеристик людини, а знаходиться в тісному взаємозв'язку з його духовною діяльністю. На цьому тлі в кожному виді фізкультурної діяльності по-різному представлені духовні начала, пов'язані з інтелектуальними та соціально-психологічними компонентами, а також з широким спектром потреб, здібностей, інтересів індивіда.

Список використаних джерел:

1. Грибан Г. П. Модернізація сучасної методичної системи фізичного виховання студентів аграрних університетів / Г. Грибан // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. –2012. – № 9. – С. 37.
2. Гончаренко С. У. Педагогічні дослідження : методологічні поради молодим науковцям / Семен Устимович Гончаренко. – К.; Вінниця : ДОВ «Вінниця», 2008. – 278 с.
3. Щербина В. А. Застосування інноваційних технологій фізичного виховання для формування здорового способу і стилю життя студентів технічного вузу / В. А.Щербина. –М.: Вид-во «МПА – ПРЕС», 2007. –319 с.

Рева Аліна Анатоліївна,
студентка 4 курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,
к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПРИ ТРАВМАТИЧНІЙ ХВОРОБИ СПИННОГО МОЗКУ НИЖНЬОГРУДНОГО ТА ПОПЕРЕКОВОГО ВІДДІЛІВ ХРЕБТА

Вступ. Необхідність вивчення проблеми фізичної реабілітації пацієнтів із наслідками травматичної хвороби спинного мозку зумовлена, з одного боку, значною питомою вагою цих ушкоджень, з іншого боку, – досить різноплановими дослідженнями в цьому напрямку та особливостями симптоматики й репаративних процесів при даній

патології, які необхідно враховувати у процесі визначення змісту відновного лікування. Складність і стійкість соматичних і вегетативних нейрогенних розладів при травматичній хворобі спинного мозку є причиною інвалідності у 80% хворих залежно від рівня ураження та ступеня порушення провідності спинного мозку. Дотепер залишається багато питань, що стосуються диференціювання програм фізичної реабілітації залежно від локалізації травми, що доводить актуальність обраної теми.

Результати дослідження. Нами розроблено комплексну програму спеціальних вправ та масажу для хворих із травматичними ушкодженнями нижньогрудного й поперекового відділів хребта, які знаходяться на різних рухових режимах після оперативного втручання. Застосування програми спрямоване на відновлення трофіки, попередження контрактур, чутливості, рухових функцій конкретних груп м'язів залежно від ураженого сегмента. Дана програма складається із загальнорозвиваючих та спеціальних вправ, які підібрані відповідно до періоду відновлення хворого. Вона дозволяє виконувати спеціальні вправи, які підібрані відповідно до синдрому порушення функцій спинного мозку.

Запропонований комплекс тренувальних вправ нами розділено на чотири періоди. Перший період триває 10 – 14 днів після травми. Упродовж цього періоду вправи виконуються виключно в положенні лежачи на спині. Другий період включає 10 вправ, які виконуються в положеннях лежачи на спині та лежачи на животі. Цей період триває 3 – 6 тижнів після травми. Третій період розпочинається з другого місяця після травми. Усі вправи даного періоду виконуються з чотирьох вихідних положень: спочатку – лежачи на спині, потім – лежачи на животі. У третьому періоді тренування використовуються вправи другого періоду, у четвертому – вправи другого й третього періодів. Четвертий період розпочинається через два місяці після травми та поєднує вправи в положенні стоячи.

Для проведення занять слід суворо дотримуватися принципів поступовості та послідовності збільшення навантаження. Для цього вправи слід добирати таким чином, щоб кожна попередня готувала організм до виконання наступної, одночасно забезпечуючи чергування роботи різних м'язових груп за принципом розсіяного навантаження. Слід частіше робити паузи для відпочинку, як пасивного, так і активного, включати дихальні вправи і вправи на розслаблення. Загальнорозвиваючі вправи мають забезпечувати різнобічний і вибірковий вплив на певні м'язові групи і суглоби, відділи хребта. Це дасть змогу цілеспрямовано впливати на розвиток і підтримання рухових якостей, відновлення або

збереження обсягу рухів у суглобах, покращити координацію і поставу [1].

При виконанні вправ особливу увагу слід звертати на правильну постановку дихання. Воно має поєднуватись з рухами, бути вільним, без затримок. Видих має бути тривалішим, ніж вдих. Це сприяє покращанню вентиляції, газообміну і притоку крові до серця.

Лікувальну фізичну культуру ми рекомендуємо застосовувати на всіх етапах реабілітації хворих. Лікувальна дія фізичних вправ проявляється у вигляді чотирьох основних механізмів – тонізуючого впливу, трофічної дії, формування компенсацій, нормалізації функцій, серед яких перший і останній є провідними при цій патології [2].

Лікувальну фізичну культуру призначають на 2 – 3-й день після травми або операції і під час перебування в лікарні. Її застосовують за двома періодами. Завдання ЛФК в I період: сприяння усвідомленню хворого необхідності занять фізичними вправами, поліпшення його нервово-психічного стану; активізація легеневої вентиляції, крово- та лімфообігу, ліквороциркуляції; попередження пневмонії, пролежнів; запобігання неправильному установленню кінцівок; збереження тону непаралізованих м'язів. Протипоказана ЛФК при загальному важкому стані хворого, високій температурі тіла, серцевій недостатності, порушеннях дихання, підозрі на тромбоемболію.

ЛФК застосовують на фоні лікування положенням, що залежить від форми рухових порушень. При в'ялих паралічах кінцівки укладають у середньофізіологічному положенні, що запобігає перерозтягненню ослаблених м'язів і протидії деформації суглобів. У випадках спастичних паралічів вибирають таке положення, при якому спастичні м'язи були б максимально розтягнуті, а їх антагоністи – скорочені. Так, при нижніх спастичних парализаціях хворого укладають на спину з розведеними ногами, які вкладають у протиротаційні шини, під коліна підкладають валики, стопи надають положення під прямим кутом щодо гомілок з упором на щит. Одночасно, якщо хворий не лежить на спеціальному протипролежневому матраці, для запобігання трофічних порушень підкладають під різні ділянки тулуба і кінцівок ватно-марлеві кільця, гумові круги та інші підкладки відповідної форми і розміру. Надане хворому положення слід змінювати через кожні 2 – 3 год.

ЛФК застосовують у формі занять з лікувальної гімнастики, що проводить реабілітолог 2 – 3 рази на день у поєднанні з масажем грудної клітки і самостійних занять у вигляді дихальних вправ із подовженим видихом. Дихальні вправи з повною амплітудою рухів руками у випадку шийної і верхньогрудної локалізації травми не проводять через можливість завдання додаткової травми у місці ушкодження або

операційної рани. Рухи виконують у повільному темпі, плавно, з одночасним посиленням імпульсів до руху і повторюють 3 – 5 разів. Тривалість заняття з лікувальної гімнастики – 10 – 12 хв.

У проміжний період травматичної хвороби спинного мозку ФК проводиться з урахуванням оборотних і необоротних змін. Згідно з цим хворих із наслідками травм спинного мозку поділяють на 3 групи [2]:

I група – хворі, яким операція забезпечила декомпресію спинного мозку і створила умови для відновлення функцій. У цих випадках ЛФК сприяє повному відновленню порушених рухів і загальному оздоровленню та зміцненню організму;

II група – хворі, у яких після операції рухова функція відновила частково, залишилися парези і паралічі. Для них ЛФК сприяє відновленню тимчасово пригнічених рухових функцій спинного мозку, розвитку пристосувальних і компенсаторних механізмів;

III група – з важкими ушкодженнями спинного мозку, в тому числі з повним його перериванням. У цих випадках розлади функцій спинного мозку незворотні. ЛФК для таких хворих застосовують з метою розвитку пристосувальних процесів і функцій заміщення, підтримання загального стану організму [3].

Завдання ЛФК у II періоді: поліпшення психоемоційного стану хворого та діяльності серцево-судинної і дихальної систем, активізація крово- та лімфообігу, обміну речовин, трофічних процесів та регенерації у зоні пошкодження, збереження еластичності суглобово-зв'язкового апарату, попередження тугорухливості в суглобах, зміцнення здорових і відновлення тонуусу паретичних м'язів, стимуляція фізіологічних відправлень, розвиток компенсаторних рухових навичок і самообслуговування, підготовка хворого до переходу у вертикальне положення. ЛФК застосовують у формі ранкової гігієнічної і лікувальної гімнастики, що проводиться 2 рази на день, самостійних занять, які хворий виконує щоденно 4 – 5 разів.

Застосована нами методика масажу складається із загальноприйнятих прийомів, що застосовуються при спастичному і м'явому паралічі та парезі, однак доповнюється прийомами масажу за методом Сайонджи Масаюкі "Коцубан Юмейхо терапія" – унікальної масажно-терапевтичної практики. Лікувальний масаж призначається з 2 – 5 дня після перелому хребта.

Висновки. На підставі теоретичного аналізу проблеми розроблено комплексну програму фізичної реабілітації для хворих із травматичними ушкодженнями нижньогрудного й поперекового відділів хребта, які знаходяться на різних рухових режимах після оперативного втручання. Програмою передбачене диференційоване використання фізичних вправ і

масажу залежно від характеру травми і періоду реабілітації. На ранніх етапах реабілітації пропонувалося використання гнучких підвісів, що дозволяє підвищити ефективність відновлення хворих.

Перспективи подальших досліджень пов'язуємо з пошуком ефективних методів і засобів фізичної реабілітації для хворих із травматичним ушкодженням спинного мозку на санаторно-курортному етапі реабілітації.

Список використаних джерел:

1. Дубровский В. И. Лечебная физическая культура (кинезитерапия): учеб. [для студентов высших учебных заведений] / В. И. Дубровский. – К. : Здоров'я, 2001. – 408 с.
2. Куничев Л.А. Лечебный массаж / Л. А. Куничев. – К. : Вища школа, 1988. – 255 с.
3. Мухін В. М. Фізична реабілітація / В. М. Мухін. – К. : Здоров'я, 2005. – 470 с.

Рязанова Ірина Костянтинівна,

студентка II курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

Науковий керівник: Гета Алла Володимирівна,

к. фіз. вих., доцент кафедри фізичної реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ВПЛИВ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ НА ПЛАВЦІВ У ПЕРЕДЗМАГАЛЬНИЙ ПЕРІОД

Вступ. Однією зі специфічних особливостей спортивної діяльності є те, що вона добре відома спортсмену, задалегідь ним вивчена. У дуже небагатьох видах спорту спортсмен стикається з абсолютно несподіваними, раптовими подразненнями, але і в цих випадках він прагне передбачити хід спортивної боротьби. Проте на змаганнях спортсмени часто не можуть показати свої найкращі результати: не можуть виконати норматив, який легко виконували на тренуваннях; допускають помилки в техніці вправ тощо. І все це тому, що спортсмен не завжди здатен проявити, мобілізувати свої психічні функції на тому рівні, який необхідний для досягнення максимального результату. У зв'язку з цим особливого значення набуває психологічна підготовка, мета якої – формування та вдосконалення значущих для спорту якостей особистості шляхом зміни системи ставлення спортсмена до процесу діяльності, до

самого себе й оточуючих. Оскільки методика психологічної підготовки плавців недостатньо розроблена, усе викладене вище зумовило актуальність теми нашого дослідження.

Результати дослідження. У спорті себе може виявити тільки той спортсмен, психологічні якості якого відповідають вимогам самої спортивної діяльності та специфіці обраного виду. У міру зростання спортивних досягнень, а відповідно, і вимог до особистості спортсмена посилюється роль психологічних досліджень. У даний час основні розділи роботи психологів у спорті, зокрема у плаванні, мають головним чином три напрями:

1. Дослідження основних властивостей нервової системи та виділення комплексу характерних для виду спорту їх виявів.
2. Вивчення особистості спортсмена і визначення найбільш значущих для спортивної діяльності характеристик.
3. Формування та вдосконалення відносин, що сприяють вищим виявам фізичних і духовних сил спортсмена у процесі спортивного тренування і змагань [2].

У плаванні специфічні умови спортивної діяльності пред'являють особливі вимоги, які, з огляду на своє природне походження, можуть служити надійним критерієм відбору та орієнтації з окремих спеціалізацій. Такими вимогами є: а) досить високий рівень сили нервових процесів (вимога, обов'язкова для плавця-спринтера), що обумовлює здатність виконувати роботу з максимальними зусиллями, але відносно нетривало за часом; б) висока стійкість до монотонії (вимога, що пред'являється перш за все до плавця-стаєра); високий вияв цієї властивості сприяє виконанню тривалої роботи монотонного характеру; в) висока лабільність нервової системи (рівною мірою пропонована як спринтеру, так і стаєру) – властивість, що має велике значення для вияву специфічних якостей плавця. Контроль за станом психологічної підготовленості спортсменів проводиться на підставі даних про основні властивості особистості кваліфікованого плавця з урахуванням індивідуальних психологічних особливостей.

У результаті аналізу були виявлені такі властивості особистості, що є вирішальними, найбільш значущими при досягненні плавцем високих результатів:

1. Темперамент – чинник, що обумовлює рівень психічної витривалості і роботоздатності.
2. Рівень мотивації до досягнення.
3. Вольовий та інтелектуальний контроль поведінки.
4. Прагнення до суперництва, змагальність [3].

Психологічну підготовку спортсмена здійснює головним чином тренер шляхом систематичного керування станом і поведінкою спортсмена у процесі занять плаванням.

Спеціальна психологічна підготовка спортсмена до конкретного змагання являє собою певну систему взаємопов'язаних ланок. Збір інформації про умови змагання необхідний для зняття відчуття новизни обстановки, якщо плавець у даному басейні стартує вперше. Це особливо важливо для інтровертів, адже екстраверти позитивно ставляться до проведення змагань у незнайомих басейнах. Інформація про суперників дозволяє продумати імовірний хід запливу. Перед змаганням велике значення надається актуалізації мети і мотивів, характерних для спортсмена.

Багаторічна практика психологічної підготовки спортсмена до тривалого тренувального процесу з високими навантаженнями показує, що першорядне значення має організація впливу на наступні види відносин, що забезпечують успішність тренувального процесу:

1. Ставлення до фізичного навантаження. Рекордних результатів досягають саме ті спортсмени, які без страху і сумнівів тренувалися більше й інтенсивніше, ніж будь-хто інший.
2. Ставлення до своїх можливостей відновлення. Плавець зі спортивним характером упевнений, що період між тренуваннями дає йому можливість добре відновитися, він не фіксує свою свідомість на втомі, на будь-яких хворобливих проявах, не відчуває страху за стан свого організму.
3. Ставлення до можливих нервово-психічних перенапружень. Плавець зі спортивним характером дає з дратівливості і спокійніше ставиться до тимчасових порушень сну і незначних хворобливих проявів.
4. Ставлення до якості виконання тренувальних завдань. Сумлінне ставлення до тренувань, висока якість виконання вправ мають значення на будь-якому етапі спортивного вдосконалення.
5. Ставлення до спортивного режиму. Плавця зі спортивним характером відрізняють продумана, глибоко осмислена самоорганізація всього свого життя, підпорядкування всього режиму дня, всіх своїх дій.
6. Система відносин, що забезпечує успішність виступів спортсмена на змаганнях. Упевненість у собі, як одна зі сторін ставлення до себе, забезпечує високу активну надійність дій спортсмена [1, 3].

Вплив на спортсмена здійснюється найчастіше шляхом використання комплексу таких психолого-педагогічних і психотерапевтичних заходів:

- бесіди, лекції;
- бесіди з іншими людьми за присутності спортсмена;
- гетеротренінгу;
- навіяного відпочинку;
- навіяного сну;
- аутотренінгу;
- роздумів, міркувань [3].

Висновки. Отже, у ході нашого дослідження ми дійшли наступних висновків:

1. Формування та вдосконалення сприятливих для спортивного тренування і змагань психічних станів дозволяє поступово і цілеспрямовано формувати необхідну систему відносин спортсмена і вдосконалювати його спортивний характер. Це забезпечує успішність спортивної діяльності навіть у тих випадках, коли наявні природні властивості особистості не повністю відповідають вимогам самої діяльності.

2. Вплив тренера на спортсмена здійснюється найчастіше шляхом використання комплексу психолого-педагогічних і психотерапевтичних заходів (бесіди, лекції, навіяного відпочинку, аутотренінгу). Планомірне і комплексне використання описаних методів дозволяє досить повно і глибоко проникати в систему відносин спортсмена, формувати програму майбутніх дій і переживань, установки на реалізацію цих програм поведінки в потрібні моменти тренування та змагання.

3. Ефект психологічної підготовки більш високий, коли виховання і самовиховання доповнюють одне одного. Самовиховання, як самостійний, цілеспрямований і організований розвиток якостей особистості, здійснюється в конкретних ситуаціях шляхом використання різних способів саморегуляції психічних процесів, станів і дій. Процес самовиховання спочатку повинен базуватися на активному бажанні, прагненні спортсмена до самовдосконалення.

Список використаних джерел:

1. Оздоровче плавання : навчальний посібник [для студентів вищих закладів фізичного виховання і спорту]. – К. : Олімпійська література, 2008. – 232 с.
2. Парфьонов В. О. Плавання : підручник [для фак. фіз. виховання пед. ін-тів] / В. О. Парфьонов. – К. : Вища школа, 2014. – 300 с.
3. Плавание : учеб. [для студ. вузов физ. воспитания и спорта] / Т. М. Абсалямов, М. М. Булатова, Н. Ж. Булгакова, Л. А. Драгунов, С. М. Колвин, Э. У. Маглишо, Б. Мак-Аллистер, В. Н. Платонов, В. Д. Попов ; ред.: В. Н. Платонов. – К. : Олимп. л-ра, 2009. – 496 с.

Сауся Марина Сергіївна,
студентка 5 курсу спеціальності «Спеціальна освіта»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,
к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ ДИСКАПАТІЇ ШИЙНОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА

Вступ. Всесвітня організація охорони здоров'я у 2000 – 2020 рр. проблему болю у хребті оголосила пріоритетною в галузі досліджень захворювань кісток і суглобів [1]. Остеохондроз хребта та рівень інвалідності збільшується з віком та в осіб, старших 60 років, досягає 100 %, частим проявом цієї патології є дископатія – переміщення частини диска у хребтовий канал. Причиною дископатії найчастіше є неправильне положення тіл хребців, фізіологічне викривлення хребта. Неправильне розташування хребців зумовлює розвиток патологічних змін у фіброзному кільці. Люди з дископатією шийного відділу хребта не можуть нахилити голову вперед так, щоб підборіддям доторкнутись грудини та відхилити голову назад, щоб погляд був направлений чітко вгору чи навіть трохи назад, а нахил голови вбік також є обмеженим. Діагностиці й лікуванню дископатії хребта присвячено багато наукових праць неврологічної спрямованості. Однак питання реабілітації пацієнтів із дископатіями ще не знайшло достатнього висвітлення, тому тема дослідження актуальна.

Результати дослідження. Застосування лікувальної фізичної культури, лікувального масажу, фізіотерапії, медикаментозного лікування та інших засобів фізичної реабілітації в комплексному відновному лікуванні пацієнтів з дископатією шийного відділу хребта дозволяють зменшити біль, відновити втрачені функції та повернути працездатність людини.

Загальноприйнятими при дископатіях шийного відділу хребта є програми лікувальної фізичної культури, що ґрунтуються на обмеженні рухів у гострій період захворювання. У літературі знаходимо рекомендації застосовувати лікувальну гімнастику з перших днів лікування пацієнтів у стаціонарі чи поліклінічному відділенні. Рекомендується проводити дихальні вправи, вправи на розслаблення м'язів шиї, плечового поясу, верхніх кінцівок, які виконуються з вихідного положення лежачи чи сидячи. Курс терапії гострого періоду триває у середньому 10 – 15 днів.

Релаксаційний масаж м'язів шиї, місцеві теплові процедури та фізіотерапевтичні процедури (електрофорез, фонофорез, магнітотерапія), які діють протизапально, зменшують біль, тому також показані у курсах реабілітації при даній нозології.

Середня тривалість лікування підгострого періоду складає близько 2 тижнів. Завданнями фізичної реабілітації в цей період є адаптація всіх систем організму до дії фізичних навантажень, покращення вісцеральної регуляції. У цей період призначають ЛФК, масаж, тракційну терапію, препарати, які регулюють репаративні процеси, зокрема біостимулятори, регулятори остеогенезу. Фізіотерапія на цьому етапі включає магнітотерапію, електрофорез, лазеротерапію. Використання рефлексотерапії здійснює стимулюючий вплив на енергетичні процеси та адаптаційно-компенсаторні механізми, які відбуваються у хребті [3].

Основними завданнями лікувальної фізичної культури є зменшення патологічної пропріоцептивної імпульсації шийного відділу хребта, покращення кровообігу в ураженому хребетному сегменті, зменшення набряку в тканинах, розміщених у міжхребцевому отворі, підвищення адаптаційних можливостей організму. Фізичні вправи посилюють функціональну перебудову всіх ланцюгів нервової системи, здійснюють стимулюючий вплив як на еферентні, так і на аферентні системи.

Також рекомендують використовувати динамічні вправи для шийного відділу хребта як засіб лікування та профілактики дегенеративно-дистрофічних змін, але зазначають, що повороти голови вбік та розгинання зменшують амплітуду пульсового кровонаповнення, збільшують асиметрію, підвищують тонус церебральних судин, при цьому погіршується венозний відтік [2].

У програмах реабілітації із збільшенням амплітуди рухів починають збільшувати силу м'язів шиї ізометричними вправами, включаючи згинання та розгинання, згинання вбоки та обертальні рухи, а силове тренування може переходити в мануальну вправу з опором. Ізометричне тренування полягає в повторювальних серіях – 4 рази на тиждень по 10 разів, з обтяженням у першій серії – 1/2 максимального навантаження, у другій – 3/4 у третій – максимальне навантаження.

Для збільшення сили м'язів рук, функціонального стану центральної нервової системи, психоемоційного стану необхідним є використання спеціальних комплексів фізичних вправ. Науковці зазначають, що всі фізичні вправи, особливо статичного характеру, повинні чергуватися з дихальними вправами та вправами на розслаблення м'язів. Особливо необхідно досягати розслаблення трапецієподібного та дельтовидного м'язів, бо вони найчастіше втягуються в патологічний процес і знаходяться у стані патологічного гіпертонусу [2].

В амбулаторних умовах пропонується застосування ЛФК, масажу, самомасажу, східної гімнастики. Останнім часом значного поширення набула мануальна терапія хребта з послідовним застосуванням прийомів для розслаблення м'язів та мобілізації опорно-рухового апарату. Мануальна тракція шийного відділу хребта виконується з вихідного положення сидячи або лежачи (голова звисає), з мінімальною силою та з допомогою багаторазових, повторювальних ритмічних прийомів пасивного переміщення частин тіла.

Одним з методів мануальної терапії є постізометрична релаксація, яка сприяє розслабленню м'язової тканини після попереднього статичного напруження в розтягнутому стані. Перевагою цього методу є не лише повна безпека, але й можливість виконання процедури самим хворим. Ефект постізометричної релаксації проявляється безпосереднім збільшенням обсягу та зменшенням болючості пасивно-активних рухів в одному чи кількох хребтно-рухових сегментах, збільшенням довжини раніше спазмованих вкорочених м'язів та їх сили. Постізометрична релаксація сприяє нормалізації не лише пропріоцептивної імпульсації, але й механізмів гальмування, які здійснюються на сегментарному рівні.

Витягання шийного відділу хребта з використанням петлі Гліссона є однією з найпоширеніших процедур при больових синдромах шийного відділу хребта, яка сприяє зменшенню тонуусу напружених м'язів, розширенню міжхребцевих отворів. В основі механізму методу витягання лежить подразнення рецепторного апарату шкіри, пропріорецепторів м'язів та зв'язкового апарату міжхребцевих суглобів на рівні застосованого механічного зусилля в напрямку розтягування ураженого сегмента хребта, що призводить до посиленої активності синаптичної ланки рухового аналізатора та покращення інтегральної функції мозку з наступною інтенсифікацією трофічних та обмінних процесів, зменшення набряку, зникнення больового синдрому, підвищення сили м'язів й збільшення активної рухомості в суглобах. Вага вантажу, тривалість та частота тракції залежать від стану хворого. Для отримання ефекту застосовують обтяження від 8% до 9% від ваги пацієнта, а також дуже важливою складовою, яка має вплив на ефект лікування, є правильне положення голови та шиї під час витягу.

Щоб покращити результати витягу, рекомендують застосовувати розслаблюючі та ізометричні вправи, які зміцнюють м'язи шиї, верхньої частини грудної клітки, плеча та фізичні лікувальні фактори.

Ефективним засобом функціональної терапії на всіх етапах фізичної реабілітації є масаж. Масаж вважають патогенетично обумовленим методом рефлексорної терапії, враховуючи патогенетичні механізми больових м'язово-тонічних та нейроміодистрофічних синдромів. При

больовому синдромі в шийному відділі хребта рекомендують масаж комірцевої ділянки, а за наявності корінцевої симптоматики – масаж м'язів рук. Застосовують сегментарно-рефлекторний, класичний масаж, гідромасаж, точковий та самомасаж.

Доведено, що процедура масажу сприяє зменшенню напруження адаптаційних механізмів та регуляторних систем серцевої діяльності, зниженню рівня централізації управління серцевим ритмом та тонуусу симпатичної ланки вегетативної нервової системи, зростанню впливу блукаючого нерва на синусовий вузол серця, збільшенню потужності дихальних хвиль і, як наслідок, – позитивній динаміці функціонального стану систем організму, підвищенню рівня адаптаційної здатності та стресової стійкості хворих з неврологічними синдромами остеохондрозу шийного відділу хребта.

Висновки. Фізична реабілітація займає одне з важливих місць у комплексному відновному лікуванні дископатії, а також попередженні ускладнень та загострених хвороби. Окрім реабілітації, важливою є профілактика дископатії шийного відділу хребта, що спрямована на боротьбу з екзо- та ендогенними причинами, та полягає в дотриманні режиму праці та відпочинку, проведенні оздоровчих заходів.

Список використаних джерел:

1. Епифанов В. А. Остеохондроз позвоночника (диагностика, лечение, профилактика) / В. А. Епифанов. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : МЕДпресс-информ, 2004. – 272 с.
2. Зыкина, О. В. Массаж при заболеваниях позвоночника : учебное пособие / О.В. Зыкина. – М. : Эксмо, 2004. – 96 с.
3. Ціж Л. М. Методики фізичної реабілітації при дископатії шийного відділу хребта / Л. М. Ціж // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фізичної культури та спорту. – Л., 2005. – Вип 9. – Т. 2. – С. 42–45.

Солод Юлія Анатоліївна,
студентка 5 курсу спеціальності «Фізична реабілітація»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Шумейко Ігор Анатолійович,
к. мед. н., доцент, доцент кафедри
фізичної реабілітації і фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ВИКОРИСТАННЯ МАСАЖУ ТА АПАРАТНОЇ ФІЗИОТЕРАПІЇ ПРИ ВАРИКОЗНІЙ ХВОРОБІ ВЕН НИЖНІХ КІНЦІВОК

Вступ. Варикозна хвороба є найбільш поширеним захворюванням судин нижніх кінцівок, що супроводжується рядом клінічних проявів та ускладнень (тромбофлебіти, кровотечі, трофічні порушення шкіри та виразки), які значно знижують працездатність і якість життя хворих. Значна тривалість лікування, тяжкість клінічного перебігу хвороби, виражені функціональні, органічні та косметичні порушення, висока частота тимчасової втрати працездатності та інвалідизації хворих даної нозології потребують розробки сучасних програм фізичної реабілітації.

Результати дослідження. У комплексній реабілітації хворих із судинною патологією широко застосовують масаж. Різноманіття використовуваних у масажі прийомів дозволяє здійснювати вплив на органи в широкому діапазоні – від дуже слабкого до досить сильного. Тривалість процедури масажу 20 – 25 хвилин. Масаж застосовують щодня. Курс масажу складається з 15 – 20 сеансів і повторюється регулярно через 1,5 – 2 місяці. Масаж і самомасаж ніг рекомендують виконувати два рази – зранку і ввечері. Масажують стегно, колінний суглоб, гомілку, ахіллове сухожилля і стопу [1].

Стегно масажують від колінного суглоба до пахової зони в положенні сидячи боком на ліжку (або дивані), масажована нога випрямлена на ліжку (або дивані), а інша опущена вниз; сидячи на стільці або на підлозі; лежачи боком на килимі. Порядок виконання прийомів масажу: погладжування, вижимання, погладжування, розминка, погладжування, струшування, погладжування, розтирання, погладжування. Ударні прийоми протипоказані.

Колінний суглоб масажують сидячи на ліжку або килимі, випрямивши ногу. Порядок виконання прийомів масажу: погладжування, розтирання, погладжування, активні рухи і погладжування. Гомілку масажують від кісточок до колінного суглоба в положеннях сидячи, нога зігнута в коліні, розгорнута назовні, п'ята лежить на коліні іншої ноги; сидячи, зігнувши ногу в коліні, спираючись п'ятою в що-небудь. Порядок

виконання прийомів масажу: погладжування, розминка, погладжування, вжимання, погладжування, струшування, погладжування.

Самомасаж ахіллового сухожилля проводять від п'яти до середньої третини гомілки в положенні сидячи, п'ята пацієнта ноги лежить на коліні іншої ноги, стегно розгорнуто назовні. Прийоми самомасажу: погладжування, розтирання, погладжування, рухи в гомілковостопному суглобі в усіх напрямках, погладжування [2].

Самомасаж стопи проводять у тому ж вихідному положенні, що і при масажі ахіллового сухожилля, причому окремо масажують п'яту, підшву, тильну поверхню стопи, а іноді й пальці. Прийоми самомасажу: погладжування, розминка, погладжування, розтирання, погладжування. Наостанок виконують погладжування всієї ноги (у положенні стоячи, масажована нога зігнута в колінному і тазостегновому суглобах, стоїть на табуретці) від голеностопу до паху. Усі прийоми самомасажу виконують по 4 рази, потім масажують іншу ногу. Після самомасажу рекомендується 3 – 5 хвилин спокійно полежати з витягнутими і піднятими ногами.

У процес відновлювального лікування хворих на варикозне розширення вен активно включають також фізіотерапевтичні засоби. Електрофорез застосовується для введення ліків, при цьому можливе застосування не лише постійного струму, але й випрямленого синусоїдального струму. Співна виправдане призначення електрофорезу з гепарином 10000 одиниць, з розчинами діметоксиду, тіосульфату натрію на зону запального інфільтрату на 20 – 30 хвилин до 10 процедур. Після венектомії рекомендують електрофорез венотоніків (гінкор-форт, детралекс). Використовують електрофорез гіпокоагулянтів і дезагрегантів (10000 одиниць гепарину, 5% розчин ацетилсаліцилової кислоти, 1% розчин нікотинової кислоти, фібринолізин). Використовують повздожню методу: розташовують неактивний електрод у проксимальній частині кінцівки, що не охоплена варикозним процесом, це посилює лімфодренаж. Сила струму 10 – 12 МА, тривалість 15 – 20 хвилин, на курс 10 – 15 процедур.

Широко застосовується електрофорез анальгетиків та розсмоктуючих препаратів, електрофорез протеолітичних ферментів, прокладки площею 200 – 300 см², сила струму – 10 – 15 МА, тривалість 15 – 20 хвилин, щодня, на курс 8 – 10 процедур [2].

При тропічних порушеннях у тканинах кінцівок використовують ампліпульстерапію – вплив синусоїдальних струмів, що викликають ритмічне скорочення міофібрил, при цьому стимулюють мікроциркуляцію, покращують живлення тканин, сприяють їх заживленню. Методика: режим I, рід роботи – III і IV, період – 2 – 3 с, частота – 80 – 100 Гц, глибина – 75 – 100 %, сила струму – вібрація, по

7– 8 хвилин кожним родом роботи, через день, 10 процедур. Для загоєння трофічних язв можливе застосування апарату «Вітафон».

Вібротерапія – це лікувальний вплив механічних коливань на тканини, вібрація м'язів призводить до виразних змін кровотоку та покращення венозного відтоку.

Рекомендують також курсову дію гальванічного струму за Вермелем ($0,03\text{mA}/\text{cm}^2$). Курсову гальванізацію (10 процедур) нижніх кінцівок за Вермелем рекомендується використовувати як метод, який прискорює загоєння післяопераційних швів після венектомії у хворих на варикозну хворобу вен нижніх кінцівок.

Як протизапальний засіб використовують електричне поле УВЧ у слаботепловій дозі. При цьому активуються процеси окислення в клітинах, знижується проникність капілярів, активність медіаторів запалення. Електричне поле УВЧ застосовують після венектомії на ділянку післяопераційного шва, тангенціально або повздовжньо, зазор – 1 – 2 см, доза оліготермічна, тривалість – 10 хвилин, щодня, потужність – 60 – 70 Вт, на курс 10 процедур.

Високоінтенсивна сантиметрова терапія застосовується з метою посилення швидкості кровотоку, покращення гемодинаміки. Проводять 10 процедур тривалістю 10 хвилин [3]. Акупунктуру можуть проводити як знеболюючу процедуру при трофічних язвах шляхом впливу на біологічно активні точки голками.

Діадинамометрія – лікування постійними струмами з імпульсами 50 та 100 Гц (струми Бернара). Сила струму підбирається індивідуально з урахуванням суб'єктивних відчуттів хворого. Під час процедури досить часто виникає "звикання", це дає можливість протягом 2 – 3 хвилин поступово збільшувати силу струму в 2 – 3 рази. Тривалість процедури при одній локалізації електродів – 4 – 6 хвилин. Якщо треба подіяти на кілька точок, то тривалість збільшується до 10 – 15, а іноді до 20 – 30 хвилин. Курс лікування – 4 – 6 процедур.

Магнітотерапія застосовується з метою покращення мікроциркуляції в кінцівці, утворення коллатералей; використовуються апарати «Алімп», «Магнітер», «Полюс». Магнітно-інфрачервона лазерна терапія на апаратах серії «Рикта» у вигляді локального опромінення крові застосовується для покращення мікроциркуляції та реологічних властивостей крові [1, 3].

Лазерне випромінювання позитивно діє на антиоксидантну систему, ліпідний обмін, має знеболювальний, антигіпертензивний ефекти, поліпшує реологічні властивості крові, мікроциркуляцію, імунний статус пацієнта. Існують різні методики лазеротерапії.

При неускладнених формах варикозної хвороби корисні також

водні процедури, особливо плавання, контрастний душ, теплі ванни для ніг.

Відновлювальне лікування хворих на варикозне розширення вен у початковій фазі здійснюється з обов'язковим застосуванням еластичної компресії, що накладається ранком у ліжку на злегка підняту ногу. Бинтування починають від пальців стопи. *Терапевтичний ефект еластичної компресії зумовлений наступними основними механізмами:* 1) зниженням патологічної венозної «ємності» нижніх кінцівок, зумовленої компресією між'язових венозних сплетень і перфорантних вен; 2) покращенням функціональної спроможності відносно недостатнього клапанного апарату в зв'язку із зменшенням діаметру вени, внаслідок чого зростає швидкість кровотоку; 3) зростанням зворотного всмоктування тканинної рідини у венозному коліні капіляру і зниженням фільтрації в артеріальному за рахунок підвищення тканинного тиску.

Зазначимо, що важливими засобами профілактики варикозної хвороби є виробнича гімнастика, мікропаузи, тимчасові зміни місця роботи – переведення з роботи стоячого типу на роботу сидячого типу або навпаки, носіння зручного взуття на невисоких підборах.

Висновки. Істотна роль у попередженні подальшого розвитку варикозного розширення вен належить лікувальній фізкультурі, різним видам масажу, апаратній фізіотерапії. Відновлювальне лікування хворих на варикозне розширення вен здійснюється з обов'язковим застосуванням еластичної компресії, що включає чотири класи компресійних виробів і за призначенням поділяється на профілактичні й лікувальні.

Список використаних джерел:

1. Вейсс М. Физиотерапия / М. Вейс, А. Зембарото. – М. : Медицина, 2006. – 495с.
2. Вербов А. Ф. Лечебный массаж / А. Ф. Вербов. – М. : Селена, 2007. – 288 с.
3. Галига Т. М. Комплексне лікування варикозної хвороби нижніх кінцівок, ускладненої трофічними виразками : дис... канд. наук: 14.01.03 / Галига Т. М.. – М., 2009. – 147 с.

Стародуб Анатолій Валерійович,
студент 4 курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Бойко Галина Миколаївна,
д.пед.н., професор, завідувач кафедри
фізичної реабілітації і фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ЛІКУВАЛЬНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ПРИ ОСТЕОАРТРОЗІ КОЛІННОГО СУГЛОБА

Вступ. Остеоартроз є поширеним захворюванням суглобів, частота розвитку якого зростає, що робить проблему його вивчення та реабілітації однією з найважливіших в артрології. Метою фізичної реабілітації осіб з остеоартрозом колінного суглоба є досягнення стану полегшення симптоматики, зумовленої анатомічними змінами суглоба, поліпшення його функцій, а отже, – покращення якості життя хворих.

Результати дослідження. Важлива роль у відновлювальному лікуванні належить лікувальній фізичній культурі. Відповідно до особливостей захворювання ЛФК застосовують у два періоди. Завдання ЛФК у I період при деформуючих артрозах: розвантаження ураженого суглоба, збільшення суглобової щілини, зменшення болю; покращення крово- та лімфообігу, трофічних процесів в ураженому суглобі; розслаблення м'язів, усунення контрактур і збільшення амплітуди рухів; формування тимчасових компенсацій і підвищення загального тонусу організму. Використовують лікувальну і ранкову гігієнічну гімнастику, самостійні заняття 5 – 6 разів на день, гідрокінезотерапію [1].

Розвантаження ураженого суглоба і зменшення взаємотиску суглобових поверхонь досягають вихідним положенням під час виконання фізичних вправ, виключенням осьового навантаження на кінцівку. Лікувальна гімнастика проводиться в положенні лежачи і сидячи та складається із загальнорозвиваючих, дихальних, спеціальних вправ. До останніх відносять пасивні, активні з допомогою і без неї, вправи для ураженої кінцівки, що виконують у полегшених умовах, махові рухи у хворих суглобах і на розслабленні [2]. Вправи проводяться у повільному темпі й обмежуються амплітудою, що не викликає появи болю. Найкраще фізичні вправи робити в теплій воді, що сприяє усуненню спазму та розслабленню м'язів, ліквідації рефлекторних контрактур, зменшенню болю та збільшенню рухливості в ураженому суглобі. Протягом дня рекомендують пасивні зміни зігнутого і розігнутого положення для ураженого суглоба, можна робити манжетні витягання малим вантажем. Поступово біль зменшується і збільшується

амплітуда рухів в ураженому суглобі, хворому призначають напівпостільний режим і переходять до застосування ЛФК за II періодом.

У II період завдання ЛФК доповнюють. Вони спрямовані на зменшення атрофії м'язів, зміцнення м'язово-зв'язкового апарату ураженого суглоба, нормалізації його функції або формування постійних компенсацій; усунення дефектів постави і загальне зміцнення організму.

Лікувальна фізична культура при деформуючих артрозах має такі завдання: відновлення функції суглоба, попередження патологічних деформацій або стабілізація постійних компенсацій; зміцнення м'язів ураженої кінцівки, загальне збільшення сили і витривалості м'язів; покращення діяльності органів і систем організму, фізичної працездатності пацієнтів; адаптація до побутових і виробничих навантажень, попередження загострень захворювання. Використовують лікувальну і ранкову гігієнічну гімнастику, ходьбу, прогулянки, теренкур, рухливі ігри і на ранніх стадіях артрозу – спортивні ігри, плавання і вправи у воді. При доборі і виконанні фізичних вправ спочатку дотримуються правила розвантаження ураженої кінцівки. Потім навантаження на неї повинні бути щадними за характером з огляду на те, що процес не ліквідований і захворювання перейшло в стадію ремісії.

Ураховуючи, що остеоартроз колінного суглоба часто поєднується з остеохондрозом хребта, добирають спеціальні вправи, що застосовують при остеохондрозі хребта. При остеохондрозі хребта I період ЛФК проводять у фазі гострого перебігу захворювання. У цей час на перший план виступає біль і пов'язане з ним безперестанне рефлекторно-захисне напруження м'язів спини. Тому завдання ЛФК мають бути такими: розвантаження ураженої ділянки хребта і збільшення відстані між окремими хребцями, розслаблення м'язів спини та шиї; зменшення тиску на корінці спинномозкових нервів і зменшення болю; покращення кровотоку та лімфообігу в уражених сегментах, попередження спайкових процесів; підняття загального тону організму.

Під час занять лікувальною гімнастикою необхідно дотримуватися таких методичних принципів: активні рухи у гострий і підгострий періоди протипоказані, оскільки вони можуть призвести до компресії нервових і судинних утворень; їх вводять у заключний період і виконують у повільному темпі, без посилювання та напруження; усі вправи слід чергувати з вправами на розслаблення; для подолання наслідків протибольової анталгічної пози і больовою синдрому, що зменшували екскурсію грудної клітки, слід включати дихальні вправи; не допускати посилення больових відчуттів під час виконання фізичних вправ [2].

Комплекси лікувальної гімнастики будують з урахуванням анатомо-біомеханічних особливостей хребта. Насамперед це стосується вихідного

положення, від якого залежить внутрішньодисковий тиск в ураженій ділянці. Доведено, що він підвищується майже удвічі у вертикальному положенні. Тому в цей період усі вправи рекомендують виконувати у вихідних положеннях, що розвантажують хребет, – лежачи на спині, животі, боці і в упорі стоячи на колінах. Разом із цим обов'язково включають вправи на розслаблення м'язів тулуба і кінцівок, витягання хребта по його осі, що сприяє збільшенню міжхребцевих проміжків і діаметра міжхребцевих отворів, зменшенню компресії на нервові корінці та довколишні судини.

Природно, що протипоказані вправи на розгинання поперекового відділу хребта, нахили тулуба уперед більше як на 15 – 20°, що посилюють компресію на зв'язковий апарат, внутрішньодисковий тиск, зміщують диск, розтягують тканини і м'язи поперекової ділянки. Повністю виключають будь-які інші вправи, що збільшують рухливість у цьому відділі хребта і тим самим ще посилюють подразнення нервового корінця.

Для стабілізації ураженого відділу хребта, зміцнення м'язів тулуба, тазового пояса і кінцівок у заняттях використовують фізичні вправи статичного характеру, спочатку з малою експозицією (2 – 3 с), а згодом – із зростаючою. Для зменшення ймовірності зрушення хребців і пов'язаного з цим загострення остеохондрозу рекомендується під час занять фіксувати поперековий відділ хребта паском важкоатлета при локалізації на рівні D8 або ортопедичним корсетом при локалізації остеохондрозу вище цього рівня [2].

У заняття включають вправи для дистальних відділів нижніх кінцівок, у посиланні імпульсів до рухів, статичні і динамічні дихальні вправи; на розслаблення м'язів тулуба та кінцівок. Застосовують вправи, що сприяють розкриттю задньобокових відділів хребта, де розташовані корінці спинномозгових нервів. Такими вправами є: підтягування зігнутих ніг до живота у положенні лежачи на спині і т.д.; вигинання тулуба в упорі стоячи на колінах. Рекомендуються ізометричні напруження м'язів, тиск поперековою ділянкою на кушетку в положенні лежачи на спині, ноги зігнуті в колінах. Вони можуть посилюватися напруженням сідничних м'язів і м'язів промежини. Ці вправи збільшують внутрішньочеревний тиск і тим самим зменшують внутрішньодисковий. Усі вправи виконуються вільно, без зусиль, різких рухів, у повільному темпі, з малим числом повторень, з паузами для відпочинку, без стомлення м'язів хворої кінцівки і поперекової ділянки.

У III період, коли запальні явища та біль в ураженому сегменті зменшуються і покращується загальний стан хворого, ЛФК має такі завдання: зміцнення м'язів ураженого відділу хребта і тулуба;

відновлення правильних анатомо-фізіологічних положень уражених сегментів; рухливості хребта і навичок правильної постави; підготовка хворого до побутових і трудових навантажень.

Вправи виконують із вихідних положень, що розвантажують хребет. Вихідне положення сидячи при остеохондрозі попереково-крижового відділу виключають через збільшення внутрішньодискового тиску, а стоячи використовують мінімально лише для відновлення навичок правильної постави і навчання ходьби. Протипоказані різкі вправи і рухи, що струшують хребет.

Зміцнення м'язів тулуба виконують у положенні лежачи на спині, їх можна ускладнювати легкими обтяженнями й опором. Обережно виконують ротаційні рухи і розгинання хребта, виключаючи нахили вперед. Обов'язково як у цьому, так і в наступних етапах лікування застосовують вправи на розслаблення. При покращанні стану хворого призначають лікувальну ходьбу, під час якої хворому необхідно намагатися підтримувати правильну поставу. Його вчать ходити без опори, переступати через предмети, ходити по східцях.

Висновки. Застосування лікувальної фізичної культури, як методу фізичної реабілітації, сприяє підвищенню ефективності реабілітації хворих на остеоартроз, скороченню термінів лікування, подовженню періоду ремісії, запобіганню інвалідизації.

Список використаних джерел:

1. Горбатюк С. О. Фізична реабілітація при травмах опорно-рухового апарату : навч. посібник / С. О. Горбатюк. – Рівне, 2008. – 200 с.
2. Коваленко В. Н. Остеоартроз : практическое руководство. – 2-е издание, переработанное и дополненное / В.Н. Коваленко, О.П. Барткевич. – К., 2005. – 592 с.

Стрельчик Антон Миколайович,

студент 5 курсу спеціальності «Фізична реабілітація»,

Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,

к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної

реабілітації та фізичного виховання,

Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОСОБЛИВОСТІ АДАПТИВНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ІЗ ДЕПРИВАЦІЄЮ ЗОРУ

Вступ. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, щороку кількість людей з вадами зору у світі зростає на 1 мільйон осіб, кожні 5

секунд одній дорослій людині діагностується порушення зорового аналізатора, кожна хвилину – одній дитині. Осіб із депривацією зору нині в Україні нараховується близько 300 тисяч.

Аналізуючи різноманітність нозологій зорового аналізатора, вчених [1, 2] показали, що в молодших школярів із послабленим зором спостерігаються достатньо різноманітні стани зорової дисфункції. Це зумовлено передусім клінічними формами та ступенем патології. До даної категорії належать діти з такими захворюваннями, як міопія (короткозорість) – приблизно у 30,2%, ністагм – 25,5%, астигматизм – 25,5% та косоокість – 23,2% [2].

З огляду на значну розповсюдженість патології зору серед дітей шкільного віку, необхідність пошуку найбільш ефективних шляхів корекції їхнього психомоторного розвитку та недостатню розробленість у науково-методичній літературі досліджуваної проблеми в розрізі психофізичної реабілітації таких дітей розробка новітніх методик з впливом на рухову сферу дітей із депривацією сенсорних систем у процесі АФВ з використанням сучасних засобів та методів є актуальною і своєчасною.

Результати дослідження та їх обговорення. Аналіз літературних даних молодших школярів із депривацією зору [2] свідчить про те, що даний дефект ускладнює весь хід психофізичного розвитку. При порушенні зору рухові функції розвиваються на полісенсорній основі, коли в самоконтролі й саморегуляції рухів беруть участь поряд із зоровим аналізатором слухова, тактильна та м'язова чутливість. Недостатність зорової функції веде до виникнення вторинних порушень у поставі, робочій позі, координації й точності рухів, відчутті ритму. Значення психофізичного розвитку учнів молодших класів висуває перед сучасною теорією й практикою завдання розробки й використання найбільш ефективних засобів і методів АФК [2, 3].

Дані сучасних досліджень підтверджують теоретичне положення про те, що цілеспрямовані й дозовані фізичні вправи є потужним засобом корекції та компенсації недоліків у фізичному, психологічному та функціональному розвитку дітей з депривацією зору. Доцільність використання фізичних вправ пов'язана зі значною роллю м'язової системи в життєдіяльності дитини. Раціонально використовуючи різноманітні засоби і методи адаптивного фізичного виховання, можна не тільки компенсувати недоліки фізичного розвитку та рухової сфери дітей з порушеннями зору, але й отримати позитивний прогноз щодо поліпшення зорових функцій, підвищення якості їхнього життя [1, 2, 3].

Підбір засобів АФК й обґрунтування їх регламентації здійснюються з урахуванням особливостей кістково-м'язової системи дітей молодшого

шкільного віку із депривацією зору, рухового режиму, протипоказань, спеціальних педагогічних принципів адаптивного фізичного виховання (єдність діагностики та корекції, диференціації та індивідуалізації, урахування специфіки офтальмологічної патології, компенсаторного спрямування педагогічного впливу, адекватності, оптимальності та варіативності педагогічного впливу), реакції організму на фізичне навантаження, раціонального поєднання засобів АФК [1, 3].

Основні завдання адаптивної фізичної культури для дітей із депривацією зору спрямовані на розвиток здатності цілеспрямовано переміщатися у просторі, формувати уміння взаємодії з навколишнім середовищем, забезпечити максимальну свободу, ефективність, економічність і безпеку рухової активності. До спеціальних завдань відносять: розвиток статичної і динамічної рівноваги, сприйняття навколишнього середовища окремими сенсорними системами, а також сприйняття простору в цілому; вдосконалення навиків орієнтування у просторі за допомогою неушкоджених сенсорних систем; ліквідацію скутості й обмеження рухів; розвиток здатності відчувати й оцінювати швидкість рухів, їх амплітуду, ступінь напруження та розслаблення м'язів; удосконалення та розширення рухової уяви, рухової пам'яті, об'єму рухових умінь [1, 3].

Аналізом та систематизацією літературних джерел [2, 3] встановлено, що основними засобами АФК для дітей молодшого шкільного віку з депривацією зору є вправи для хребта, дихальні вправи, ритмічна гімнастика, рухливі ігри, аеробіка, вправи на розслаблення, плавання, вправи для очей та різні елементи спортивних ігор (гандбол, торбол, міні-футбол).

Узагальненням та систематизацією літературних джерел [1, 2, 3] науково доведено, що заняття АФК повинні проводитися з використанням тифлологічних приладів, які поліпшують орієнтування дітей молодшого шкільного віку з депривацією зору і забезпечують безпеку під час занять. Тифлотехніка фізичної культури – це сукупність тифлологічних приладів і пристосувань, що допомагають особам з вадами зору опановувати рухи тіла, займатися спортивною ходьбою, бігом, тобто бути соціально активними. Серед великого арсеналу виділяють тактильні й вібраційні дисплеї, візуальні дисплеї для слабозорих, полісенсорні діагностичні пристрої, засоби оптичної корекції, аудіовізуальні прилади й апарати, що запам'ятовують електронно-оптичні системи, спеціальні замкнуті телевізійні пристрої з відеозаписом, апаратуру, призначену для визначення еталонів і порівняння.

У роботі з даною категорією дітей слід використовувати увесь арсенал методів навчання, однак, з огляду на особливості сприйняття

ними навчального матеріалу, є деякі розбіжності у прийомах. Вони змінюються залежно від фізичних можливостей дитини, запасу знань та умінь, наявності попереднього зорового та рухового досвіду, навичок просторового орієнтування, уміння користуватися залишковим зором [2, 3].

Висновки. Життєдіяльність дітей із депривацією зору має певну своєрідність у змісті й формах корекційно-виховної роботи, побудованій на основі диференційованого та індивідуального підходів до організації побуту, вільного часу дитини. Сучасна практична діяльність доводить, що для розвитку психомоторної функції дітей молодшого шкільного віку з депривацією зору слід дотримуватись таких методичних принципів: урахування основного дефекту, індивідуальних вікових і психомоторних особливостей розвитку; комплексного підходу до корекції психомоторної функції; компенсаторної спрямованості педагогічних впливів з опорою на збережені аналізатори; адекватності, варіативності, комплексності підбору засобів та методів адаптивної фізичної культури психофізичним можливостям означених дітей.

Список використаних джерел:

1. Бегидова Т.П. Основи адаптивної фізической культури : учеб. пособие / Т.П. Бегидова. – М. : Фізкультура и спорт, 2007. – 192 с.
2. Дяченко А.А. Особливості фізичного розвитку молодших школярів з послабленим зором / А. А. Дяченко // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2009. – № 4. – С. 69–73.
3. Евсеев С.П. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева. – М. : Сов. спорт, 2013. – 388 с.

Ткаченко Альона Миколаївна,
студентка 4 курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,
к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

МЕХАНІЗМ ВПЛИВУ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ НА ОРГАНІЗМ ХВОРИХ З АРТЕРІАЛЬНОЮ ГІПЕРТЕНЗІЄЮ

Вступ. За статистикою до 70 – 80% студентської молоді мають ті чи інші відхилення у стані здоров'я, а 30 – 50% – незадовільну фізичну

підготовленість. Одне з перших місць у структурі захворюваності юнаків і підлітків належить хворобам серцево-судинної системи, серед яких особливе місце займають різні порушення судинного тону, хвороби і стани, що проявляються змінами показників артеріального тиску. Тому дуже важливо в навчальний період своєчасно виявити студентів із відхиленнями у стані здоров'я, які мають ознаки захворювання артеріальною гіпертензією.

Результати дослідження. Клінічні спостереження та практичний досвід показують, що контингент студентів із відхиленнями у стані здоров'я особливо потребує застосування засобів фізичної культури при оздоровленні, а не виправдані звільнення від фізичної культури лише шкодять здоров'ю.

Звільнення студентів від занять фізичними вправами може мати лише тимчасовий характер. Тимчасове звільнення від занять або їх обмеження бувають необхідними, коли небажано активізувати фізіологічні процеси в організмі: після перенесених гострих та загострень хронічних захворювань, при загальному важкому стані, високій температурі, сильних болях, інтоксикації.

Лікувально-відновна дія фізичних вправ ґрунтується на їх здатності чинити загальнотонізуючу, трофічну, компенсаторно-приспосувальну і нормалізуючу дію. Призначення ЛФК підвищує впевненість у добром прогнозі перебігу захворювання, поліпшує психоемоційний стан хворого. Під час виконання адекватно дібраних фізичних вправ, які відповідають можливостям серцево-судинної системи, відбувається формування тимчасових зв'язків між м'язовим апаратом і системами, що забезпечують перебіг цієї реакції (серцево-судинна, дихальна, кров та ін.). Ці зв'язки виникають на основі рефлекторного принципу координації за участю моторних структур кори, довгастого, середнього мозку та сегментарного рівня спинного мозку, з вибіркоким включенням відповідних м'язових груп та підключенням вегетативних центрів регуляції серцево-судинної, дихальної систем та ін.

Систематичність, поступовість у дозуванні та індивідуалізація добору фізичних вправ забезпечують утворення в корі великого мозку фізіологічної доміанти збудження, під впливом якої за законами негативної індукції відбувається затухання іншого патологічного вогнища збудження. Завдяки цьому механізмові здійснюється корекція нейрогенних порушень на рівні підкоркових утворень за рахунок вирівнювання процесів збудження та гальмування, що спостерігається у хворих на гіпер- та гіпотензію.

Через неврогенний механізм регуляції відбувається активація гормонально-гуморальної ланки, яка виявляє свій модулюючий вплив на

клітинному та молекулярному рівнях. Унаслідок м'язової діяльності розширюються коронарні судини, прискорюється кровообіг, збільшується кількість функціонуючих капілярів у міокарді, підвищується потужність систем енергозабезпечення та транспорту іонів. На тлі прискореного кровообігу поліпшуються трофічні процеси у серцевому м'язі, він зміцнюється, посилюється його скоротлива здатність.

Унаслідок виконання фізичних вправ удосконалюються мікронасосні властивості скелетних м'язів та міокарда. Завдяки цьому механізмові здійснюється дві функції: внутрішня – самозабезпечення кров'ю скелетних м'язів і міокарда та зовнішня – підсмоктування артеріальної крові, проштовхування по внутрішньому м'язових капілярних судинах та нагнітання венозної крові з потенційною силою, яка перевищує максимальний артеріальний тиск. Скелетні м'язи допомагають серцю забезпечити нормальну циркуляцію крові по великому і малому колу кровообігу. Наслідком занять ЛФК є підвищення еластичності судин, зниження периферичного кровообігу. Під час м'язової діяльності посилюється утворення різних біологічно активних речовин, які справляють стимулюючий вплив на роботу різних органів і систем.

Із судинної стінки у кров виділяється простагліцилін, який дає вазодилататорний ефект, при цьому підвищується концентрація різних антикоагулянтів у кров'яному руслі і фібринолітиків, які поліпшують реологічні властивості крові та стан мікроциркуляції. М'язова діяльність сприяє економізації роботи серця. Тривале виконання фізичних вправ у аеробному режимі забезпечує стимулюючий вплив на процеси окисного фосфорилування, зумовлюючи зниження у крові кількості аерогенних ліпідів, нормалізує загальний обмін речовин, завдяки чому можна досягти зворотного розвитку атеросклерозу в разі його початкових проявів.

На тонуус холін- чи адренергічних систем, порушення яких визначають у хворих на гіпертонічну хворобу, здатні здійснити диференційований вплив спеціальні дихальні вправи. Для цього регулюють вдих чи видих, а також затримують після них дихання. За допомогою таких дихальних вправ можна зберегти рівновагу між тонуусом парасимпатичної та симпатичної частин вегетативної нервової системи, що забезпечить підтримку артеріального тиску на рівні оптимальних величин. Суттєво, що попереднє тренування стійкості до гіпоксії значною мірою запобігає порушенням, які відбуваються в серці під впливом стресу.

Під час проведення оздоровчо-тренувальних занять при захворюваннях серцево-судинної системи необхідно застосовувати дихальні вправи, які в комплексі слід чергувати з активними вправами.

Вони сприяють відпочинку серця, зменшують кількість скорочень, ліквідують задишку, зменшують загальну втому.

При проведенні занять ЛФК необхідно поступово збільшувати навантаження на організм, що здійснюється за рахунок: поступового збільшення кількості повторів однієї і тієї ж вправи, як це визначено у комплексах; збільшення темпу виконання; збільшення кількості вправ, у т. ч. нових вправ того ж типу і тієї ж фізіологічної дії; зміни вихідного положення [1].

Наступним важливим методичним моментом при проведенні оздоровчо-тренувального заняття при артеріальній гіпертензії є використання принципу розсіювання фізичного навантаження на організм, що полягає в чергуванні вправ на різні частини тіла. У комплексі доцільно видозмінювати вправи, оскільки вправи, що проводяться тривалий час, переходять у автоматичне виконання і не мають необхідного впливу. Необхідно також суворо дозувати фізичне навантаження для осіб із серцево-судинною патологією, оскільки надмірна капіляризація м'язів після фізичного навантаження у малотренованих або недостатньо тренуваних хворих ускладнює діяльність серця.

Існує чотири механізми лікувальної дії фізичних вправ. Тонізуюча дія – підвищення загального тону та тих органів, у яких він є зниженим за рахунок відновлення моторно-вісцеральних рефлексів. Тонізуюча дія фізичних вправ виражається перш за все у стимуляції моторно-вісцеральних рефлексів. Спеціально підібрані вправи здатні посилювати процеси збудження чи гальмування в ЦНС і тим самим сприяють відновленню рухливості та врівноваженості нервових процесів. Це покращує регулюючі властивості, активізує діяльність ендокринних залоз, стимулює вегетативні функції та обмін речовин за механізмом моторно-вісцеральних рефлексів.

Трофічна дія виявляється у прискоренні місцевого кровообігу і постачанні поживних речовин, внаслідок чого відбувається заміщення сформованого дефекту або патологічних змін у тканинах новими тканинними структурами. У працюючих м'язах спостерігається розширення та збільшення кількості працюючих капілярів, посилюється приплив насиченої киснем артеріальної крові та відтік венозної крові, покращується лімфообіг. Через це швидше розсмоктуються продукти запалення, попереджується утворення спайок і розвиток атрофій. Однак слід пам'ятати, що надмірна дія фізичних вправ може порушити нормальне протікання регенерації [2].

Компенсаторна дія здійснюється при порушенні функцій організму. Компенсації формуються довільно і негайно, якщо хвороба є

небезпечною для життя людини. Якщо компенсації не потрібні для збереження життя, то їх слід формувати свідомо. Компенсаторні можливості безмежні: значних спортивних результатів досягали навіть люди з вадами серця, але хвороба завжди обмежує фізичні, психічні та соціальні можливості людини [3].

Нормалізуюча дія фізичних вправ – це гальмування або повна ліквідація патологічних умовно-рефлекторних зв'язків та відновлення нормальної регуляції діяльності всього організму. В основі нормалізації патологічних змін функцій лежить порушення сформованих нервових зв'язків і відновлення таких, які притаманні здоровому організму [1, 2].

Висновки. Таким чином, фізичні вправи є дієвим засобом лікування захворювань, зокрема артеріальної гіпертензії у підлітків. Вони зміцнюють здоров'я, підвищують захисні сили організму, сприяють усуненню або компенсації патологічних порушень, підвищують фізичну і розумову працездатність. Перспективи подальших досліджень ми пов'язуємо з розробкою методики проведення занять із фізичного виховання для студентів з артеріальною гіпертензією.

Список використаних джерел:

1. Дубровский В. И. Лечебная физкультура и врачебный контроль / В. И. Дубровский. – М. : МИА, 2006. – С.135–137.
2. Епифанов В. А. Лечебная физическая культура / В. А. Епифанов. – М. : Медицина, 2005. – 589 с.
3. Мухін В. М. Фізична реабілітація / В. М. Мухін. – К. : Олімпійська література, 2000. – 423 с.

Ткаченко Валерія Андріївна,
студентка 5 курсу спеціальності «Спеціальна освіта»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,
к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОСОБЛИВОСТІ ЗАГАРТУВАННЯ У ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧІЙ РОБОТІ УЧНІВ МОЛОДШИХ КЛАСІВ

Вступ. Формування, розвиток і збереження здоров'я дітей значною мірою залежить від упровадження здорового способу життя, що для України з високою захворюваністю учнів молодших класів є актуальною

проблемою. Тому найперспективніший та економічно вигідний для суспільства шлях зміцнення здоров'я дитячого населення пов'язаний із широким упровадженням фізкультурно-оздоровчих технологій (М.Е. Nelson, 2008; Ю.Ю. Борисова, 2009; Л.А. Хохлова, 2010).

Загальновідомою є роль загартовуючих процедур у розвитку здоров'я дітей молодшої школи: чим раніше починається процес загартовування, тим міцнішими вони стають (Т.Ю. Круцевич, 2006; В.А. Романенко, 2005; С.А. Білітнюк, 2006; О.В. Багінська, 2008).

Захист організму дитини від зовнішніх температурних впливів і фізіологічна адаптація до них є в даний час дуже своєчасною для наукових розробок у сфері фізичного виховання і спорту, медичній галузі. Особливої актуальності набувають наукові дослідження з оптимізації заходів, що загартовують, у різних формах фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями молодших класів [1, 2].

Критерієм оцінки комплексної дії загартовуючих процедур на організм дитини є ступінь розвитку адаптивних можливостей, що позначається на рівні здоров'я (І.В. Муравов, 2003; В.П. Семененко, 2005; Ю.А. Маковкіна, 2008; А.В. Костенко, 2010). Адаптивність індивіда виявляється через такі його властивості: працездатність, опірність організму до несприятливих умов довкілля, сила волі та мужність, гармонія фізіологічних функцій та психологічних процесів. Постійна мінливість середовища вимагає оцінки і таких характеристик адаптивності дитини, як динамічність, безперервність та пластичність адаптивних процесів (О.І. Єрохіна, 2008; О.А. Новосолова, 2009; Л.С. Роговик, 2003; О.О. Шумская, 2008).

Під час оцінки теплових і охолоджувальних впливів у природних і побутових умовах є труднощі і виникають навіть парадоксальні ситуації, що визначаються двома основними причинами – мікрокліматичними чинниками і нестабільністю теплового обміну дитини (К.П. Іванов, 2000; С.А. Неборський, 2008 та ін.). У реальних умовах повсякденного життя діти все частіше відчувають температурні перепади довкілля, які можуть викликати як переохолодження організму, так і його перегрівання.

Через низьку або високу температуру повітря у приміщеннях школи діти часто відчувають напруження системи терморегуляції, яка посилюється ще й додатковими чинниками – вологістю, рухливістю повітря, радіаційними умовами приміщення тощо. На думку ряду авторів [1, 2], фізіологічна адаптація складає могутній резерв організму. Підвищення імунобіологічної здатності організму може сприяти розвитку швидкої та адекватної відповіді як на термінальні впливи довкілля, так і на зміни енергетичних режимів самого організму дитини.

Результати дослідження. Аналізом та систематизацією науково-методичної літератури доведено, що загартування – ефективний немедикаментозний засіб, що дозволяє тренувати дитячий організм, удосконалювати його захисні механізми і підвищувати здатність протистояти патологічним змінам у ньому [1, 2].

Дані спеціальної літератури свідчать про значну кількість джерел, присвячених вивченню впливу загартовуючих процедур на організм дитини (А.П. Латов, 2001; Ю.Г. Фіронов, 2007; Н.А. Тупчий, 2008; Т.А. Гончарова, 2012 та ін.). Однак у доступній нам літературі ми не зустріли джерел, що розкривають особливості впливу різних засобів загартування на організм дітей молодшого шкільного віку з різним рівнем фізичного стану.

На основі аналізу літературних джерел, на підставі лікарсько-педагогічного контролю запропоновані рекомендації проведення фізкультурно-оздоровчих заходів з використанням елементів загартування в умовах школи. Дихальну гімнастику рекомендується об'єднувати із загальнорозвиваючими, спеціальними та корегуючими вправами і виконувати за системою йоги (повне дихання, «ха»-дихання, затримка дихання) [2].

Особлива увага приділяється правильній організації самостійної рухової діяльності як невід'ємній частині фізкультурно-оздоровчої роботи. При цьому дотримуються таких вимог: збільшення часу для самостійної рухової діяльності; відповідності приміщень або майданчиків санітарно-гігієнічним вимогам та правилам техніки безпеки; використання під час занять фізичними вправами стандартного і нестандартного обладнання, апаратури, різноманітної атрибутики, сучасних новітніх технологій (А.П. Латов, 2001; Ю.Г. Фіронов, 2007; Н.А. Тупчий, 2008; Т.А. Гончарова, 2012).

Фізкультурно-оздоровчу роботу рекомендують проводити в тісному контакті з родиною. Складається індивідуальний план роботи для кожної родини, надаються конкретні рекомендації щодо проведення спільних загартовуючих заходів. Наприклад, після сну і гігієнічних процедур дітям пропонується ходити босоніж по підлозі, після чого вони виконують комплекси рекомендованих дихальних вправ, елементів а потім – біг на місці в умовах добре провітреного приміщення. У теплу пору року оздоровчий біг пропонують проводити на свіжому повітрі, а дозовану ходьбу, як чинник оздоровлення, – використовувати протягом цілого року [1, 2].

Система загартовуючих процедур у зимову пору року передбачає використання повітряних ван під час підготовки до сну, а також під час проведення таких фізкультурних заходів: миття рук до ліктів (вдягання

«рукавичок» – намилювання рук до ліктів і змивання мильної піни) та шиї прохолодною водою під час гігієнічних процедур; ігор з водою в довільній діяльності (кожна дитина повинна грати два-три рази на тиждень з використанням іграшок, пальчикових вправ); ходьби босоніж на фізкультурних заняттях; прогулянок двічі на день. У теплу пору року система оздоровчих процедур доповнюється сонячними ваннами, ходьбою босоніж по землі, мокрій траві, іграми в літньому басейні тощо [1].

Встановлено, що оздоровча ефективність використання різних поєднань засобів загартування в молодшому шкільному віці залежить від початкового рівня фізичного стану за обов'язкового урахування вікових особливостей терморегуляції. Усі використані процедури, що загартовують, певною мірою сприяють підвищенню рівня фізичного стану та основним механізмам опірності організму.

Висновки. Захворюваність молодших школярів в останні десятиліття залишається високою, і виникла необхідність у вивченні реакції їхнього організму на значні перепади температури довкілля. Особливої актуальності набувають наукові розробки з оптимізації заходів, що загартовують, у різних формах фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми. Для оцінки ефективності процедур, що загартовують, спрямованих на підвищення загальної резистентності організму до застудних та інших захворювань, необхідне подальше вивчення характеру адаптаційних реакцій з боку фізіологічних систем терморегуляції організму учнів молодших класів.

Список використаних джерел:

1. Давиденко Е.В. Эффективность использования средств закаливания в младшей школьном возрасте / Е.В. Давиденко // Физическое воспитание студентом творческих специальностей : сб. науч. труд. / под ред. С.С. Ермакова. – Харьков : ХХПИ. – 2001. – №3. – С. 41–46.
2. Семененко В.П. Дослідження впливу окремих і комплексних процедур загартовування на здоров'я молодших школярів / В.П. Семененко // Молода спортивна наука України : збірник наукових статей з галузі фізичної культури та спорту. – Львів : ЛДДФК, 2004. – Вип. 8. – Т. 2. – С. 319–323.

Ткаченко Вікторія Миколаївна
студентка 3 курсу, спеціальності «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Вишар Євгенія Василівна,
старший викладач кафедри фізичної реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

КРАНІОСАКРАЛЬНА ТЕРАПІЯ ПРИ ПОПЕРЕКОВО- КРИЖОВІЙ ДЕКОМПРЕМІЇ

Вступ. Захворювання периферичної нервової системи в Україні за поширеністю посідають друге місце після цереброваскулярної патології серед хвороб нервової системи. Показник захворюваності складає 520 випадків на 100 тис. населення. Їм також належить провідне місце серед хвороб із тимчасовою втраатою працездатності [2].

Серед етіологічних факторів, що зумовлюють розвиток больових синдромів у нижній ділянці спини, найчастіше зустрічаються дегенеративні зміни в кістковій і хрящовій тканині — остеохондроз попереково-крижового відділу хребта. Це прогресуюче дегенеративне ураження міжхребцевого диска з реактивними змінами тіл суміжних хребців. Насамперед страждає пульпозне ядро диска. Ступово дегенеративні зміни поширюються і на фіброзне кільце, волокна якого випинаються, і через його щілини випадають фрагменти пульпозного ядра; випинання змінюється пролапсом — грижею диска. Розвиток корінцевого больового синдрому здебільшого зумовлюють задні випадання міжхребцевих дисків [1].

Спортсмени завжди знаходяться в групі ризику по травмі хребетного стовпа через високу фізичну активність. Будь то лижний спорт, баскетбол, футбол, гімнастика, фітнес, атлетика, теніс - хребетний стовп випробує значні навантаження, поглинаючи осьовий, ротаційний, згинальний тиск. Цей тиск викликає травматизацію структур хребетного стовпа. Хоча все навантаження під час фізичних активності розподіляється між усіма відділами хребта, оцінено, що 5-10% всіх спортивних травм пов'язано з поперековим відділом хребта. Багато випадків больового синдрому в попереку у спортсменів можуть бути викликані певною травмою, інші є наслідком повторних мікротравм [2].

Результати дослідження. Краніосакральна терапія - це метод м'якої мануальної терапії. Коли використовується м'який, злегка вловимий для людини (вагою в 5 грам) тиск на кістки черепа і крижі, при цьому терапевт вловлює ритми тіла людини, дисфункції які накопичуються протягом життя, і виправляє їх. При необхідності в

комплексі проводиться остеопатичне опрацювання хребта і внутрішніх органів, маніпуляції на черепних і периферичних нервах [1].

В основі терапевтичної дії методу лежить вплив на так звану краніосакральну систему. Краніосакральна система - це фізіологічна система організму людини, яка є напівзакритою гідравлічною системою і знаходиться всередині твердої мозкової оболонки, яка оточує головний і спинний мозок. Важливою функцією цієї системи є вироблення, циркуляція і всмоктування спинномозкової рідини. Мало які системи мають стільки впливу на організм людини, як краніосакральна система. Краніосакральна система пов'язана з нервовою, скелетно-м'язовою, ендокринною, серцево-судинною, імунною та дихальною системами. Проблеми хоча б в одній з цих систем впливають на краніосакральну систему, але, в свою чергу, успішно піддаються корекції за допомогою краніосакральної терапії. У цьому важливий цілісний підхід краніосакральної терапії. Показання до проведення краніосакральної терапії: головні болі, мігрень; хронічні болі в шії і спині; міофасціальний больовий синдром і інші проблеми м'язової та сполучної тканини; синдром скронево-нижньощелепного суглоба; сколіоз; затримка мовного і психомоторного розвитку у дітей; аутизм; перинатальні енцефалопатії; невроз; зниження імунітету, алергічна готовність; підвищена стомлюваність; хронічна втома; церебрастенічний синдром, в тому числі після черепно-мозкових травм; невропатії черепних нервів; внутрішньочерепна гіпертензія

Серед засобів для відновлення стану опорно-рухового апарату (ОРА) людини, особливо попереково-крижового відділу хребта, значне місце займають спеціалізовані методи краніосакральної терапії, які є одним із методів відновного лікування пошкоджень ОРА та їх наслідків – контрактури суглобів, дегенеративно-дистрофічні процеси в хребті тощо. Короткочасною чи тривалою терапією долається м'язова ретракція або здійснюється поступова розтягувальна дія на частини тіла людини для усунення контрактур і деформацій.

Краніосакральну терапію широко використовують у фізичній реабілітації хворих ортопедо-травматологічного й неврологічного профілю для зменшення протрузії фрагментів міжхребцевих дисків (МХД), при зсуві диска, викривленні хребта. Функції її при травмах і захворюваннях хребта – його розвантаження, збільшенням відстані між тілами хребців, зменшення патологічної напруги м'язів, зниження тиску всередині МХД, через що зменшується протрузія, збільшення вертикального діаметра між хребцевого отвору, призводячи до декомпресії нервового корінця, зниження набряку, усунення підвивиху в міжхребцевих суглобах із декомпресійним ефектом [1].

Висновки. Результати аналізу й узагальнення даних спеціальної літератури підтвердили провідне значення краніосакральної терапії в розв'язанні завдань щодо відновлення здоров'я хворих при лікуванні вертеброгенних попереково-крижових компресійних синдромів, однак її застосуванні у спеціалізованих лікувальних і реабілітаційних установах на сучасному етапі не забезпечує належного ефекту. Значною мірою це обумовлене незавершеністю розробок концептуальних ідей і положень формування змісту, організації, нормативного забезпечення такої діяльності; наявністю неоднозначних думок фахівців щодо застосування засобів краніосакральної терапії.

Доцільне подальше проведення досліджень і робіт щодо створення нових перспективних методів та засобів краніосакральної терапії, та їх упровадження в практику відновлення спортсменів після травм у шийному, грудному й попереково-крижовому відділах хребта, для профілактики травмування, зняття втоми в різних відділах хребта людини після інтенсивної праці, а також значних фізичних навантажень у різних видах спорту.

Список використаних джерел:

1. Мухін В. М. Фізична реабілітація / В. М. Мухін. – К.: Видавництво НУФВСУ «Олімпійська література», 2005. – 472 с.
2. Федоров С.М. Краніосакральна терапія: історія становлення і розвитку, теоретичні і практичні аспекти. Повідомлення 2 / С.М. Федоров, Л.Г. Зубрій // Збірник наукових праць співробітників НМАПО ім. П.Л. Шупика. – 2016. – Вип. 25. – С. 652-660

Харитонов Павло Володимирович,

студент 4 курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,

к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання,

Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПРИ ВЕГЕТО-СУДИННІЙ ДИСТОНІЇ

Вступ. Фізична реабілітація має першорядне значення у процесі відновлення. Основним засобом фізичної реабілітації є фізичні вправи й елементи оздоровчого спорту. Вони дають позитивний ефект, якщо є адекватними можливостям людини, що проходить курс реабілітації.

Фізичне навантаження, що багаторазово та систематично повторюється, поступово викликає в організмі людини позитивні функціональні, а часом і структурні зміни [1]. У результаті тренування можливе подальше підвищення фізичного навантаження та складності вправ. При цьому вдосконалюються рухові навички, розвиваються й удосконалюються сила, витривалість, швидкість, гнучкість, спритність. Ніякі інші засоби і методи реабілітації не можуть замінити фізичні вправи. У результаті тренування нормалізуються механізми регуляції, підвищуються адаптаційні можливості організму хворого до динамічно мінливих умов середовища, формуються нові і зміцнюються вже існуючі рухові навички [2].

Основна частина. Вегетативна нервова система (ВНС), інакше – автономна нервова система чи вісцеральна нервова система, – це відділ нервової системи, що регулює діяльність внутрішніх органів, залоз внутрішньої і зовнішньої секреції, кровоносних і лімфатичних судин. Вегетативна нервова система регулює стан внутрішнього середовища організму, управляє обміном речовин і пов'язаними з ним функціями дихання, кровообігу, травлення, виділення та розмноження [2].

Зміни, обумовлені збоjami в управлінні тонусом симпатичної і парасимпатичної систем (що належать до вегетативної нервової системи) з боку вищих вегетативних центрів, можуть призвести до розвитку вегетативної дистонії. Найчастіше вона виявляється в розладі серцево-судинної діяльності з розвитком судинної дистонії. У деяких людей вегетативна дистонія спостерігається від народження: вони погано переносять спеку або холод, при хвилюванні червоніють або бліднуть, покриваються потом. У дітей вегетативна дистонія може виявлятися в нічному нетриманні сечі. У дорослих (частіше у жінок) порушення регуляторних функцій вегетативної нервової системи іноді протікає у вигляді нападів – вегетативних кризів [2].

Вегетативна дисфункція (ВД, дисфункція вегетативної нервової системи, вегетативно-судинна дистонія) – умовний термін, який об'єднує різноманітні за походженням і проявами порушення вегетативних функцій організму, обумовлені розладом їх регуляції [2].

Вегето-судинна дистонія (ВСД) сьогодні – одна з провідних медичних проблем. Не стільки невропатологи, скільки лікарі інших спеціальностей – терапевти, гінекологи, хірурги – щодня зустрічаються з пацієнтами, які скаржаться на головні болі, слабкість, запаморочення, дзвін у вухах, безсоння вночі і сонливість удень.

Зустрічається вегето-судинна дистонія досить часто – як у дітей (12 – 25%), так і в дорослих (до 70%). Це наслідок того, що наростаючий темп сучасного життя вимагає значної віддачі внутрішніх ресурсів і сил у

процесі навчання і роботи. Гормональний сплеск і неузгодженість у швидкості розвитку м'язової і серцево-судинної систем у школярів накладаються на інтенсивність навчання, особливо під час іспитів. Підліток може скаржитися на запаморочення, нудоту, головний біль, на щастя, подібні нездужання не є дуже небезпечними і з віком минають самі [2].

У більшості дорослих людей вегето-судинна дистонія протікає мляво, загострюючись у міжсезоння, а також при емоційних зривах, перевантаженнях або ослабленні імунітету. Зазвичай ми не звертаємо на неї необхідної уваги – і марно, адже від перших симптомів ВСД (вегето-судинної дистонії) всього один крок до початкових проявів недостатності кровопостачання мозку, а це означає значне підвищення ризику інсульту – в 2 – 3 рази [2].

Локальних проблем, хвороб в організмі взагалі не буває, є лише локальні симптоми або синдроми прихованих системних порушень. Вегетативна нервова система з її центральними і периферійними структурами буквально пронизує весь організм, контролюючи його і знаходячись від нього в повній залежності. Тому для нормального її стану і функціонування дуже велике значення мають загальні оздоровчі заходи, до яких у першу чергу належить правильний спосіб життя з такими його складовими як розпорядок, достатня рухова активність, своєчасний і достатній відпочинок, здорове харчування, водні процедури, загартовування та ін. [1].

У даний час розкрито багато причин виникнення серцево-судинної патології, що дозволяє розробляти конкретні практичні рекомендації для лікування і профілактики цього захворювання [1].

Висновки. Нейроциркуляторна (вегето-судинна) дистонія – це хронічне захворювання, в основі якого лежить зрив адаптації та порушення регуляторної функції серцево-судинної та вегетативної нервової систем. Грунтуючись на даних літературних джерел, нами була виявлена доцільність складання програми фізичної реабілітації. Особливості даної програми мають полягати у використанні комплексу реабілітаційних заходів – лікувальної гімнастики, лікувального масажу та фізіотерапевтичних процедур при нейроциркуляторній дистонії. Необхідно враховувати особливості методики лікувальної гімнастики, лікувального масажу залежно від перебігу захворювання для хворих на нейроциркуляторну дистонію за гіпо- та гіпертонічним типом.

За умови успішного використання комплексних програм, які дозволяють підвищити ефективність лікування, можна скоротити термін відновлення нормальної життєдіяльності хворого залежно від віку, статі, фізичного стану.

Список використаних джерел:

1. Мухин В.М. Физическая реабилитация / В.М. Мухин. – К. : Медицина, 2000 – 422 с.
2. Кучанская А.В. Вегето-сосудистая дистония / А.В. Кучанская. – М. : Медицина, 2001 – 268 с.

Харченко Юлія Олександрівна,
студентка 4 курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права
Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,
к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ПРОФІЛАКТИКА ТА КОРЕКЦІЯ ПЛОСКОСТОПОСТІ В ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Вступ. Протягом останніх років проблема здоров'я дошкільнят серед основних медико-соціальних питань охорони здоров'я та виховання дітей активно обговорюється фахівцями різного профілю [1, 2]. Свідченням важливості проблеми діагностики, профілактики та лікування захворювань кістково-м'язової системи в дітей є тенденція до погіршення стану здоров'я, про що свідчать результати масових профілактичних оглядів. Плоскостопість, хоча і не належить до загрозливих для життя патологій, безсумнівно, впливає на якість життя людини будь-якого віку. Вирішення завдання з проведення своєчасної профілактики, а також усунення негативних наслідків даного захворювання, у тому числі у процесі реабілітації дитини, є важливим елементом як збереження функцій стопи, так і всього опорно-рухового апарату в цілому (Є. Б. Сологуб, Г.П. Виноградов, С.В. Никольська, Т. А. Гутерман, І. В. Пенькова та ін.).

Результати дослідження. У процесі організації роботи профілактичної та корекційної спрямованості особливу увагу необхідно приділяти профілактиці та корекції порушень з боку опорно-рухового апарату (дефектів постави, плоскостопості), оскільки серед функціональних відхилень вони мають найбільшу питому вагу [1, 2, 4].

Тісний зв'язок між станом опорно-рухового апарату (ОРА) і здоров'ям людини доведений численними науковими дослідженнями [1, 2, 3], де зазначається, що відсутність відхилень у стані ОРА є неодмінною умовою нормального функціонування органів і систем,

розвитку організму в цілому, підвищення працездатності дітей та зміцнення їх здоров'я.

Для збереження нормальної постави людини у процесі онтогенезу вирішальне значення мають не розміри і сила м'язів, а більшою мірою адекватне співвідношення м'язового тону, яке забезпечує функціональну доцільність будови людського тіла (А. В. Чоговадзе, Н.Н. Кожухова, Л.А. Рижкова, М.М. Борисова, І.В. Пенькова, О.М. Федоровська). Плоскостопість розглядається як порушення функцій стопи, яке зовні виявляється в опущенні склепінь стопи, що викликане послабленням м'язів і розтягуванням її зв'язок (М. Р. Сапін, Г. Л. Білич). Інші автори під плоскостопістю розуміють деформацію стопи, яка полягає у зменшенні висоти її склепінь у поєднанні з пронацією п'яти та супінаційною контрактурою переднього відділу стопи. У результаті опускається медіальний край стопи, патологічно розтягується її зв'язковий апарат, змінюється положення кісток; м'язи-супінатори, які відіграють важливу роль у підтримці склепіння стопи, слабшають і атрофуються (М. І. Фонарев, Т. А. Фонарева, Г. Г. Лукіна, О. М. Федоровська та ін.). Стопа є опорою, фундаментом тіла, тому природно, що порушення цього фундаменту обов'язково позначається на формуванні підростаючого організму. Зміна форми стопи не тільки викликає зниження її функціональних можливостей, а й, що особливо важливо, змінює положення тазу, хребта. Це негативно впливає на функції останнього, отже, – і на поставу та загальний стан дитини [1, 2, 3, 5]. Недостатній розвиток м'язів і зв'язок стоп несприятливо позначається на розвитку багатьох рухових дій у дітей, призводить до зниження рухової активності.

У дітей стопа знаходиться у стадії інтенсивного розвитку, її формування ще не завершено, тому будь-які несприятливі зовнішні впливи можуть призводити до виникнення тих чи інших функціональних відхилень. Разом з тим у цьому віковому періоді організм відрізняється великою пластичністю, тому можна порівняно легко призупинити розвиток плоскостопості або виправити його шляхом зміцнення м'язів і зв'язок стопи.

Успішна профілактика та корекція плоскостопості можливі на основі комплексного використання всіх засобів фізичного виховання – гігієнічних, природно-оздоровчих факторів і фізичних вправ (див. таблицю).

Засоби фізичного виховання	Характер використання
Природно-оздоровчі фактори	Ходіння босоніж по природних ґрунтових доріжках (траві, піску, гальці тощо), обладнаних на групових ділянках в теплу пору року; по штучних ґрунтових доріжках (ящики з промитою річковою галькою) в холодну пору року. Гартують процедури для стоп (сольова доріжка, обтирання стоп, контрастне обливання ніг, «ризький» метод, інтенсивне загартовування стоп) відповідно до індивідуальних особливостей дітей і за відсутності протипоказань, за наявності лікарського контролю.
Фізичні вправи	Спеціальні комплекси вправ, спрямовані на зміцнення м'язів стопи та гомілки, а також формування склепінь стопи. Особливістю є широке використання образних фізичних вправ (наприклад «Кошенята», «Каченята» тощо), вправ з предметами (обручем, м'ячем, скакалкою тощо).
Гігієнічні фактори	Гігієна взуття і правильний її підбір відповідно до призначення. Гігієнічне обмивання ніг прохолодною водою перед сном, після ходіння босоніж тощо.

Дуже важливо дотримуватися гігієни стопи. Щоденні обмивання ніг прохолодною водою та подальший масаж (самомасаж) стопи та гомілки корисні при плоскостопості [3, 5]. Стопу потрібно масажувати з кінчиків пальців, розтираючи шкіру та масажуючи м'язи, поступово піднімаючись вище по стопі та гомілці. Робота з профілактики та корекції плоскостопості в дітей повинна здійснюватися систематично. Вона включає щорічну діагностику стану склепінь стопи в дітей, створення повноцінного розвивального фізкультурно-оздоровчого середовища, забезпечення рекомендованого рухового режиму, дотримання гігієнічних умов, а також правильну організацію фізичного виховання та валеологічної освіти. З дітьми, у яких виявлена функціональна недостатність стоп, або плоскостопість, повинна проводитися індивідуальна робота, включаючи заняття лікувальною фізкультурою (ЛФК). Створення повноцінного розвивального фізкультурно-оздоровчого середовища передбачає наявність обладнання та реманенту, що сприяють зміцненню м'язів стопи та гомілки, позитивно впливають на

формування склепінь стопи (ребристі та похилі дошки, скошені поверхні, гімнастична стінка, мотузкові сходи, обручі, м'ячі, скакалки, масажні килимки, гімнастичні палиці, гімнастичні мати, велосипеди, педалі яких мають конусоподібний валик, призначений для формування склепіння стопи; спеціальні тренажери). Слід надати дітям можливість застосування зазначеного обладнання. Окрім того, в теплу пору року необхідно забезпечити можливість систематичного використання природно-оздоровчих чинників, наприклад, обладнати на групових ділянках природні ґрунтові доріжки (з піску, гальки, дрібного щебеню тощо). Організація роботи з профілактики та корекції плоскостопості передбачає комплексне використання засобів фізичного виховання, дозволяє домогтися значного зниження числа дітей, що мають деформацію стоп. Комплекси спеціальних вправ, спрямованих на зміцнення м'язів стопи і гомілки і формування склепінь стоп, можуть застосовуватися в різних частинах заняття з фізичної культури, а також в інших формах роботи з фізичного виховання, у процесі ранкової гімнастики, гімнастики після денного сну, як домашні завдання тощо. Найбільший ефект досягається тоді, коли вправи виконуються босоніж. Дозування фізичних вправ залежить від віку і рівня підготовленості дітей і може складати від 4 – 5 разів на етапі їх розучування до 10 – 12 разів на етапі закріплення і вдосконалення. З метою створення позитивного психоемоційного фону слід виконувати вправи під музику. Окрім того, необхідно використовувати наочні посібники (картки, картинки, малюнки), що відповідають сюжету комплексу. Все це сприятиме підвищенню інтересу й активності дітей, а отже, – більш якісному виконанню вправ. Цілеспрямоване виконання комплексів фізичних вправ у поєднанні з чинниками загартування, гігієнічними навичками і масажем (самомасажем) є потужним засобом не тільки профілактики плоскостопості, але й зміцнення всього організму дітей.

Висновки. Серед різних патологій нижніх кінцівок у дітей одне з перших місць займають статичні деформації стопи. Багатьма дослідниками встановлено, що різні захворювання і пошкодження органів опори нерідко супроводжуються серйозними функціональними порушеннями опорно-рухового апарату дитини, зниженням сили і тонуусу м'язів, втратою здатності до нормального пересування. Нами виявлено, що успішна профілактика та корекція плоскостопості можливі на основі комплексного використання всіх засобів фізичного виховання – гігієнічних, природно-оздоровчих факторів і фізичних вправ, що дозволяє підвищити ефективність відновного лікування дітей з плоскостопією та досягти позитивного результату за більш короткий термін лікування.

Список використаних джерел:

1. Волков М.В. Повреждения и заболевания опорно-двигательного аппарата / М.В. Волков. – М. : Медицина, 2005. – 278с.
2. Глазирина Л. Д. Научно-методические основы реализации оздоровительного, воспитательного и образовательного направления программы физического воспитания дошкольников : автореф. дис. на соиск. научн. степ. д-ра пед. наук / Л. Д. Глазирина. – Минск, 1993. – 32 с.
3. Потапчук А. А. Средства лечебной физкультуры в управлении физическим состоянием дошкольников с нарушениями опорно-двигательного аппарата : автореф. дис. на соиск. научн. степ. д-ра мед. наук / А. А. Потапчук. – СПб., 2005. – 36 с.
4. Селиверстов В. И. Современные приоритетные направления развития коррекционно-педагогической работы в дошкольном образовании / В. И. Селиверстов // Дошкольное воспитание. – 1997. – №12. – С. 2–6.
5. Филиппова С.О. Физическая культура в системе образования дошкольников : монографія / С.О. Филиппова. – СПб., 2002. – 336 с.

Чернецька Наталія Петрівна,

студентка 4 курсу напряму підготовки «Здоров'я людини»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,

к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ДІТЕЙ ЗІ СКОЛІОЗОМ У СПЕЦІАЛІЗОВАНИХ ЗАКЛАДАХ

Вступ. Одним із важливих шляхів збереження с зміцнення здоров'я нації є профілактика та відновлювальна корекція порушень опорно-рухового апарату, зокрема при сколіозі д дітей дошкільного віку. В Україні значно зросла кількість дітей із цієї патологією, кожна четверта дитина має порушення постави, у 5 –6 осіб з тисячі – це сколіоз.

Результати дослідження. Сколіоз – це бічне викривлення хребта з ротацією тіл хребців, характерна особливість якого прогресування е процесі зростання клиноподібної й торсійної деформації хребців, а також деформації грудної клітки та тазу. У сучасній ортопедії проблема сколіозу посідає особливе місце через невідповідність між відносною

легкістю діагностики захворювання й ускладненням наявного лікування. При сколіотичній хворобі, окрім деформації хребта, спостерігається деформація тазу та грудної клітки. Ці негативні зміни призводять до порушення діяльності серцево-судинної, дихальної систем, шлунково-кишкового тракту і багатьох інших життєво важливих систем організму дитини та доводять необхідність раннього виявлення і проведення реабілітаційних заходів для корекції хребта при сколіотичній хворобі в дітей ще в дошкільному віці [3].

Нами розроблено експериментальну методику фізичної реабілітації дітей дошкільного віку зі сколіотичною хворобою I ступеня в умовах спеціалізованого дошкільного закладу, що передбачає корекцію деформації хребта та стабілізацію хребта в положенні досягнутої корекції, виховання умовних рефлексів нормальної постави, рухових навичок, тренування серцево-судинної та дихальної систем. При побудові експериментальної методики фізичної реабілітації для дітей дошкільного віку ми враховували характер сколіотичної деформації, загальний стан здоров'я, фізичний розвиток і вікові анатомо-фізіологічні особливості. При розробці методики використано наступні фізіологічно обґрунтовані педагогічні принципи: індивідуальний підхід, принцип свідомості, принцип поступовості, систематичності, новизни та різноманітності у підборі та застосуванні фізичних вправ.

Зміст експериментальної методики реабілітації основної групи полягав у комплексному поєднанні як традиційних методів та засобів фізичної реабілітації – цілодобового дотримання ортопедичного режиму, щоденних занять коригуючою лікувальною гімнастикою, лікувального плавання, процедури класичного масажу, електростимуляції м'язів спини, так і нетрадиційних – вправ на великих надувних м'ячах (ф'єтбол-гімнастики), коригуючої гімнастики після денного сну та елементів точкового масажу. Всі запропоновані методи вирішують завдання односпрямованого впливу на корекцію хребта, але кожний метод має свою специфічну дію.

При сколіозі I ступеня разом із загальнорозвиваючими та дихальними вправами застосовують симетричні коригуючі вправи. Асиметричні вправи застосовуються індивідуально й виключно рідко. При сколіозі II ступеня в заняттях лікувальною гімнастикою також переважають дихальні, симетричні вправи. За призначенням застосовуються асиметричні та деторсійні вправи. При сколіозі III–IV ступенів використовується весь арсенал фізичних вправ. При сколіозах протипоказані фізичні вправи, що збільшують гнучкість хребта (нахили, скручування, повороти), що призводять до його переростягування (висі).

ЛФК проводять у формі заняття лікувальною гімнастикою. Щоб охопити якомога більше число дітей із сколіотичною хворобою, заняття коригуючою гімнастикою проводять груповим методом. Індивідуалізація лікувальної дії при груповому методі занять досягається комплектуванням невеликих груп до 10 – 12 чоловік, однорідних за деформацією, зростом, а також призначенням індивідуальних вправ і дозуванням.

Дітям з прогресуючим сколіозом рекомендується проводити заняття індивідуальним методом. Заняття коригуючою гімнастикою проводяться 3 рази на тиждень по 30 – 45 хв. Заняття діляться на 3 частини [38].

Рекомендовані вправи на великих надувних м'ячах (фідбол-гімнастика) насамперед поліпшують функцію координації, рівноваги та рухового контролю, а також зміцнюють «м'язовий корсет». Використання еластичних м'ячів дозволяє поліпшити амортизаційну функцію хребта, вплинути на його корекцію, сприяє нормальному формуванню його фізіологічних вигинів. Ігрова форма занять, яскраве забарвлення та незвичайний розмір м'ячів позитивно впливає на мотивацію до занять [1].

Заняття фідбол-гімнастикою проходили два рази на тиждень по 30 хвилин. Заняття діляться на 3 частини – підготовчу, основну та заключну. У підготовчій частині відбувається налаштування дітей на роботу та підготовка організму до основної частини тренування. В основній частині відбувається максимальне навантаження на організм, яке має бути оптимальним для дітей. У зв'язку з цим під час заняття повинні враховуватися індивідуальні особливості дітей. Заключна частина сприяє поліпшенню відновних процесів і розслабленню організму. Ми також рекомендували рухливі ігри з футболами.

Комплекс лікувальної гімнастики виконувався дітьми протягом 9-ти місяців і проводився у три етапи: вступний етап (2 місяці) з метою розучування комплексу вправ та адаптації до фізичних навантажень; основний етап (4 місяці) з метою виконання навантаження в повному обсязі для зміцнення «м'язового корсету» та поліпшення загального фізичного стану дитини; заключний етап (3 місяці) – з метою закріплення досягнутих результатів і формування навички правильної постави з подальшим ускладненням вправ [2].

Запропонована методика фізичної реабілітації дозволяє досягти позитивних змін антропометричних показників основної групи, вони наближені до показників здорових дітей та знаходяться в межах норми; в основній групі до проведення експериментальної методики ріст становив $101,2 \pm 0,63$ см, а після – $119,2 \pm 0,63$ см, у контрольній до експерименту – $105,2 \pm 0,86$ см, після – $111,2 \pm 0,86$ см; вага тіла в основній групі до експерименту становила $17,84 \pm 0,4$ кг, після – $20,84 \pm 0,4$ кг, у контрольній

групі до $-17,22 \pm 0,3$ кг, після $-19,22 \pm 0,3$ кг. По завершенні експерименту спостерігається позитивна динаміка кута викривлення на рентгенограмі, при продовженні проведення реабілітаційних заходів можна домогтися повної корекції деформації хребта; в основній групі кут Кобба до проведення реабілітаційної методики становив $6,3^\circ \pm 2,2^\circ$; після проведення $-3,4^\circ \pm 1,1^\circ$. У контрольній групі кут Кобба змінився з $5,2^\circ \pm 1,1^\circ$ на $4,3^\circ \pm 1,2^\circ$. Відзначено покращення показників серцево-судинної та дихальної систем, а саме ЧСС, ЖЄЛ, індексу Руф'є, у дітей основної групи вони відповідають віковим нормам здорових дітей, у контрольній групі значних змін не відбулося; в основній групі ЧСС знизилась з 102 ± 8 уд/хв. до 96 ± 6 уд/хв., ЖЄЛ збільшилась з $1,11 \pm 0,02$ л до $1,26 \pm 0,04$ л, індекс Руф'є покращився і знизився з $10,8 \pm 0,2$ ум. од. до $6,6 \pm 0,4$ ум. од.

Дослідження рівнів функціонування серцево-судинної системи в дітей 4 – 6 років по завершенні формувального експерименту вказує на зростання в основній групі кількості дітей, які мають високий і вище середнього рівень, у той же час суттєво знизилась кількість дітей із низьким рівнем та нижче середнього. У контрольній групі відбулися незначні позитивні зміни. Визначення патологічних відхилень хребта за допомогою сколіозометра дали змогу підтвердити, що значно зменшилися числові ознаки сколіотичної хвороби в основній групі порівняно з контрольною.

Висновки. Виявлена позитивна динаміка функціонального стану дітей із сколіозом 1 ступня після 9 місяців реабілітації підтверджує ефективність розробленої експериментальної методики фізичної реабілітації.

Перспективами подальших досліджень у даному напрямку слід вважати пошук і науково-експериментальне обґрунтування адекватних стану школярів, хворих на сколіоз, позанавчальних форм (фізкультурно-оздоровчих, корекційно-реабілітаційних, доступних спортивних заходів реабілітаційної спрямованості) з метою підвищення їх оптимістичних сподівань на повноцінний розвиток та життя.

Список використаних джерел:

1. Гончарова М. Н. Реабілітація дітей с захворюваннями і повредженнями опорно-двигательного апарата / Гончарова М. Н., Гринина А. В. , Мирзоева И. И. – Л. : Медицина, 2004. – 206 с.
2. Єфіменко М. М. Сколіозу – ні! Основні напрямки профілактики та корекції сколіотичної постави у дітей засобами фізичного виховання і ЛФК / М. М. Єфіменко // Дошкільнє виховання. – 2008. – №11. – С. 24–26.

3. Корнева А. Ф. Применение специальных гимнастических комплексов для коррекции осанки у детей / А. Ф. Корнева // Развитие массовой физической культуры и олимпийского движения // Великие Луки. – 2005. – №2. – С. 28–36.

Шевченко Анна Олександрівна,
студентка 5 курсу спеціальності «Спеціальна освіта»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Волошко Лариса Борисівна,
к. п. н., доцент, доцент кафедри фізичної
реабілітації та фізичного виховання,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОРГАНІЗАЦІЯ РАЦІОНАЛЬНОГО РУХОВОГО РЕЖИМУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Вступ. Рухова активність дітей дошкільного віку визначається не стільки біологічною потребою, скільки цілеспрямованим педагогічним впливом на дітей, який здійснюється у даному напрямі в дошкільних навчальних дитячих установах [3]. Формування належного ставлення до рухової активності є необхідною умовою оздоровлення дітей. Його здійснення важливо починати з раннього дитинства ще з дошкільних установ адже це структура, через яку “проходить” велика часина дітей, а навчально-виховний процес є цілеспрямованим та систематизованим, за допомогою якого можна створити умови для збереження і зміцнення здоров’я дитини [2, 3].

Основною системою фізичного виховання в дошкільних навчальних закладах є руховий режим як сукупність основних заходів та організаційних форм роботи з дітьми, що раціонально поєднуються і послідовно використовуються залежно від віку дітей, фізичного розвитку, місця в режимі дня, сезону. Стан здоров’я дітей є головним фактором, який визначає характер рухової активності. Водночас провідним чинником підвищення рівня фізичного стану дітей дошкільного віку є достатня рухова активність, яка повинна бути в межах оптимальних величин. Отже, раціональна побудова рухового режиму є одним з найважливіших завдань системи дошкільного фізичного виховання [1, 2].

Аналіз педагогічної, науково-методичної літератури свідчить, що у визначенні мети фізичного виховання дітей дошкільного віку є певні розбіжності. Її визначають як: формування фізично досконалої людини, зміцнення здоров’я та підвищення її працездатності [2]; систематичний

вплив на організм дитини з метою його морфологічного і функціонального вдосконалення, зміцнення здоров'я, формування рухових навичок і фізичних якостей; виховання здорової, життєрадісної, життєстійкої, фізично досконалої, гармонійно і творчо розвиненої дитини; формування основ здорового способу життя, його спрямованість на зміцнення здоров'я, фізичного і психічного розвитку, емоційного благополуччя кожної дитини [3]. Але, попри певну різницю у тлумаченні мети фізичного виховання дітей дошкільного віку, зрозуміло, що саме оптимальна рухова активність є провідним чинником повноцінного фізичного і психічного розвитку дитини. Тому раціональна рухова активність дітей дошкільного віку відповідно до фізичного стану і умов навчального закладу дає можливість покращити рівень здоров'я дітей.

Систематизація наукових досліджень з проблеми вдосконалення фізкультурно-оздоровчої роботи показала відсутність комплексного підходу до розробки сучасних підходів та інноваційних педагогічних технологій організації системи фізичного виховання в дошкільних навчальних закладах з урахуванням психофізіологічних закономірностей розвитку дитини, що й обумовило актуальність дослідження.

Результати дослідження. Основною складовою забезпечення рухової активності в дошкільних навчальних закладах є комплексна організація цього процесу за участю педагогів, батьків і дітей. Раціональний руховий режим молодших дошкільнят передбачає застосування таких форм рухової активності, як фізкультурні заняття, фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня, активний відпочинок, дитячий туризм. На основі аналізу літературних джерел [1, 2, 3] встановлено, що форми організації фізичного виховання – це освітньо-виховний комплекс різноманітної діяльності дитини, основу якого складає рухова активність. Усі форми сприяють вирішенню завдань фізичного виховання, у тому числі – розвитку рухової активності дитини. Однак кожна з форм вирішує свої спеціальні завдання і має свою специфіку. Для вирішення багатограних завдань у ході оптимізації рухової активності молодших дошкільників велике значення має комплексний підхід до методів її регулювання, а саме: поєднання рухів різної інтенсивності; урахування індивідуальних особливостей рухової активності дітей під час самостійної діяльності; диференційований підхід з урахуванням індивідуального рівня рухової активності.

Обов'язковим компонентом щодо збільшення рухової активності дитини є різноманітність рухів (повзання, лазіння, ходьба, стрибки, вправи з різними вихідними положеннями) на фізкультурних заняттях, у процесі фізкультурно-оздоровчих заходів, спортивних свят і розваг. Така різноманітність обов'язкова в умовах підходу, в основу якого покладена

ступінь рухливості дітей (висока, оптимальна, низька). Крім того, різноманітність рухів повинна відповідати анатомо-фізіологічним особливостям і потребам дітей дошкільного віку [1, 3].

У дітей дошкільного віку, порівняно з раннім віком, істотно зростають фізичні можливості, збільшується життєвий простір, цілеспрямованішими стають дії, урізноманітнюються і стають більш координованими рухи. Усе це обумовлює ускладнення рухової діяльності дошкільнят [2, 3]. Дуже важливим є компонент адекватності змісту програм засобам і методам їхньої реалізації. Діти дошкільного віку мають специфічні особливості, серед яких – нерозвиненість волі й довільності, що обумовлює ситуативність поведінки. Тому зазвичай педагогу складно реалізувати зміст традиційними засобами, не маючи багатого практичного досвіду. На сьогодні завдання програм з фізичного розвитку дошкільнят відповідають сучасним тенденціям вітчизняної освіти. Однак досягти оптимального рівня розвитку дітей з використанням лише традиційних засобів і методів дуже важко, тому особливу увагу викликає зараз застосування інноваційних технологій фізичного виховання, що й визначає перспективи подальших досліджень.

Висновки. Отже, основними компонентами змістового забезпечення організації раціонального рухового режиму для дітей дошкільного віку є: програмне забезпечення процесу фізичного виховання в дошкільних навчальних закладах; адекватність змісту програм методам їхньої реалізації; удосконалення змісту рухової активності дітей; ступінь рухливості та руховий досвід дитини; базові мотиви і потреби; відповідність рухових завдань індивідуальним особливостям дітей. Зміст рухової активності дошкільнят обумовлений програмним забезпеченням процесу фізичного виховання в дошкільних навчальних дитячих установах.

Список використаних джерел:

1. Вільчковський Е.С. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах : навч.-метод. посібн. / Е.С. Вільчковський, Н.Ф. Денисенко. – Тернопіль : Мандрівець, 2008. – 128 с.
2. Голубева Г.Н. Формирование двигательного режима ребёнка (до 6 лет) : монография / Г.Н. Голубева. – М. : Теория и практика физической культуры и спорта, 2009. – 124 с.
3. Москаленко Н.В. Пути оптимизации физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях разного типа в Украине / Н.В. Москаленко, А.В. Полякова // Здоровье для всех: сборник научн. статей. – Пинск : ПолесГУ. – 2013. – №1 – С. 204–208.

Шкляр Ольга Михайлівна,
студентка 5 курсу спеціальності «Спеціальна освіта»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Клевака Леся Петрівна,
к. п. н., доцент кафедри соціальної роботи,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОРГАНІЗАЦІЯ САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ДЛЯ СТУДЕНТІВ ІЗ МІОПІЄЮ

Вступ. Міопія (короткозорість) – найбільш частий дефект зору. Прогресування міопії може призводити до серйозних незворотних змін в оці та значної втрати зору. Ускладнена міопія – одна з головних причин інвалідності внаслідок захворювань очей. Медико-соціальна значущість проблеми поглиблюється тим, що ускладнена міопія вражає людей у найбільш працездатному віці.

В офтальмологічній практиці виділяють три ступені розвитку короткозорості: слабку (нижче 3 діоптрій), середню (в діапазоні від 3 до 6 діоптрій), високу (перевищує 6 діоптрій).

Дослідження дозволили виділити дві основні патогенетичні ланки міопії – невідповідність між можливостями ослабленого акомодційного апарату очей і зоровим навантаженням, а також ослабленням міцності властивостей склери та її розтягненням під впливом внутрішньоочного тиску. За першого механізму формується більш сприятлива форма міопії, яка залишається тільки оптичним недоліком очей, за другого – міопія як серйозна хвороба, схильна до прогресування, з виникненням ускладнень. При ослабленій акомодції напружена зорова робота на близькій відстані стає для очей непосильною. У цих випадках організм змушений так змінити оптичну систему очей, щоб пристосувати її до роботи на близькій відстані без напруження акомодції.

Спорт дедалі більше входить у життя студентів. Однак, з огляду на значний відсоток короткозорості серед них, варто з особливою увагою підходити до вибору відповідного виду спорту і припустимих навантажень, знати, як саме організовувати самостійні заняття фізичною культурою.

Результати дослідження. Неодмінна умова для занять спортом студентів із міопією – це чітке визначення протипоказань, систематичний контроль за станом органу зору. Заняття фізичною культурою позитивно впливають на стан очей при короткозорості і сприяють її стабілізації, але при неправильній організації можуть здійснити несприятливий вплив на орган зору і призвести до ускладнень. Усе залежить від ступеня

короткозорості, а також від специфіки обраного виду спорту й дозування спортивних навантажень.

При неускладненій стаціонарній (тобто непрогресуючій) короткозорості можна і корисно займатися деякими видами спорту. Якщо заняття несумісні з носінням окулярів і можливі без оптичної корекції, то на час занять окуляри дозволяється знімати. У деяких видах спорту потрібна висока гострота зору, тому користуватися окулярами можна. У таких випадках доцільна контактна корекція, тобто лінзи, які встановлюють безпосередньо на очне яблуко. При ускладненій або прогресуючій короткозорості протипоказані види спорту, пов'язані з великим фізичним навантаженням, наприклад боротьба, піднімання важких предметів з різким переміщенням тіла і можливістю його струсу.

У той же час, як доводять дослідження і спортивна практика, помірні навантаження, заняття масовими видами спорту (з урахуванням протипоказань) сприяють, як правило, поліпшенню або стабілізації та й значно підвищують загальний фізичний розвиток студентів. Особливу користь їм приносять спортивні ігри, плавання, туризм.

У комплекс лікувальної фізкультури включають як загальнорозвиваючі, так і спеціальні вправи для очей. З огляду на те, що у короткозорих студентів часто спостерігається порушення постави, викривлення хребта (сколіози) через звички надмірно нахилити голову і тулуб при зоровій роботі на близькій відстані, великого значення варто надавати вправам для зміцнення м'язів-розгиначів тулуба і голови (коригувальних) і дихальним. Останні відіграють важливу роль у посиленні легеневої вентиляції, поліпшенні окисно-відновних процесів, зміцненні дихальних м'язів. Крім того, дихальні вправи є засобом періодичного зниження навантаження. Варто пам'ятати, що при самостійних заняттях фізкультурою потрібно уважно стежити за виконанням вправ, керуючись методичними вказівками.

Мінімальна тривалість курсу лікувальної фізкультури для студентів із міопією становить 3 місяці. Доцільно розділити його на 2 періоди – підготовчий та основний (тренувальний). Підготовчий період зазвичай триває 12 – 15 днів. Завданнями цього періоду є: адаптація до фізичного навантаження; загальне зміцнення організму; активізація функцій дихальної та серцево-судинної систем; поліпшення постави; зміцнення м'язово-зв'язкового апарату; підвищення емоційного стану. Даний період характеризується переважно виконанням загальнорозвиваючих, коригуючих і дихальних вправ. У приміщенні заняття може бути побудоване за типом ранкової гігієнічної гімнастики, але його необхідно доповнити загальнозміцнюючими, корегуючими, танцювальними й

дихальними вправами, а також елементами самомасажу очей і м'язів задньої поверхні шиї. Орієнтовна тривалість – 25 – 30 хв.

Студентам з короткозорістю середнього ступеня протипоказано брати участь у змаганнях з футболу, баскетболу, регбі та хокею через можливості отримання травми голови і відшарування сітківки. Це зовсім не означає, що не можна виконувати окремі елементи футболу та баскетболу, тренуючись на майданчику або на стадіоні. Під час гри окуляри необхідно міцно закріплювати за допомогою резинок. Можна займатися також ходьбою в середньому і швидкому темпі, бігом підтюпцем у повільному і середньому темпі, стрибками в довжину і висоту (кількість стрибків обмежувати до 6 – 8), бігом пересіченою місцевістю. Перед початком стрибків у довжину або висоту необхідно добре розпушити пісок у ямі, приземлятися м'яко, згинаючи ноги в момент торкання піску. Щоб краще бачити планку для відштовхування, потрібно поставити поруч з нею прапорець. При кросових тренуваннях краще вибирати рівну місцевість, не бігти між деревами з низькою кроною. Займаючись ритмічною гімнастикою, використовуйте музику з темпом не більше 100 – 110 тактів на хвилину, робіть паузи для відпочинку, включайте в комплекс дихальні і спеціальні вправи для м'язів очей. Варто пам'ятати, що різні вправи з м'ячем зміцнюють циліарний м'яз ока за рахунок зосередження на рухомому предметі з далекої і ближньої відстані. Подібне тренування може проходити в такий спосіб: кидати тенісний м'ячик у мішень, закріплену на стіні, по черзі обома руками; підкидати м'яч над головою і ловити його; відбивати м'яч від підлоги; передавати м'яч через голову напарнику; кидати м'яч у баскетбольний кошик з максимальної відстані у 5 метрів; грати в теніс як через сітку, так і біля стінки; грати в бадмінтон.

Висновки. Студентам із міопією варто з особливою увагою підходити до вибору відповідного виду спорту і припустимих навантажень, враховувати методичні рекомендації під час організації самостійних занять фізичною культурою, щоб не спровокувати загострення хвороби.

Список використаних джерел:

1. Вайнер Э.Н. Лечебная физическая культура : учебник / Э.Н. Вайнер. – М. : КНОРУС, 2016. – 346 с.
2. Редковец Т.Г. Современный взгляд на проблему физической реабилитации подростков с близорукостью / Т.Г. Редковец, Дж.М. Ромман Хайсам // Журнал Физическое воспитание студентов. – 2012. – Выпуск 5. – С. 86–92.

3. Физкультура при близорукости / под редакцией В.Н. Анисимова. – М. : Наука, 1993. – 180 с.
4. Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура : учебник [для студентов вузов] / А.Г. Фурманов, М. Б. Юспа. – Минск : Тесей, 2003. – 526 с.
5. Шагисламова Р.М. Занятия спортом при близорукости [Электронный ресурс] / Р.М. Шагисламова. – Режим доступа : http://altdedu.ru/zanyatiya-sportom-pri-blizorukosti#__utmzi__1__=1

Секція 5 – Сучасні проблеми перекладознавства (суспільно-політичний дискурс)

Белиба Ярослав В'ячеславович,
студент 5 курсу спеціальності «Філологія» («Переклад»),
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Демченко Надія Олександрівна,
кандидат педагогічних наук, професор, доцент кафедри перекладу,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОСОБЛИВОСТІ МОЛОДІЖНОГО СЛЕНГУ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ

Вступ. Найвідоміший сучасний англійський дослідник сленгу Е. Партрідж визначає сленг як елемент розмовної мови, який є досить нестабільний і часто характеризується випадковою сукупність лексем. Ці лексеми відображають соціальну свідомість людей, які належать до певної соціальної або професійної групи. Сленг також позначається як умисне використання елементів загальнолітературного словника в побутовій мові лише заради стилістичних цілей. Тобто для ефекту новизни, унікальності, передачі певного відтінку настрою, для кращої конкретики, гостроти, точності, виразності, стислості. Фактичний матеріал був узятий з роману Джерома Девіда Селінджера «Ловець у житі» (англ. *The Catcher in the Rye*), який багатий на використання сленгу, характерний для підлітків. Проаналізувавши особливості мовної поведінки цієї групи, можна зрозуміти, яке значення та функцію має сленг у цьому соціумі.

Результати дослідження. Використання жаргонізму в університетах і школах є невичерпним джерелом сленгу. Головним протагоністом роману «Ловець у житі» є Холден Колфілд, який вчиться у старшій американській школі і є представником своєї соціальної групи. Мова Холдема на перший погляд здається універсальною та індивідуальною, насправді ж є характерною для всього тодішнього молодіжного покоління. Упродовж усього роману автор використовує єдиний розмовний стиль, який характеризується простотою. Цей стиль використовує різноманітні прийоми, одним з основних є використання коллоквіалізму та сленгізму.

Холден часто використовує слова-паразити та словосполучення. Наприклад *andall – i take inue: howmyparentswereoccupiedandall, they'reniceandall, he'smybrotherandall*. Іноді Холдем використовує еквівалентний варіант за значенням *andall*, проте більш емоційно насичені словосполучення, наприклад *andstuff* або *andcrap*, які, згідно зі

стилістикою англійської лексики, також належать до сленгу. Наприклад: *goddam chekups and stuff, tickets and stuff, while I was putting on my galoshes and crap; starches and crap; all that crap*. Крім того, Холден часто використовує наступні слова: *or something / or anything* – щось типу цього, щось на зразок . Наприклад: *my whole goddam autobiography and anything, you were supposed to commit suicide or something*. Також у ролі емоційного підсиловача виступає сленгізм *godawful* (god-awful) – щось украй жахливе, чортівня якась. Наприклад: *he was supposed to be a playwright or some godawful thin*.

Сленг у мові Холдема виявляється на всіх мовних рівнях, включаючи фонетичний. Це виражається в так званих сленгових відхиленнях від норми, а саме:

○ відпаданні закінчення **гв** герундію та у формі дієслова в *continuous*, наприклад: *callin', comin', hurtin', roughin'* .

○ стягненні ненаголошеного *them*, наприклад: *cut'em, for'em , got'em, tell'em*.

Сленгові вислови та слова є невід'ємною частиною мови підлітка. Мовлення Холдема багате на синоніми таких слів, як «базікати, патякати, теревенити»: *shotthebull, chewtherag, chewthefat, shootthecrap, shootthebreeze*. Замість *almost* використовується еквівалент *damn near*. Наприклад: *damn near sent a telegram, I damn near got my coat back, I damn near broke my knee, she was damn near yelling at me*. Сленг також використовується для передачі психічного та емоційного стану людини, наприклад: *give somebody a feel, to give an impression, I am not kidding, big bang, pretty run-down* і т. д. Велика частина використання сленгу припадає на опис зовнішнього вигляду людини або ж його характеристики, наприклад: *hot-shot guy, phony slob, holler, snotty, crumb-bum*. Варто зазначити, що ці вислови мають оцінний характер, до того ж часто негативний. Згідно з реакціями на ці вислови можна зробити висновки, що носії мови сприймають ці слова як образу, вони недопустимі щодо мовної коректності. Щодо збільшення емоційного забарвлення, то також використовується сленг, наприклад: *cutitout, keepyouryapshut*. Подібні вислови є грубими та вульгарними.

Висновки. Таким чином, детермінантна функція сленгу полягає в особистому ставленні до тієї чи іншої соціальної групи та є індикатором розпізнавання інших членів даної соціальної групи. Виконуючи роль індикатора соціального статусу комунікатора, сленг чітко слідує рамкам ситуації спілкування, які є доречними тільки в неформальному спілкуванні.

Список використаних джерел:

1. Магомедова А.Н. Просторечная лексика английского языка : учебное пособие по спецкурсу [для студентов старших курсов языковых вузов] / А.Н. Магомедова. – Махачкала : ДГУ, 2006. – 35 с.
2. Маковский М.М. Языковая сущность современного английского сленга / М.М. Маковский // Ин. яз. в школе. – 1962. – №4. – С. 13.
3. Salinger D. The Catcher in the Rye / D. Salinger. – М., 1982. – 224 с.
4. Thorne T. Dictionary of Modern Slang / T. Thorne. – М. : Вече, 1996. – 592 с.

Бова Євген Юрійович,
студент 5 курсу спеціальності «Філологія» («Переклад»),
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Демченко Надія Олександрівна,
к. п. н., доцент, професор кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

РЕПРЕЗЕНТАЦІЯ СОЦІАЛЬНО-КУЛЬТУРНОГО ФЕНОМЕНА «МАГІЯ» У БРИТАНСЬКІЙ КАРТИНІ СВІТУ

Постановка проблеми. Магія – це сукупність прийомів і обрядів, що здійснюються з метою вплинути надприродним шляхом на явища природи тварин або людину. Магія є одним зі складників первісної релігійності та є типовою ознакою ранніх стадій розвитку всіх народів. Вона тісно пов'язана з міфологічною системою, світоглядними уявленнями та віруваннями давніх людей. Метою магії є здійснення впливу на потойбічний світ, явища природи з користю для світу живих у формі обрядів та ритуалів.

Огляд останніх досліджень і публікацій. Причиною виникнення магії став збіг соціумних та гносеологічних обставин. Ідеться про низький рівень розвитку продуктивних сил і суспільних відносин в умовах обмеженості знань про світ, який був недостатнім для послідовно правильної орієнтації людини в навколишньому середовищі, що первісна людина компенсувала своєю здатністю до абстрактного мислення. Ці компенсувальні механізми людської психіки призвели до появи вірувань в існування особливих, таємничих сил природи та уявлення про можливість чаклунського впливу на них. Як зазначає Б. Тайлор, основною причиною виникнення магічних знань є асоціативність мислення в поєднанні з людським нерозумінням справжньої сутності речей [2, с. 316].

Традиційно магію поділяють на такі різновиди:

- симпатичну (магічні дії, що базуються на вірі в надприродний зв'язок між подібними об'єктами);
- теургію (спілкування з надприродними істотами);
- психургію (магічний контроль дій інших людей).

Вивченням симпатичної магії займався Дж. Фрезер, який виокремив наступні принципи магічного мислення:

1) подібне викликає подібне або наслідок, схожий на свою причину; може бути окреслений як закон подібності;

2) речі, які один раз доторкнулись одна одній, продовжують взаємодіяти на відстані після завершення їх прямого контакту; закон дотику чи зараження [3, с. 15].

Постановка цілей. За своєю природою магія є соціальним феноменом. Значення магічних дій має суспільну природу, позаяк вони пов'язані з діяльністю людей, їх родинними та суспільними взаєминами. Найбільш поширена класифікація різновидів магії базується на розмежуванні різних сфер людського життя і включає промислову, землеробську, військову, лікувальну, любовну та інші види магії. Більшість магічних табу також мають соціальні функції, поширюючись на відносини з чужинцями, проживання на певній території, на різні предмети, на певних осіб тощо. Поступово система магічних дій ускладнювалася, що й призвело до появи окремої верстви людей, які виконували магічні дії (волхви, жерці, чарівники, відуні, потворники, знахарі тощо).

Багато дослідників висловлюють думку про те, що словесні формули (замовляння, заклинання, клятви), якими супроводжувалися давні магічні обряди та ритуали, були першими текстами усної народної творчості та основою для її подальшого розвитку. Таким чином, це дає підстави стверджувати, що магія відіграє важливу роль у культурі суспільства.

Виклад основного матеріалу. Сукупність соціально-культурних чинників впливає на характер освоєння навколишнього світу в процесі когнітивної діяльності людини. Результатом пізнавальної діяльності мовної особистості є певна концептуальна картина світу (ККС), яка відбивається у відповідній національній мовній картині світу (МКС).

Уявлення про магію існують у межах міфологічної концептуальної картини світу (МККС), найбільш архаїчного пласту людської свідомості. Ця сфера відзначається антропоморфічністю та децентралізацією, тобто наявністю кількох базових концептів, котрі належать до різних семантичних полів, що складають корпус міфологічного мегафрейму. Ці концепти характеризуються відносною стабільністю та культурно-

історичною наступністю. Так, магія, що в архаїчну добу становила домінуючу форму взаємодії людини зі світом, в інші історичні епохи є усталеним ірраціональним компонентом національної ККС та знаходить своє вираження в різноманітних мистецьких формах. Активізація національно-культурних концептів-міфологем у контексті британської культури ХХ століття стимулює розбудову концептуальної картини умовного світу (ККУС) головним чином у творах жанру фентезі [1, с. 3].

У британських творах жанру фентезі другої половини ХХ століття міфологічно орієнтований світ будується на ірраціональних засадах, тому концепт *МАГІЯ* постає головним світоорганізуючим началом, одним із природних законів уявного світу. Оскільки *МАГІЯ* є однією з головних дієвих сил у системі британської ККС, відповідний концепт вербалізується за допомогою значної кількості номінативних одиниць різного типу. Як засвідчує семантика цих номінативних одиниць, концепт *МАГІЯ* реалізується в контексті кількох концептуальних метафор. Серед них можна виділити наступні:

- *МАГІЯ* – це *СИЛА*: *The Master-Ring, the One Ring to rule them all* [8, с.113]; *the dreadful menace of the Power that waited, brooding in deep thought and sleepless malice* [9, с. 236]; *I can make things move without touching them. I can make animals do what I want without training them. I can make bad things happen to people who are mean to me. I can make them hurt if I want to...* [5, с. 136] – магія є потужною силою, що спрямовує, сприяє або забороняє різноманітні дії та процеси;
- *МАГІЯ* – це *КОНТРОЛЬ*: *“Total control,” said Moody quietly as the spider balled itself up and began to roll over and over. “I could make it jump out of the window, drown itself, throw itself down one of your throats...”* [4, с. 189] – користувач магії має здатність контролювати об’єкти навколишнього середовища;
- *МАГІЯ* – це *ЗБРОЯ*: *“SECTUMSEPRAM!” bellowed Harry from the floor, waving his wand wildly. Blood spurted from Malfoy’s face and chest as though he had been slashed with an invisible sword. He staggered backward and collapsed onto the waterlogged floor with a great splash, his wand falling from his limp right hand* [5, с. 457] – за допомогою магії можна вбити або завдати тяжких тілесних ушкоджень;
- *МАГІЯ* – це *НЕБЕЗПЕКА*: *the Great Rings, the Rings of Power, they were perilous* [8, с. 71]; *You don't need You don't need thumbscrews or knives to torture someone if you can perform the Cruciatus Curse...* [4, с. 191] – магія є потенційно деструктивною залежно від намірів або навичок користувача або ж через власні сутнісні

- характеристики;
- МАГІЯ – це ЗНАННЯ: *I knew that Voldemort's knowledge of magic is perhaps more extensive than any wizard alive* [5, с. 486] – магія постає як частина та результат когнітивних зусиль соціуму або індивіда;
 - МАГІЯ – це ТАЄМНИЦЯ: *"An immensely complex spell," he said squeakily, "involving the magical concealment of a secret inside a single, living soul. The information is hidden inside the chosen person, or Secret-Keeper, and is henceforth impossible to find* [7, с. 213] – магія сприймається як щось недоступне, глибинне та важкозрозуміле; вона приховується від сторонніх людей обмеженим колом осіб;
 - МАГІЯ – це МИСТЕЦТВО: *There will be no foolish wand-waving or silly incantations in this class. As such, I don't expect many of you to appreciate the subtle science and exact art that is potion-making* [6, с. 75] – справжня магія вимагає досконалого володіння її прийомами;
 - МАГІЯ – це ОЗНАКА ОСОБИСТОСТІ: *lord of wisdom* [8, с. 425]; *[Gandalf] a servant of the secret fire, wielder of the flame of Anor* [8, с. 392] – магія як опанована сила або сума знань та навичок, доступних обмеженому колу осіб, виступає характерною їх ознакою;
 - МАГІЯ – це ІНСТРУМЕНТ: *She directed her wand at a dustpan, which hopped off the sideboard and started skating across the floor, scooping up the potatoes.* [4, с. 294] – за допомогою магії індивід здатен розширити власні можливості та виконувати дії різноманітної спрямованості;
 - МАГІЯ – це ВИЯВ ЕМОЦІЙ: *Not a wizard, eh? Never made things happen when you were scared or angry?* [6, с. 54]; *Of course, it is also possible that her unrequited love and the attendant despair sapped her of her powers; that can happen* [5, с. 370] – емоції часто супроводжують, а подекуди і спричиняють магічні дії;
 - МАГІЯ – це ПРЕДМЕТ БАЖАННЯ: *the Ring drew them* [8, с. 270] – магія розширює можливості індивіда, вона стимулює дії особистості;
 - МАГІЯ – це ВОЛОДАР: *sooner or later the dark power will devour him [ring-holder]* [8, с. 71]; *the ring had an unwholesome power that set to work on his keeper at once* [8, с. 72]; *the Ring was trying to get back... it betrayed him. It caught poor Deagol... it had destroyed him* [8, с. 81] – магія згубно відбивається на користувачі, змушує витратити енергію та підпорядковує його собі, має тенденцію виходити з-під контролю.

Висновки: Таким чином, ми проаналізували характер репрезентації

концепту *МАГІЯ* у британській ККС, послуговуючись текстовим матеріалом творів жанру фентезі. Можемо зазначити, що концепт *МАГІЯ* є інтенційно висунутим та акцентованим у даному текстовому просторі. Він виступає як сила та закономірність, що детермінує світовий порядок, а також виявляється силою, притаманною певним особистостям, або сумою сукупного знання соціуму, мудрістю "духу нації". Подібне гіпертрофоване виділення концепту *МАГІЯ* свідчить про явний семантичний (категоріальний) зсув у системі британської ККС.

Список використаних джерел:

1. Колесник О. С. Мовні засоби відображення міфологічної картини світу: лінгвокогнітивний аспект (на матеріалі давньоанглійського епосу та сучасних британських художніх творів жанру фентезі) : автореф. дис. на здоб. ступ. канд. філол. наук: спец. 10.02.04 / О. С. Колесник ; Київ. нац. лінгв. ун-т. – К., 2003. – 20 с.
2. Тайлор Э. Б. Первобытная культура / Тайлор Э. Б. – М. : Издательство политической литературы, 1989. – 576 с.
3. Фрэзер Дж. Дж. Золотая ветвь: Исследование магии и религии / Фрэзер Дж. Дж. . – М., 1984. – 703 с.
4. Rowling J. K. Harry Potter and the Goblet of Fire / J. K. Rowling. – London : Bloomsbury, 2000. – 636 p.
5. Rowling J. K. Harry Potter and the Half-blood Prince / J. K. Rowling. – London: Bloomsbury, 2005. – 607 p.
6. Rowling J. K. Harry Potter and the Philosopher's Stone / J. K. Rowling. – London: Bloomsbury, 1997. – 223 p.
7. Rowling J. K. Harry Potter and the Prisoner of Azkaban / J. K. Rowling. – London: Bloomsbury, 1999. – 317 p.
8. Tolkien J. R. R. The Fellowship of the Ring / J. R. R. Tolkien. – NY : Ballantine Books, 2000. – 479 p.
9. Tolkien J. R. R. The Return of the King / J. R. R. Tolkien. – NY : Ballantine Books, 2000. – 455 p.

Голуб Анатолій Геннадійович,
студент 4 курсу спеціальності «Філологія»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Рябокінь Наталія Олександрівна,
к. філол. н., доцент кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

СКЛАДНОЩІ ПЕРЕДАЧІ ЗНАЧЕННЯ НІМЕЦЬКИХ ФРАЗЕОЛОГІЗМІВ УКРАЇНСЬКОЮ МОВОЮ

Постановка проблеми. Передача українською мовою німецьких фразеологічних одиниць – дуже важке завдання. З огляду на своє семантичне багатство, образність, лаконічність і яскравість фразеологія відіграє в мові дуже важливу роль. Особливо широко фразеологізми використовуються в усному мовленні, у художній і політичній літературі. Вибір того чи іншого виду перекладу залежить від особливостей фразеологічних одиниць, які перекладач повинен розпізнати і зуміти передати їх значення, яскравість і виразність. Через те, що фразеологічні одиниці широко використовуються в літературі всіх стилів, правильний перекладач не повинен допускати неточностей у перекладі певного фразеологізму. Без знання фразеології неможливо оцінити яскравість і виразність мови, зрозуміти жарт, гру слів, а іноді – просто і сенс усього висловлювання.

Цілі дослідження. Саме тому вважаємо за необхідне зосередити нашу увагу на цій проблемі. Предмет нашого дослідження – це складнощі перекладу фразеологізмів із німецької мови українською. Мета – опис та аналіз перекладу фразеологічних одиниць німецької мови українською мовою. Для досягнення вказаної мети необхідно розв’язати такі завдання:

- 1) розтлумачити поняття «фразеологія» та «фразеологізм» у лінгвістиці;
- 2) з’ясувати види перекладу фразеологізмів;
- 3) установити й описати складнощі перекладу фразеологізмів із німецької мови українською.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Насамперед з’ясуємо значення поняття «фразеологія» та «фразеологізм» у лінгвістиці. Фразеологія – це наука, для розвитку якої було потрібно багато часу. Ця тема вивчалася такими лінгвістами, як: О.В. Кунін, В.В. Виноградов, С.І. Влахов, О.Д. Райхштейн, О.О. Реформатський, В.Н. Комісаров, В.М. Телія, Я.Й. Рецкер, Є.Д. Поліванов та ін. Під поняттям «фразеологія» ми розуміємо розділ мовознавства, у якому вивчаються лексично неподільні поєднання слів. Ці лексично неподільні поєднання слів ще називають фразеологічними одиницями або фразеологізмами.

Фразеологізм розглядається як окрема, самостійна одиниця мови, здатна, як і інші мовні одиниці, виражати свою семантику, вступати з іншими одиницями мови у смислові та граматичні зв'язки, тож здатна мати граматичні категорії, виконувати в реченні відповідну синтаксичну функцію. [1, с. 24 – 26].

Виклад основного матеріалу. Визначення диференційних ознак фразеологічних одиниць (далі: ФО) дає підстави встановити обсяг предмета фразеології, а також дозволяє розглядати фразеологізми як окремі самостійні одиниці мови, відмінні від слова, словосполучення і речення, а разом з тим – і як такі, що мають з останніми багато спільного. Так, наприклад, ФО, як і слова, щораз у процесі мовлення ми не конструємо, а відтворюємо як готові мовні одиниці. Крім того, велику кількість фразеологічних одиниць зближує з окремими словами також і та особливість, що ФО (як і слово) характеризується наявністю своєї семантики. Маючи своє значення і вільно реалізуючи граматичні особливості. ФО зближуються з лексемами і функціонально. Вони можуть вступати в синонімічні відношення зі словами і виконувати, як і слова, відповідні синтаксичні функції.

Розглядаючи питання основних видів перекладу ФО, ми, слідом за науковцем В.Н. Комісаровим, виділяємо такі види:

- транскрибування і транслітерація;
- калькування;
- лексико-семантичні заміни (конкретизація, модуляція, генералізація).

Найбільш поширені граматичні трансформації містять:

- синтаксичну схожість (дослівний переклад);
- членування пропозицій;
- об'єднання пропозицій;
- граматичні заміни (заміни частини мови, члена пропозиції, форми слова).

До комплексних лексико-граматичних трансформацій належать:

- антонімічний переклад;
- експлікація (описовий переклад);
- компенсація.

Калькування – це спосіб перекладу лексичної одиниці оригіналу шляхом заміни її складових частин їх лексичними відповідниками в українській мові, які копіюють структуру вихідної лексичної одиниці. Наприклад: *Ohne Widerrede* – без заперечень (немає жодних претензій).

Конкретизація – це заміна слова або словосполучення з більш широким предметно-логічним значенням слова і словосполучення в українській мові на більш вузьке значення. У результаті застосування цієї

трансформації створювана відповідність і вихідна одиниця потрапляють у логічні відносини включення: іншомовна одиниця висловлює родове поняття, а одиниця в українській мові – видове поняття. Наприклад: *Das Herz fiel [rutschte] ihm in die Nase* – Душа в п'яти сховалася (пішла). Дослівно можна перекласти як: Серце впало (посковзнулося) йому в штани; *Wie weggeblasen* – як рукою зняло (дослівно – як здулося). Тобто пояснюємо більш широке значення в німецькій – більше конкретним в українській мові; *Die Welt ist ein Dorf* – Земля круга.

Генералізація – це заміна одиниці в іноземній мові, яка має більш вузьке значення, одиницею в українській мові з більш широким значенням. Створювана відповідність висловлює родове поняття, яке включає вихідне видове. Одиниця в українській мові висловлює родове поняття, а одиниця в іноземній – видове, наприклад: *auf Wolke sieben schweben* – Бути на сьомому небі (дослівний переклад – на сьомому небі парити; тобто тут замінюється більш вузьке значення парити на більш конкретне – бути).

Синтаксична схожість (дослівний переклад) – це спосіб перекладу, при якому синтаксична структура оригіналу перетворюється в аналогічну структуру в українській мові. Синтаксичне уподібнення може зумовлювати повну відповідність кількості мовних одиниць і порядку їх розташування в оригіналі та перекладі. Наприклад: *ein Sturm im Wasserglas* – буря у склянці води; *leben wie Hund und Katze* – жити як собака з кішкою; *mit dem Feuer spielen* – грати з вогнем; *stumm wie ein Fisch* – німий, наче риба.

Граматичні заміни – це спосіб перекладу, при якому граматична одиниця в оригіналі перетворюється на одиницю в українській мові з іншим граматичним значенням. Наприклад: *Aus den Windeln heraus sein* – вирости з пелюшок; *Im trüben fischen* – ловити рибу в каламутній воді.

Антонімічний переклад – це лексико-граматична трансформація, при якій заміна позитивної форми в оригіналі на негативну форму в перекладі або навпаки – негативну на стверджувальну супроводжується заміною лексичної одиниці з іноземної мови на одиницю в українській мові з протилежним значенням. Наприклад: *Er kann kein Wasserchen trüben* – ніжний, як ягня (дослівно – він не може закаламутити воду).

Висновки. Отже, можемо підсумувати, що складнощі перекладу фразеологічних одиниць є дуже суттєвими. Перш за все перекладач повинен брати до уваги культурне забарвлення, бо уявлення про явища та предмети української мови відрізняється від німецької. Ми розглянули основні види перекладу фразеологічних одиниць із німецької мови українською. У процесі роботи були наведені приклади, котрі найбільш яскраво передають значення німецьких фразеологізмів українською

мовою.

Отже, складнощі перекладу німецьких фразеологізмів українською мовою полягають в основному в культурній забарвленості, котру перекладач повинен враховувати під час своєї роботи.

Список використаних джерел:

1. Авксентьев Л.Г. Семантична структура фразеологічних одиниць сучасної української мови та особливості її формування / Л.Г. Авксентьев // Мовознавство, – 1988. – №3. – С. 77–83.
2. Ахманова О.С. Словник лінгвістичних термінів / О.С. Ахманова. – М., 1969.
3. Баллі Ш. Французька стилістика / Ш. Баллі. – М., 1961.
4. Виноградов В.В. Лексикологія і лексикографія / В.В. Виноградов. – М., 1977. – 254 с.
5. Гаврись В.І. Німецько-український фразеологічний словник : у 2-х томах / В.І. Гаврись, О.П. Пророченко. – Видавництво: Радянська школа, 1986.
6. Галкіна-Федорук Е.М. Сучасна російська мова / Е.М. Галкіна-Федорук. – М., 1954.
7. Гарбовський М.К. Герменевтичний аспект перекладу. Типологія помилок розуміння оригінального тексту / М.К. Гарбовський // Вісник МДУ. Серія 19. – 2002. – №1. – С.35-37.
8. Жуков В.П. Семантика фразеологічних зворотів / В.П. Жуков. – М., 1978.
9. Комисаров В.Н. Теория перевода / В.Н. Комисаров : учеб. [для ин-тов и фак. иностр. яз.]. – М. : Высш. шк., 1990. – 253 с.
10. Комиссаров В.Н. Современное переводоведение : курс лекций / В.Н. Комиссаров. – М. : ЭТС, 1999. – 192 с.

Жорник Ірина Іванівна,
студентка 5 курсу спеціальності «Філологія» («Переклад»),
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Рябокінь Наталія Олександрівна,
к. філол. н., доцент кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕКЛАДУ ФРАЗЕОЛОГІЧНИХ ОДИНИЦЬ СУЧАСНОЇ НІМЕЦЬКОЇ МОВИ

Постановка проблеми дослідження. Проблематика перекладу німецьких фразеологічних одиниць у сучасному перекладознавстві

посідає одне з провідних місць. Актуальність дослідження полягає в необхідності поглиблювати, розширювати знання в галузі дослідження фразеології та перекладу німецьких фразеологізмів українською мовою. Фразеологія, як одна з галузей мовознавства, привертає до себе дедалі більшу увагу дослідників. За останні роки у вітчизняній та зарубіжній лінгвістичній науці натрапляємо на низку праць, у яких розглядається широке коло питань німецької та української фразеології.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У мовознавстві проблема перекладу фразеологічних одиниць розглядається в багатьох дослідженнях. Серед них слід виокремити роботи П.Л. Коробки, В.С. Виноградова, А.В. Куніна, П.П. Литвинова. Зокрема, методи дослідження фразеологічного складу мови досліджує В.М. Мокиєнко; порівняльний аналіз фразеологічних одиниць є об'єктом уваги Є.Ф. Арсенєвої. Матеріал дослідження, поданий у цій роботі, ґрунтується на дослідженні етимологічних словників, німецько-російських та німецько-українських фразеологічних словників, зазначених у бібліографії.

Постановка цілей дослідження. У статті робиться спроба подати свій погляд на запозичені фразеологічні одиниці сучасної німецької мови.

Мета дослідження – розгляд способів перекладу фразеологічних одиниць, наведення прикладів, з'ясування доречності використання того чи іншого еквівалента.

Виклад основного матеріалу. Для досягнення максимальної адекватності при перекладі фразеологізмів з німецької українською перекладач повинен уміти користуватися різними «видами перекладу» [7, 8]:

1. Еквівалент, тобто наявний в українській мові адекватний фразеологічний зворот, що збігається з німецьким зворотом за змістом і образною основою.
2. Аналог, тобто такий український стійкий зворот, що за значенням адекватний німецькому, але за образною основою відрізняється від нього повністю або частково.
3. Описовий переклад, тобто переклад шляхом передачі змісту німецького звороту вільним словосполученням. Описовий переклад застосовується тоді, коли в українській мові відсутні еквіваленти й аналогії.
4. Антонімічний переклад, тобто передача негативного значення за допомогою стверджувальної конструкції або навпаки.
5. Калькування. Цей метод застосовується в тих випадках, коли перекладач хоче виокремити образну основу фразеологізму, або коли німецький зворот не може бути перекладений за допомогою

інших видів перекладу.

6. Комбінований переклад. У тих випадках, коли український аналог не повністю передає значення німецького фразеологізму або ж має інший специфічний колорит місця й часу, подається калькований переклад, а потім іде описовий переклад та український аналог для порівняння.

Допускаючи повне або часткове калькування в окремих випадках, перекладач виключає будь-яку можливість використання буквалізмів, тобто невинуватих дослівних перекладів, що спотворюють зміст німецьких фразеологізмів або не відповідають нормам сучасної української мови. Фразеологічні одиниці широко використовуються в літературі всіх стилів, грамотний перекладач не повинен допускати неточностей у перекладі того чи іншого фразеологізму [1, 2]. Без знання фразеології неможливо оцінити яскравість і виразність мовлення, зрозуміти жарт, гру слів, а іноді – просто зміст усього висловлювання. Суть трансформаційного аналізу полягає в тому, що основою класифікації мовних одиниць є їх здатність чи нездатність перетворюватися (трансформуватися) на інші одиниці. Якщо одна з досліджуваних одиниць допускає якусь трансформацію, а інша – ні, то такі одиниці належать до різних класифікаційних рубрик [4]. Трансформаційний аналіз знайшов практичне застосування у прикладній лінгвістиці, особливо в автоматичному перекладі (різні синтаксичні конструкції трансформуються в основну, інваріантну, а вже інваріантні перекладаються іншою мовою) й у викладанні рідної та іноземної мов.

Існує кілька можливих способів перекладу фразеологічних одиниць:

- 1) дослівна відповідність (еквівалент): Bei Nacht sind alle Katzen grau. – Вночі всі коти сірі;
- 2) адекватний відповідник: Eile mit Weile. – Хто спішить, той й людей смішить;
- 3) калькування: Ein Kalb darf kein Kalb bleiben. – Не увесь час теляти телятком бути;
- 4) псевдоприслівна відповідність:
Die Hand bleibt über, die nach dem Schatten greift. – Свою тінь не доженеш;
- 5) описовий переклад висловлювання – Kinegramme – кінограми:
 - а) ein Auge zudrücken – закривати око;
 - б) die Achseln zucken – знизувати плечима; в) die Nase rümpfen – морщити носа;
 - г) auf großen Füße leben – жити на широку ногу; д) an der Nase führen – водити за ніс.

Існують різні точки зору з приводу розділу трансформацій на види, але більшість авторів сходяться в тому, що основні види трансформацій – це граматичні і лексичні. У свою чергу, ці трансформації діляться на підвиди.

Із самого початку слід підкреслити, що поділ такого роду є значною мірою приблизним та умовним. Ці два типи елементарних перекладацьких трансформацій на практиці «в чистому вигляді» зустрічаються рідко – звичайно вони поєднуються один з одним, набуваючи характер складних, «комплексних» трансформацій. Переклад з однієї мови іншою неможливий без граматичних трансформацій [7]. Граматичні трансформації – це в першу чергу перебудова речення (зміна його структури) і всілякі заміни – як синтаксичного, так і морфологічного порядку. Граматичні трансформації обумовлюються різними причинами – як суто граматичного, так і лексичного характеру, хоча основну роль відіграють граматичні чинники, тобто відмінності мов. При зіставленні граматичних категорій та форм німецької та української мов звичайно виявляються такі явища:

- 1) відсутність тієї чи іншої категорії в одній із мов;
- 2) частковий збіг;
- 3) повний збіг.

Необхідність граматичних трансформацій природно виникає лише в першому і другому випадках. В українській мові, порівняно з німецькою, відсутні такі граматичні категорії, як артикль, а також інфінітивні і применникові комплекси та абсолютна номінативна конструкція. Частковий збіг або розбіжність у значенні і вживанні відповідних форм і конструкцій теж вимагає граматичних трансформацій. Сюди належать такі явища, як часткова розбіжність категорії числа, часткова розбіжність неспівпадання у формах пасивної конструкції, неповний збіг форм інфінітива і дієприкметника, деякі відмінності у вираженні модальності тощо [5]. Артикль (як означений, так і неозначений), попри своє украї відвернуте значення, нерідко вимагає смислового вираження в перекладі. Як відомо, обидва артиклі мають займенникове походження: означений артикль походить від вказівного займенника, а неозначений – від неозначеного займенника, який походить від числівника один. Ці первинні значення артиклів іноді виявляються в їх сучасному вживанні. У таких випадках їх лексичне значення має бути передано в перекладі, інакше українське речення було б неповним і неточним, оскільки денотативне значення артиклів семантично є невід'ємною частиною всього смислового змісту речення.

В українській мові відсутні інфінітивні комплекси, які так поширені в німецькій мові. Проте дуже часто граматичні трансформації бувають

необхідні і при передачі відповідних форм і конструкцій через деякі розбіжності в їх значенні і вживанні [6]. Такі розбіжності спостерігаються, наприклад, у вживанні категорії числа.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Фразеологічний фонд німецької мови настільки великий, що повне його дослідження не вмістилося б у рамки цієї роботи. Проте на прикладі розглянутих фразеологізмів можна чітко уявити, наскільки різноманітні за своєю семантикою й виразністю фразеологічні одиниці сучасної німецької мови. У наукових працях часто використовується вислів «збагатити фразеологізмами». Треба зазначити, що це – не проста закономірність, адже, як говорив О.В. Кунін, «фразеологія – це скарбниця мови» [4], і фразеологізми мови є її багатством. Фразеологічні одиниці не тільки відображають культуру й побут тієї чи іншої мови, але й допомагають зробити мовлення найбільш виразним та емоційним.

Фразеологія – надзвичайно складне явище, вивчення якого вимагає свого методу дослідження, а також використання даних інших наук – лексикології, граматики, стилістики, фонетики, історії мови, історії, філософії, логіки і країнознавства тощо. Для перекладу фразеологізмів важливий ступінь їх семантичної спаяності та їх функції у тексті. Ці дві релевантні ознаки тісно пов'язаними між собою.

Список використаних джерел:

1. Арсеньєва Е.Ф. Сопоставительный анализ фразеологических единиц / Е.Ф. Арсеньєва. – Казань : Изд-во Казан. ун-та, 1989. – 123 с.
2. Алехина А.И. Фразеологическая единица и слово / А.И. Алехина. – Минск : Изд-во БГУ, 1991. – 250 с.
3. Англо-український фразеологічний словник / уклад. К.Т. Баранцев. – 2-ге вид., випр.]– К. : Т-во "Знання", КОО, 2005. –1056 с.
4. Кунин А.В. Фразеология современного английского языка / А.В. Кунин. – М. : Международные отношения, 1996. – 354 с.
5. Кунин А.В. Английская фразеология : теоретический курс / А.В. Кунин. – М. : Высш. шк., 1981. – 344 с.
6. Мокиенко В.М. Славянская фразеология / В.М. Мокиенко. – М. : Высш. шк, 1980. – 174 с.
7. Попов Р.Н. Методы исследования фразеологического состава языка учеб. пособие / Р.Н. Попов. – Курск, 1976. – 86 с.
8. Шмелев Д.Н. Современный язык. Лексика / Д.Н. Шмелев.– М. : Наука, 1977. – 407 с.

Зінченко Олена Вікторівна,
студентка 5 курсу спеціальності «Філологія (Переклад) »,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Демченко Надія Олександрівна,
к. п. н., доцент, професор кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

КОМПОНЕНТНИЙ АНАЛІЗ ФРАЗЕОЛОГІЧНИХ ОДИНИЦЬ (НА МАТЕРІАЛІ ТВОРІВ АГАТИ КРІСТІ)

Постановка проблеми. Мова, як явище соціальне, тісно пов'язана з реаліями та традиціями народу – його носія. Можна без сумніву стверджувати, що всі культурні та побутові події в житті суспільства знаходять своє відображення в мові. Одним з аспектів, що заслуговує уваги науки про мову, є фразеологія.

Огляд останніх досліджень і публікацій. Дослідженню фразеологічних висловів присвячено безліч праць вітчизняних і зарубіжних авторів (Ш. Баллі, Л. Блумфілд, А. В. Кунін, А. С. Хорнбі, Н. М. Шанський, М. М. Амосова, А. І. Смирницький, акад . В. В. Виноградов, В. Н. Телія).

Визначення цілей статті. У даній роботі ми досліджуємо одну зі сторін великого складу стійких висловів у мові – власне фразеологічні одиниці. Ідіомою (чи фразеологічною одиницею) можна визначити один із найбільш образних і безпрограшних способів зробити мову емоційною і лаконічною.

Основний зміст. Спектр ідіом широкий: ми можемо зустріти цитати історичних персонажів, неоднозначні обивательські висловлювання та грубі гостроти, адже фразеологія є не тільки найбільшою, але і найбільш демократичною сферою словникового запасу мови, запозичає одиниці з різних сфер людського буття. Склад фразеологічних одиниць різнобічний, наприклад, «Fine kettle of fish » при перекладі не асоціюється з висловом «оце так! », а « Mickey Finn» з міцним спиртним напоєм, змішаним зі снодійним препаратом, що використовується для того, щоб пограбувати людину.

Будучи включеними в систему мови, фразеологічні одиниці піддаються класифікації. Проблема класифікації фразеологічних одиниць широко висвітлена у вітчизняній і зарубіжній літературі (Н. А. Азарх, Н. М. Амосова, О. С. Ахманова, Ш. Баллі, І. О. Бодуен де Куртене, акад. В. В. Виноградов, А. В. Кунін, Л. П. Сміт, В. Н. Телія, А. Дж. Уорелл, U. Weinreich). Існує безліч ознак, на основі яких можуть базуватися класифікації фразеологічних одиниць: частина мови як ключовий компонент поєднання слів, наявність або відсутність синоніма і т. д.

Таким чином, *актуальність* нашої роботи визначається тим, що фіксована класифікація фразеологічних одиниць на даний момент відсутня.

Як самостійна лінгвістична дисципліна фразеологія оформилася відносно недавно (Н. М. Шанський, М. М. Амосова, А. І. Смирницький, В.В. Виноградов, В. Н. Телія). Її предмет і завдання, обсяг і методи вивчення ще недостатньо чітко визначені, не отримали повного висвітлення. Ще менше досліджені проблеми, що стосуються основних особливостей фразеологізмів порівняно з вільними словосполученнями, класифікації фразеологічних одиниць, їхньої сумісності з частинами мови і т. д. Деякі дослідники (Л. П. Сміт, В. П. Жуков, В. М. Телія, М. М. Шанський та ін.) включають стійкі єдності до складу фразеології, інші (М.М. Амосова, А. М. Бабкін, А. І. Смирницький та ін.) включають до їхнього складу лише певні групи. Одні лінгвісти, наприклад акад. В.В. Виноградов, не включають прислів'я, приказки та крилаті слова в систему фразеологізмів, вважаючи, що за своєю семантикою та синтаксичною структурою вони відмінні від фразеологічних одиниць. В.В. Виноградов стверджував, що прислів'я і приказки мають структуру пропозиції і не є семантичними еквівалентами слів [10, 24].

Існують, однак, фразеологічні одиниці з різним ступенем зв'язку між компонентами. Наприклад, при досить широкому корпусі словосполучень, як-от *breach of faith* (promise, arrestment, trust, justice, contrast, prison, privilege), значення одного з компонентів може бути розглянуте і як вільне, самостійне. Таким чином, межа між фразеологічними одиницями даного виду є розмитою. На противагу таким сполученням фразеологічні одиниці, що мають високий ступінь ідіоматичності, мають синтаксичну цілісність. Відповідно, компоненти даних одиниць не можуть приймати інші слова (фразеологічна одиниця *good sport* – «славний хлопець» втратить сенс, якщо ми додамо до нього прислівник *very*). Проте в англійській мові існує ряд фразеологічних одиниць, представлений у кількох варіантах. Так, єдність «при повному параді» в англійській мові представлено трьома варіантами: *in full feather*, *in fine feather*, *in high feather*. Слід зазначити, що в англійській літературі зустрічаються фразеологічні словосполучення, навмисно поширені або перетворені авторами для досягнення максимального ефекту. Наприклад, Теодор Драйзер у своєму творі «Титан» поширює фразеологічну одиницю *the cast of the die* до наступного вислову: "He had built so much **on the cast of this single die**. Чарльз Діккенс у своєму творі "M. Chuzz" порушує порядок компонентів фразеологічної одиниці *ups and downs* наступним чином: ... But as a man private prosperity does not always keep pace with his Patriotic devotion to public affairs; and **as** fraudulent transactions have **their**

downs as well as ups. Бернард Шоу в своєму творі «S. Joan» змінює граматичну форму одного з компонентів фразеологічної одиниці *a hard nut to crack*: ... But the Bastard of Orleans is a **harder nut to crack** (1, с. 23).

Корпус фразеологічних одиниць, відібраних методом суцільної вибірки з детективних романів Агати Крісті, склав 209 одиниць з 890 сторінок загального обсягу досліджених оригінальних текстів. Аналіз проводився на матеріалі наступних творів Агати Крісті: «Ten Little Niggers», «The Mysterious Affair at Styles», «The Seven Dials Mystery», «Why didn't they Ask Evans?». При виявленні достовірності фразеологічних одиниць і при їх перекладі ми використовували перероблене і доповнене четверте видання англо-російського фразеологічного словника А.В. Куніна 1984 року та інші лексикографічні джерела.

На основі класифікації професора Н.М. Шанського ми систематизували корпус фразеологічних одиниць, відібраних з творів Агати Крісті. У результаті ми отримали наступні групи ФЕ:

1. Конструкції, структура яких складається з імені прикметника + іменника (компоненти можуть бути семантично рівноправні). Наприклад:

A bad lot – шахрай, недолугий, нікчема.

"He's a bad lot." (The Mysterious Affair at Styles, p. 15);

Foul play – брудна гра.

"Yes, time is an advantage if - if - there has been foul play." (The Mysterious Affair at Styles, p. 32);

Double Dutch – тарабарщина.

"It's double Dutch to me." (The Mysterious Affair at Styles, p. 121).

Конструкції такого типу нами виявлено в кількості 29 одиниць, що складає 13,87% від загальної вибірки.

2. Конструкції із сполучниками.

Зі сполучниками. Наприклад:

Take it or leave it – робіть, що хочете.

"Take it or leave it, Captain Lombard." (Ten Little Niggers, p. 10);

Here and there – тут і там.

"I've knocked about here and there, sir." (Ten Little Niggers, p. 26);

Part and parcel – невід'ємна частина чого-н.

"It's part and parcel of the whole business." (Ten Little Niggers, p. 100);

З підрядними сполучниками. Наприклад:

Plain as a pikestaff – ясно, як день, очевидно.

"Plain as a pikestaff to me," said Miss Howard shortly (The Mysterious Affair at Styles, p. 88);

As the devil - надзвичайно, жахливо, до біса.

"Oh, clever as the devil!" (The Mysterious Affair at Styles, p. 106);

As mad as a hatter - остаточно збожеволів, божевільний, як капелюшник.

"Sometimes, I feel sure he is as mad as a hatter ... (The Mysterious Affair at Styles, p. 140);

Конструкції такого типу нами виявлено в кількості 18 одиниць, що складає 8,61% від загальної вибірки.

3. Конструкції, структура яких складається з імені іменника + of - phrase. Наприклад:

Jack of all trades – майстер на всі руки.

"Oh, I suppose she was after your time. She's the mater's factotum, companion, Jack of all trades! (The Mysterious Affair at Styles, p. 6);

Ghost of a ... (smth.) – трохи помітний (-а, -е)

"What a white, bloodless ghost of a woman!" (Ten Little Niggers, p.33);

The devil of it – найбільш неприємне в тому, що

"The devil of it is that that's all probably been provided for." (Ten Little Niggers, p. 122);

A beast of prey – хижий звір.

Like a beast of prey, heavy weather fell upon him ... (The Mysterious Affair at Styles, p. 156).

Конструкції такого типу нами виявлено в кількості 14 одиниць, що складає 6,69% від загальної вибірки.

4. Конструкції, структура яких складається з дієслова + іменника. Наприклад:

To speak one 's mind – висловити свою точку зору.

"At any rate," she burst out, "I've spoken my mind!" (The Mysterious Affair at Styles, p. 14);

To pull smb. 'S leg – морочити голову.

"Poirot, you're pulling my leg!" (The Mysterious Affair at Styles, p. 79);

To have carte blanche – мати повну свободу дій.

"You know, Monsieur Poirot, that you have *carte blanche* in every way." (The Mysterious Affair at Styles, p. 167).

Конструкції такого типу нами виявлено в кількості 9 одиниць, що складає 4,31% від загальної вибірки.

5. Конструкції з запереченням "no", "not". Наприклад:

Not to mince matters – говорити навропростець, без натяків, насправді.

"Look here – not to mince matters – you didn't give her an overdose, did you?" (Ten Little Niggers, p. 136);

Not to know smb. from Adam – не мати ані найменшого подання.

"... My dear child, do you remember that Bassington-french knows you. He doesn't know me from Adam." (Why didn't they Ask Evans?, P. 54).

Конструкції такого типу нами виявлено в кількості 2 одиниць, що складає 0,96% від загальної вибірки.

6. Конструкції, де ключовим елементом фразеологічної одиниці є ім'я власне. Наприклад:

Paul Pry – людина, що пхає носа в чужі справи.

"Lot of Paul Prys," grunted Miss Howard. (The Mysterious Affair at Styles, p. 131).

Конструкції такого типу нами виявлено в кількості 1 одиниці, що складає 0,47% від загальної вибірки.

Таким чином, ми можемо виділити критерії відмінності фразеологічних одиниць від простих словосполучень:

- фразеологічні одиниці мають ідіоматичне (пов'язане) значення;
- у фразеологічних одиницях відсутня здатність синтаксичного поширення та варіювання компонентів;
- фразеологічні одиниці мають досить вузьке коло граматичних форм вхідних у них компонентів.

Аналіз лінгвістичної літератури показує, що існує безліч таких концепцій і поглядів на природу та класифікацію фразеологічних одиниць, як включення стійких сполучень до складу фразеології (Л. П. Сміт, В. П. Жуков, В. Н. Телія, Н.М. Шанський та ін) або, навпаки, включення до її складу лише певних груп словосполучень (Н. М. Амосова, А. М. Бабкін, А. І. Смирницький та ін.) Деякі лінгвісти не включають прислів'я, приказки та крилаті слова в систему фразеологізмів, вважаючи, що за своєю семантикою та синтаксичною структурою вони відмінні від фразеологічних одиниць. Так, акад. В.В. Виноградов стверджував, що прислів'я і приказки мають структуру пропозиції і не є семантичними еквівалентами слів.

Висновки. Природа фразеологічних одиниць полягає в тому, що з плином часу деякі висловлювання в мові набувають додаткового, ситуативного значення під впливом політичних, соціально-побутових та інших суспільних явищ. Новий контекст надає усталеним висловам нового значення. Причому цей вислів може повністю втратити своє первинне значення. Отже, фразеологічна одиниця є різновидом вторинної номінації. Таким чином і народжуються одиниці мови, що займають особливе місце в мовній системі: з одного боку, фразеологічні одиниці не є еквівалентами слів, оскільки не мають цільнооформленності, з іншого боку, елементи фразеологічних словосполучень настільки пов'язані між собою семантично, що це дозволяє вносити їх у тлумачні словники як окремі самостійні одиниці мови.

Також досить поширеною серед вітчизняних і зарубіжних вчених є класифікація фразеологічних одиниць, заснована на їх етимології.

Таким чином, можна зробити висновок про те, що фразеологія – надзвичайно складне явище, вивчення якого потребує свого методу дослідження, а також використання даних інших наук – лексикології, граматики, стилістики, фонетики, історії мови, історії, філософії, логіки і країнознавства.

Як справедливо зауважив А.В. Кунін, «фразеологія – це скарбниця мови» (5, с. 3), фразеологічні одиниці в мові є багатством. Вони не тільки відображають культуру і побут тієї чи іншої мови, але й допомагають зробити мову найбільш виразною та емоційною.

Список використаних джерел:

1. Азарх Н.А. Фразеологічні одиниці в сучасній англійській мові / Н.А. Азарх // Іноземні мови в школі. – 1956. – №6.
2. Альохіна А.І. Фразеологічна одиниця і слово / А.І. Альохіна. – Мінськ, 1991.
3. Амосова М.М. Фраземи як різновид фразеологічних одиниць англійської мови / М.М. Амосова // Проблеми фразеології: дослідження та матеріали / за ред. А.М. Бабкіна. – М – Л., 1964. – С. 139.
4. Анічков І.Є. Праці з мовознавства / І.Є. Анічков. С-Петербург, 1997.
5. Ахманова О.С. До питання про фразеологічної сполучуваності та шляхи її вивчення / О.С. Ахманова, Е.М. Меднікова, С.А. Григор'єва // Проблеми фразеології і завдання її вивчення у вищій і середній школі. – Вологда, 1978.
6. Баллі Ш. Французька стилістика / Ш. Баллі. – М., 2001.
7. Бельчик Ю.А. Мова: система і функціонування : збірник наукових праць / Ю.А. Бельчик. – М., 1988.
8. Берлізон С.Б. Специфіка семантики фразеологічних одиниць і роль структурних компонентів у її визначенні / С.Б. Берлізон // Семантична структура слова і фразеологізму. – Рязань, 1980.
9. Бодуен де Куртене І.А. Лекції про введення до мовознавства / І.А. Бодуен де Куртене. – Казань, 1917.
10. Вихованець І.Р. Граматика української мови. Синтаксис : підручник / І.Р. Вихованець. – К. : Либідь, 1993. – 368 с.

Золотарьова Дарина Михайлівна,
студентка 5 курсу спеціальності «Філологія» («Переклад»),
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Демченко Надія Олександрівна,
к. п. н., доцент, професор кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ФРАЗЕОЛОГІЗМИ В АНГЛОМОВНИХ ТЕКСТАХ ГАЗЕТНО-ІНФОРМАЦІЙНОГО ЖАНРУ: ПРОБЛЕМИ ПЕРЕКЛАДУ

Постановка проблеми. Різноманітність сучасного світу передається за допомогою мовних засобів через інтерпретацію учасників міжнародного інформаційного процесу – журналістів, кореспондентів, коментаторів, телеоператорів. Саме тому постійно зростає значення перекладацької діяльності, але разом з цим з'являються нові проблеми перекладу та необхідність їх вирішення. Традиційно перекладацька діяльність в основному охоплювала художню літературу, проте в сучасному світі активно зростає обсяг та попит на спеціальні переклади різних типів – журналістський, економічний, технічний, юридичний, соціальний, інформаційний.

Огляд останніх досліджень і публікацій. Над проблемою перекладу матеріалів газетно-інформаційного жанру працювали різні лінгвісти. Великий внесок у розробку проблем перекладу внесли, зокрема, І.В. Арнольд, В.І. Коньков, М.А. Гвенцадзе, І.С. Алексеева, А.С. Мікоян, В.Л. Наєр, Н.О. Павленко, В.А. Чабаненко, І.В. Корунець. Велика кількість наукової літератури, у якій порушується дана тема багатьма вченими, свідчить про високий рівень актуальності. Завдяки подальшому стрімкому розвитку мов ця тема й надалі буде залишатися актуальною.

Визначення цілей статті. Основні особливості газетного стилю можна розподілити на дві групи – мовні та екстралінгвістичні. Виділення екстралінгвістичних факторів в окрему групу є необхідним через те, що характерною ознакою газетного стилю є його спрямованість на вплив, тобто не тільки точно, доступно і яскраво інформувати читача, але й викликати в нього певне ставлення до подій, спонукати до діяльності, до потреби зайняти певну громадську позицію, змінити погляди чи сформувати нові. До основних екстралінгвістичних факторів відносять не лише форму, вид, тип мови, а й сферу спілкування, специфіку медіаканалу, а також особливості аудиторії та невербальні комунікативні засоби.

Виклад основного матеріалу. Відповідно, до мовних особливостей газетного стилю належить вживання оцінної лексики, яка має яскраве

емоційне забарвлення, великої кількості кліше та фразеологічних одиниць, скорочень, використання іноземних слів, неологізмів, а інколи й історизмів, функцією яких вважають здійснення історичних паралелей.

Основною проблемою перекладу англійської преси є виявлення характерних і відмінних рис між англійською й українською пресою. Адже незнання певних особливостей преси може викликати помилковий переклад, який втрачить свій інформаційний зміст. Вживання власних назв, імен у газетно-інформаційному жанрі надає повідомленню певної конкретики. Це вимагає окремих знань, які дозволяють адекватно поєднати назву із названим об'єктом чи предметом, якого часто немає в мові перекладу з огляду на соціально-культурну специфіку мовної спільноти.

Англійські газети мають на меті зацікавлення потенційного читача, важливу роль відіграє заголовок, який передає великий обсяг інформації за допомогою найменш можливої кількості слів. Перекладач має добре зрозуміти заголовок і врахувати особливості української преси, щоб повідомлення не втратило функціонального значення впливу.

Перекладач повинен постійно пам'ятати про особливості вживання часових форм у заголовках. Сучасні британські газети використовують неперфектні часи: коли йдеться про минулу дію в недалекому минулому, використовується теперішній час, така форма ніби наближує читача до певних подій: *MARY GRACE DIES, 80. ROYAL FAMILY QUILTS.*

Фразеологізми англійської мови – одна з універсальї мовлення. У них знаходимо відображення історії народу, своєрідність його культури та побуту. У фразотворенні величезну роль відіграє людський фактор, тому що переважна більшість фразеологізмів пов'язана з людиною, різними сферами її діяльності. Ш. Баллі стверджував: «Віковічна недосконалість людського розуму виявляється також і в тому, що людина завжди прагне одухотворити все, що її оточує. Вона не може уявити собі, що природа мертва та бездушна; її уява постійно наділяє життям неживі предмети, але це ще не все: людина постійно наділяє предмети зовнішнього світу рисами та прагненнями, властивими її особистості».

При перекладі фразеологізмів та ідіом рідною мовою потрібно підбирати вислови та мовні кліше, які відповідають саме менталітету та культурі мови перекладу. Зокрема, в нашому випадку потрібно в деяких моментах порівнювати особливості викладу тексту в публіцистичному стилі українською та англійською мовами. Питання про фразеологію як лінгвістичну дисципліну було вперше порушене видатним радянським лінгвістом професором Є.Д. Поливановим. В.В. Виноградов виділив три типи фразеологічних одиниць:

- фразеологічні зрощення або ідіоми – немотивовані одиниці, які

- виступають як еквіваленти слів: *togobetween* (бути посередником), *aquietwedding* (негучне весілля), *tobedeadwithcold* (промерзнути до кісток);
- фразеологічні єдності – мотивовані одиниці з єдиним цілісним значенням, яке виникає із злиття значень лексичних компонентів: *hornofplenty* (повна чаша), *torisetothecasion* (бути на висоті), *todosomebodyproud* (надавати честь комусь);
 - фразеологічні сполучення – звороти, у яких в одного з компонентів фразеологічно пов'язане значення, яке виявляється лише у зв'язку з чітко визначеним колом понять та їх мовних значень. Наприклад: набирати страху, давитися зі сміху.

До трьох типів фразеологічних одиниць Н.М. Шанський додав ще один – фразеологічні вислови: *To shareone'slastshirtwithsomebody* – поділитися останньою сорочкою; *Ifyourunaftertwohares, youwillcatchneither* – якщо поженешся за двома зайцями, жодного не спіймаєш.

Переклад фразеологізмів є особливою проблемою, адже дослівний переклад у даному випадку не є можливим, оскільки тоді втрачається образність, яку передає даний фразеологізм. Суспільно-політичний стиль більше, ніж будь-який інший стиль, є наближеним до художньої літератури. У суспільно-політичних текстах, статтях, оглядах широко використовується образна фразеологія. Характеризуючись метафоричністю, вона надає висловлюванню виразності, яскравості, своєрідності. Техніка передачі фразеологізмів уже давно розроблена, перекладач має їх розглядати як єдине семантичне ціле і намагатися віднайти в мові перекладу аналог – фразеологізм, бажано з тим же ступенем семантичної зв'язаності. Якщо такого еквіваленту в мові перекладу не існує, потрібно понизити ступінь семантичної єдності і замінити ідіому на фразеологічну єдність, де образність зберігається. При перекладі фразеологізмів у сучасному газетно-інформаційному тексті перекладач має бути дуже уважним та враховувати такий феномен, як деформація і контамінація фразеології. Одним з найпростіших прикладів деформації є неповнота складу. В такому разі при перекладі, якщо перекладач віднайшов еквівалент, він має відновити принцип неповноти, інакше кажучи, обірвати приказку в тексті перекладу таким чином, щоб зберегти семантику оригіналу.

За способом перекладу образну фразеологію можна умовно розділити на чотири групи:

- фразеологізми, що мають повний відповідник в українській мові і повністю калькуються при перекладі: *a dominoeffect* – *ефект доміно*;

- фразеологізми, які частково не співпадають за образністю з українськими: *tobyu a pigin a poke* – купити kota в мішку;
- фразеологізми, при перекладі яких образ повністю змінюється: *tohangfire* – призупинити роботу;
- фразеологізми, які перекладаються нейтральною лексикою: *tocutnoise* – нічого не досягати.

Ще однією проблемою при перекладі газетних заголовків є скорочення. Один і той же термін може бути перекладений по-різному залежно від ідейної спрямованості тексту, в якому його було вжито. Терміни, що зустрічаються в газетно-інформаційному матеріалі, належать у першу чергу до політичної номенклатури, економіки та міжнародних відносин, а обсяг речення спрямований на те, щоб не ускладнювати сприйняття читача, тобто зазвичай довгих та розгорнутих складнопідрядних конструкції уникають. Перша і найбільш численна група включає скорочення назв партій, організацій, різних посад: *FBI-Federal Bureau of Investigation* = ФБР, *NAM* = *National Association of Manufacturers* – Національна асоціація підприємців = НАП, *Gov* == *Governor*; *Sen.* = *Senator*; *D. A.* == *DistrictAttorney*; *Rep.* = *Representative*.

Висновки: Отже, лексико-семантичний аналіз фактичного матеріалу доводить, що переклад текстів газетно-публіцистичного стилю характеризується певними специфічними особливостями, які перекладач має враховувати при перекладі. Окрім лінгвістичних особливостей, необхідно брати до уваги інформацію екстралінгвального соціокультурного характеру з огляду на нерозривний зв'язок суспільно значущих явищ з мовленнєвим втіленням інформації соціального характеру.

Список використаних джерел:

1. Борисенко И. И. Английский язык в международных документах и дипломатической корреспонденции : учебное пособие / И. И. Борисенко. – К. : Логос. – 1999.
2. Карабан В. І. Переклад англійської наукової і технічної літератури. Граматичні труднощі, лексичні, термінологічні та жанрово-стилістичні / В. І. Карабан. – Вінниця : Нова книга, 2004.
3. Комиссаров В. Н. Общая теория перевода : учебное пособие / В. Н. Комиссаров. – М. : ЧеРо, 2000.
4. Корунець І.В. Теорія і практика перекладу (аспектний переклад) – *Theory and practice of translation* : підручник / І.В. Корунець. – Вінниця : Нова Книга, 2003.
5. Латышев Л.К. Технология перевода : учеб. пособие / Л.К. Латышев. – М. : Тезаурус, 2001.

Карпенко Софія Сергіївна,
студентка 5 курсу спеціальності «Філологія» («Переклад»),
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Рябокінь Наталія Олександрівна,
к. філол. н., доцент кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕКЛАДУ НІМЕЦЬКОЇ НАУКОВО-ТЕХНІЧНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Постановка проблеми. Потік наукової інформації, що постійно зростає, обмін досвідом між фахівцями різних галузей, організація міжнародних симпозіумів та конференцій потребують активної роботи кваліфікованих перекладачів. Тому роль та значення науково-технічного перекладу в даний період розвитку сучасної науки і техніки важко переоцінити. Через різке збільшення попиту на переклад його якість вимагає особливої професійності [1]. Адже переклад з однієї мови іншою – це складний процес розумової діяльності людини. Перекласти – означає адекватно відтворити поняття, виражене засобами однієї мови, за допомогою іншої, відтворити оригінал з урахуванням взаємодії змісту і форми.

Аналіз досліджень та публікацій з цієї теми показує, що більшість лінгвістів цей вид перекладу вважають особливим видом діяльності, який визначається в першу чергу своїми функціональними, а не стилістичними чи жанровими особливостями [1]. У перекладознавстві розглядаються не лише загальні питання перекладу, а й окремі прийоми, що застосовуються при перекладі науково-технічної літератури, де, залежно від статусу перекладу, виникають різноманітні перекладацькі стратегії [3].

Основна вимога до науково-технічного перекладу – це точна передача інформації. Як відомо, труднощі при перекладі викликає в першу чергу передача правильного змісту кожного речення, що дуже часто не відповідає дослівному перекладу. Критерії адекватного науково-технічного перекладу чітко сформульовані: він повинен точно передавати зміст оригіналу, містити

загальноприйнят у мові перекладу термінологію й відповідати нормам науково-технічної літератури, переклад якої здійснюється [1].

Переклад німецької науково-технічної літератури відрізняється від перекладу художньої літератури, газетних статей, документально-ділового матеріалу. М. Снель Горнби відзначає, що між різними видами перекладу (технічний / літературний переклад) спільного не так уже й багато [4]. При перекладі науково-технічного тексту доводиться вирішувати одночасно цілий комплекс різноманітних завдань. Цей вид

діяльності вимагає не лише бездоганного володіння мовою певних галузевих знань, але й максимум зусиль з боку перекладача. Оскільки при перекладі наукової та технічної літератури, як правило, немає необхідності шукати в тексті будь-який прихований зміст, тут необхідно прагнути до особливої термінологічної точності. При цьому необхідно мати на увазі, що далеко не завжди технічні терміни співпадають за своїм обсягом у різних мовах.

Якість перекладу науково-технічної літератури значною мірою залежить, по-перше, від особливостей даного виду літератури, по-друге, від рівня мовної та загальної технічної та наукової підготовки особи, яка займається перекладом. Досить частими є випадки, коли переклад зазнає редагування спеціалістом відповідної галузі.

Відомо, що для перекладача, який має достатню мовну підготовку, але не володіє необхідними знаннями у відповідній галузі науки й техніки, основні труднощі будуть пов'язані з розумінням тих частин тексту, в яких викладено вузькофахові питання. Хоча значну складність являє собою іноді й переклад спеціальних термінів. І навпаки, для перекладача, який має ґрунтовну технічну підготовку, але недостатньо володіє всіма тонкощами німецької граматики основні труднощі в розумінні змісту будуть пов'язані в першу чергу з явищами мовного порядку – з установленням змістових зв'язків між окремими словами в реченні, з розумінням граматичних конструкцій, вибором адекватного варіанту їх перекладу та ін.

До поняття науково-технічної літератури входять такі її різновиди, як монографія, стаття із спеціального журналу, технічний опис, патенти, технічні довідники. Переклад такої літератури становить певні труднощі. По-перше, у німецькій мові є властиві лише їй граматичні явища, які спричиняють труднощі під час перекладу німецького технічного тексту українською мовою. По-друге, мова німецької науково-технічної літератури істотно відрізняється від літературної мови тим, що вона значно ускладнена наявністю розгорнутих речень із інфінітивними групами, поширеними означеннями, а також великою кількістю значних за обсягом складних речень з багатьма вставними підрядними реченнями всередині головного. При перекладі таких речень виникає небезпека втрати відчуття взаємозв'язку між компонентами речення, неперервності думки, оскільки пов'язані за змістом слова безпосередньо не співвідносяться між собою.

Крім того, для науково-технічної літератури характерним є вживання великої кількості термінів, які відображають специфіку понять. Проте жоден з існуючих словників не може включити як усі існуючі терміни в певній галузі науки, так і новоутворені. Оскільки

термінологічна система мови безпосередньо поповнюється, слід засвоїти деякі головні принципи утворення термінів, які об'єктивно існують у системі кожної розвиненої мови.

Характерною особливістю науково-технічної літератури є точність і стислість висловлення думки, з одного боку, та суворі логічна послідовність та повнота висловлення, – з іншого. Саме цим обумовлено певний характер мовних засобів, типових для даного виду літератури. Найголовнішою визначальною рисою науково-технічного типу тексту є його когнітивність, інформаційна насиченість.

Часто змішують поняття «точний» з поняттям «буквальний» переклад. Цього не варто робити. Буквальний переклад зводиться до механічної підстановки українського слова замість німецького, а це інколи призводить до нісенітності. Досить часто під час перекладу механічно калькуються, формально відтворюються мовні засоби оригіналу, спотворюється зміст, не передається стилістична функція або порушується норма мови. Такий переклад є буквализмом. Існують буквализми лексичні, коли механічно калькуються окремі слова, фразеологічні – при неправдивому калькуванні фразеологічних одиниць, граматичні – при механічному калькуванні граматичних форм тексту, що перекладається.

Ще однією особливістю науково-технічної літератури є наявність великої кількості слів та словосполучень, характерних саме для цього стилю. Наприклад: die Röhre – не лише труба, а й електронна лампа; untersuchen – не тільки досліджувати, а й вивчати.

Німецькій мові властива багатозначність не лише лексична, а й граматична. Так дієслова haben і sein можуть бути:

- 1) самостійними дієсловами, наприклад: Der Stahlbeton hat viele Vorteile gegenüber dem Beton;
- 2) допоміжними дієсловами, наприклад: Die Metallurgie ist zur Grundlage jeder entwickelten Industrie geworden;
- 3) дієсловами з модальним значенням, причому в науковій літературі вони вживаються саме в модальному значенні, наприклад: Man hat noch viele Probleme auf dem Gebiet der Marktwirtschaft zu lösen.

Часто значні труднощі виникають при перекладі науково-технічного тексту у зв'язку з відмінністю синтаксичної системи мов: послідовність елементів висловлювання в німецькій і українській мовах може не збігатися. Наприклад, при перекладі речень з інфінітивними групами чи зворотами інфінітив, що стоїть у кінці групи чи звороту, в українському реченні ставиться на перше місце; при перекладі речень, які починаються не з підмета, присудок ставиться саме після підмета, у німецькому реченні порядок слів зворотний. Наведемо приклади:

- 1) Das Fundament hat Aufgabe, die Belastungen aus dem Bauwerk aufzunehmen und sie gleichmäßig ohne übermäßige Setzung auf eine große Fläche des Baugrundes zu übertragen. – Фундамент мав завдання брати на себе навантаження споруди і переносити його без надмірної усадки на досить велику площу будівельного ґрунту;
- 2) Um dem Metall andere Eigenschaften zu verleihen, legiert man es mit anderen Elementen. – Для того щоб надати металові інших властивостей, його сплавають з іншими елементами;
- 3) Durch die Vervollkommnung der Technologie und durch die Entwicklung vorgefertigter Elemente gewinnt der Beton in den letzten Jahren immer mehr an Bedeutung. – Завдяки удосконаленню технології і розвитку готових збірних елементів бетон набуває в останні роки дедалі більшого значення.

Висновки: Під час перекладу науково-технічного тексту потрібно пам'ятати про розбіжності в побудові речень німецької та української мов, про відмінність системної організації цих мов. Під час перекладу виникає необхідність текстової модифікації, яку важко передбачити і яка потребує оказійного здійснення в кожному окремому випадку. Йдеться про те, що інколи загальний зміст і контекст потребують введення одних слів і опускання інших, часткової або повної перебудови речення за вимогами граматичної норми мови, якою здійснюється переклад.

Головну увагу під час перекладу слід спрямовувати на його адекватність і точність. Необхідно враховувати кінцеву мету, а саме – якнайточніше відтворення німецькомовного оригіналу засобами української мови.

Список використаних джерел:

1. Кияк Т. Р. Теорія і практика перекладу / Т. Р. Кияк. – Вінниця : Нова книга, 2006. – 240 с.
2. Корунець І. В. Вступ до перекладознавства / І. В. Корунець. – Вінниця : Нова книга, 2008. – 512 с.
3. Juan C. Sager. Die Übersetzung im Kommunikationsprozeß / Juan C. Sager. – Heidelberg, 1994.
4. Snell Hornby M. Übersetzungswissenschaft – eine Neuorientierung. Zur Integrierung von Theorie und Praxis / Snell Hornby M. – Francke, Tübingen/Basel, 1994. – 322 S.

Кетрушка Поліна Петрівна,
студентка 5 курсу спеціальності «Філологія» («Переклад»),
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Демченко Надія Олександрівна,
к. п. н., доцент, професор кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕКЛАДУ НАУКОВИХ ТЕКСТІВ

Постановка проблеми. Переклад наукових текстів відіграє важливу роль у житті кожної країни, тому що є одним із факторів розвитку тієї чи іншої наукової сфери. Під час дослідження труднощів перекладу наукових текстів можна визначити низку чинників, що впливають на цей процес. Одним із чинників є відсутність розгорнутого матеріалу, присвяченого аналізу термінологічних та стилістичних особливостей труднощів перекладу наукових текстів та такі чинники, як незмінна зацікавленість вивчення англійської мови, зв'язки між народами, що розвиваються, постійна потреба людини спілкуватися й пізнавати нове, потреба використання англійської мови у професійній діяльності, яка збільшується, постійне удосконалення термінологічних систем у галузі наукового значення, а також необхідність приведення українських термінологічних систем до міжнародних стандартів. Переклад наукових текстів викликає в першу чергу певні термінологічні та жанрово-стилістичні труднощі.

Огляд останніх досліджень і публікацій. Різні аспекти даної проблеми розглядалися в низці праць, які, проте, переважно стосувалися української мови, зокрема аналізувались синтаксичні відношення в українській термінології, міжмовна термінологічна омонімія як проблема термінографії та перекладу, семантична структура та системообумовлені семантичні характеристики. Багато книг та посібників присвячено вивченню проблеми перекладу наукових текстів, але мало хто зосереджував свої дослідження саме на використанні перекладацьких прийомів подолання лексичних труднощів під час перекладу наукових текстів, а ця тема є досить важливою з огляду на зростаючу популярність іноземних мов та гостру необхідність людини сучасного світу їх вивчати [1–4].

Визначення цілей статті. У нашій роботі ми зосередимо увагу на дослідженні причин існування термінологічних труднощів перекладу. Перш за все існують розбіжності в картині світу англійської та української мов, особливості багатозначності англійських і українських слів, відсутність у мові перекладу відповідників нових термінів, особливості словотвору і термінотворення в англійській та українській

мовах та інше. Але існує низка перекладацьких прийомів, що дозволяють при коректному їх використанні подолати будь-які лексичні труднощі.

Виклад основного матеріалу. Із точки зору практики перекладу всі елементи денотативної системи вихідної мови (лексичні та фразеологічні одиниці) поділяються на дві групи: 1) ті, що вже мають відповідники («перекладні еквіваленти»); 2) ті, що не мають відповідників у цільовій мові. Перші називаються одиницями, що мають перекладні елементи в мові перекладу, а другі – безеквівалентними одиницями. Еквівалентні одиниці поділяються на одноквівалентні (ті, що мають тільки один перекладний відповідник) і багатоеквівалентні (ті, що мають два або більше перекладних відповідників). Слід мати на увазі, що йдеться про словникові відповідники, тоді як відповідник певного слова чи фрази оригіналу в тексті може бути тільки один з кількох. Еквівалентні лексичні та фразеологічні одиниці не повністю представлені в перекладних словниках та в текстах, але існують у мові перекладу як перекладні еквіваленти. Неоднозначні слова мають кілька перекладних відповідників відповідно до кількості їхніх значень (лексико-семантичних варіантів). Відповідники неоднозначного слова називаються варіантними відповідниками. Під варіантним відповідником розуміється один із можливих варіантів перекладу слова (терміна). Варіантний відповідник передає, як правило, якесь одне значення слова вихідної мови, тобто кожний варіантний відповідник є перекладним еквівалентом якогось одного лексико-семантичного варіанта багатозначного слова. Відповідно, кожний з цих лексико-семантичних варіантів має свій перекладний еквівалент.

Варіантні відповідники – це найпоширеніший вид перекладних відповідників, оскільки більшість слів (у тому числі значна кількість термінів) є однозначними, отже потребують під час перекладу вибору або утворення відповідника лексико-семантичного варіанта слова (терміна). Варіантні відповідники можуть бути зафіксовані в перекладних словниках, і тоді вони називаються словниковими варіантними відповідниками. Але перекладачі не завжди мають справу тільки із словниковими варіантними відповідниками: трапляється так, що словники не містять деяких відповідників неоднозначного слова або ж словникові варіанти-відповідники певного слова взагалі не зафіксовані у словниках.

Транскодування – це такий спосіб перекладу, коли звукова або графічна форма слова вихідної мови передається засобами абетки мови перекладу. Розрізняють чотири види транскодування: 1) транскрибування (коли літерами мови перекладу передається звукова форма слова вихідної мови); 2) транслітерування (слово вихідної мови передається за літерами);

3) змішане транскодування (переважно застосування транскрибування з елементами транслітерування); 4) адаптивне транскодування (коли форма слова у вихідній мові дещо адаптується до фонетичної або граматичної структури мови перекладу). Транскодовані терміни, що вже міцно закріпилися в мові перекладу, в словниках можуть подаватися без додаткового описового перекладу. Транскодування неологізмів відбувається в тих випадках, коли в культурі, зокрема в науці країни мови перекладу відсутнє відповідне поняття і відповідний перекладний еквівалент, а перекладач не може підібрати слова в мові перекладу, які б адекватно передавали зміст поняття і задовольняли вимоги до термінотворення. Калькування (дослівний або буквальний переклад) – це прийом перекладу нових слів (термінів), коли відповідником простого чи частіше складного слова (терміна) вихідної мови в цільовій мові вибирається, як правило, перший за порядком відповідник у словнику. Калькування, як прийом перекладу, частіше застосовується під час перекладу складних слів (термінів). Воно може застосовуватися також щодо тільки одного з компонентів складного слова (терміна). Досить часто калькування застосовується під час перекладу складних термінів, які утворені за допомогою поширених споріднених слів. Калькування можна застосовувати тільки за умови збереження перекладним відповідником норми вживання і сполучуваності слів в українській мові.

Контекстуальна заміна – це така лексична перекладацька трансформація, внаслідок якої перекладним відповідником стає слово або словосполучення, що не є словниковим відповідником і підібране із врахуванням контекстуального значення слова, контексту вживання та мовленнєвих норм і традицій мови перекладу. Слід зазначити, що не існує точних правил створення контекстуальних заміन, оскільки переклад слів у таких випадках залежить від контексту їхнього вживання. Існують чотири основні прийоми створення контекстуальних замін – смислова диференціація, конкретизація, генералізація значення та антонімічний переклад (формальна негативація). Крайнім випадком семантичного розвитку є так званий антонімічний переклад, коли форма слова або словосполучення замінюється на протилежну (позитивна – на негативну і навпаки), а зміст одиниці, що перекладається, залишається в основному подібним. По суті, термін «антонімічний переклад», який зустрічається в перекладознавчій літературі, є неточним, оскільки слово, що перекладається, не змінюється на антонім у мові перекладу, а змінює лише форму на протилежну, тоді як його зміст, значення залишається без особливих змін. Тому для позначення цього способу перекладу краще використовувати термін «формальна негативація», у якому підкреслюється саме зміна форми слова або словосполучення і йдеться

про антонімічність як таку, що пов'язана із зміною змісту на протилежний.

У певних контекстах деякі англійські слова, що не мають у своєму складі заперечувальних морфем, але містять, як правило, заперечувальний семантичний компонент, можуть перекладатися подібними за значеннями словами з префіксом **не-** або сполученнями частки **не** з антонімічним відповідником слова, що перекладається. Тому формальна негативація є одним з прийомів реалізації контекстуальної заміни, тобто такої лексичної заміни, що можлива лише в певному контексті.

Описовий переклад – це такий прийом перекладу нових лексичних елементів вихідної мови, коли слово, словосполучення, термін, фразеологізм замінюється в мові перекладу словосполученням, яке адекватно передає зміст цього слова або словосполучення (терміна). До описового перекладу висуваються такі вимоги: 1) переклад повинен точно передавати основний зміст позначеного неологізмом поняття; 2) опис не повинен бути надто докладним; 3) синтаксична структура словосполучення не повинна бути складною. При застосуванні описового перекладу важливо стежити за тим, щоб словосполучення в мові перекладу точно і повно передавало всі основні ознаки поняття, позначеного словом оригіналу. Перед застосуванням цього прийому перекладу неологізмів необхідно виконати попередню умову правильності перекладу неологізмів – переконатися, що в мові перекладу відсутній перекладний відповідник (зрозуміло, що перекладні словники ще не могли його зафіксувати, проте він може бути зафіксований, зокрема, у вже перекладеній нещодавно літературі), щоб правильно розкрити зміст позначеного неологізмом поняття. Порівняно з транскодуванням, завдяки описовому перекладу досягається більша прозорість змісту поняття, позначеного відповідником неологізму. Разом з тим описовий переклад характеризується такими недоліками: 1) при його застосуванні можливе неточне або нечітке тлумачення змісту поняття, позначеного неологізмом; 2) описове словосполучення порушує таку вимогу до термінів, як стислість (а тому такі багатослівні терміни не мають дериваційного потенціалу, тобто від них важко, якщо взагалі можливо, утворити похідні терміни).

Лексичний елемент, як відомо, перекладається не окремо, сам по собі, в ізоляції від речення та тексту, де він вживається, а в сукупності його контекстуальних зв'язків та функціональних характеристик. Тільки так досягається точність та адекватність перекладу слів (у тому числі термінів). Чим більше враховуються перекладачем всі характеристики слова, що перекладаються, тим адекватнішим буде його переклад.

Важливим способом вибору контекстуального відповідника слова є перекладацька лексична трансформація конкретизації значення, що зумовлена розбіжностями у функціональних характеристиках словникових відповідників лексичних елементів оригіналу та традиція мовлення.

Конкретизація значення – це лексична трансформація, внаслідок якої слово (термін) ширшої семантики в оригіналі замінюється словом (терміном) меншої семантики. Цей спосіб перекладу частіше застосовується під час перекладу слів із дуже широким, навіть розмитим значенням: *thing, matter, concern, to come*. Необхідно зауважити, що англійські слова широкої семантики можуть перекладатися українською мовою за допомогою не тільки конкретизації, а й вилучення їх у перекладі взагалі, а також шляхом використання їхніх словникових відповідників. Слід мати на увазі, що застосування конкретизації в перекладі лексики вимагає творчого підходу збоку перекладача. Трансформація генералізації звичайно використовується під час перекладу загальнонародного та загальнонаукового шарів лексичного складу наукових і технічних текстів. Оскільки її застосування може призводити до певної втрати точності інформації, використовувати її слід обачно, тільки в тих випадках, коли вживання в перекладі словникового відповідника може призвести до порушення граматичних або стилістичних норм мови перекладу. Як відомо, перекладач не має права щось додавати від себе до змісту тексту, що перекладається.

Усі змістовні зміни, у тому числі додавання, повинні робитися за межами тексту перекладу – у виносках, посиланнях, коментарях, які знаходяться поза текстом, що перекладається. Треба нагадати, що зміст кожного тексту складається з експліцитної (безпосередньо вираженої) та імпліцитної (невираженої в поверховій структурі) частин. При перекладі певні фрагменти експліцитного сенсу оригіналу можуть переходити в імпліцитну частину тексту перекладу і, навпаки, певні фрагменти імпліцитного сенсу можуть знаходити в тексті перекладу вираження на поверхні. Тому, коли йдеться про додавання як лексичну трансформацію, мають на увазі експліцитне вираження частини імпліцитного сенсу оригіналу в тексті перекладу. Як бачимо, тут не йдеться про зміни змісту оригіналу через вилучення частини або додавання загального сенсу оригіналу. Трансформація додавання полягає у введенні в переклад лексичних елементів, що відсутні в оригіналі, з метою правильної передачі змісту речення (оригіналу), що перекладається, або дотримання мовленнєвих і мовних норм, що існують у культурі мови перекладу.

Оскільки трансформація додавання зумовлена необхідністю дотримання норм мови перекладу, її застосування потребує знання мови

перекладу та її норм. Через особливості дії принципу мовленнєвих зусиль в англійській мові та у зв'язку з тим, що складні слова (терміни) можуть утворюватися на основі скорочених розмовних, жаргонних або професійних форм, при їх перекладі доводиться вводити певні додаткові лексичні елементи, що відсутні у структурі таких складних слів (термінів), з метою дотримання норм мови перекладу та забезпечення більшої вмотивованості (зрозумілості) перекладених слів (термінів).

Перекладач повинен бути свідомим такої особливості деяких англійських термінів і, у разі необхідності, застосовувати при перекладі лексичну трансформацію додавання певних доречних слів (термінів).

Перекладач від себе не може вилучати нічого із змісту тексту, що перекладається, вилучати можна лише ті елементи, що певним чином дублюються в оригіналі за нормами мови оригіналу або передача яких мовою перекладу може порушити норми останньої. Для цього застосовується трансформація вилучення – виправдане з точки зору адекватності перекладу, в першу чергу норм мови перекладу, усунення в тексті перекладу тих плеонастичних або тавтологічних лексичних елементів, які за нормами мови перекладу є частинами імпліцитного змісту тексту. Слід зазначити, що ця трансформація не є поширеною під час перекладу наукових і технічних текстів. При її застосуванні не допускається зменшення обсягу оригінальної інформації. У переважній більшості випадків перекладу англійське слово однієї частини мови перекладається українською мовою словом тієї ж частини мови. Однак така однозначна відповідь у перекладі буває не завжди: через різні лексичні та граматичні особливості мов оригіналу та перекладу та розбіжності в мовленнєвих нормах перекладачу доводиться застосовувати трансформацію заміни частини мови, коли, наприклад, іменник замінюється під час перекладу на прикметник, а прикметник – на дієслово, тощо.

Деякі англійські дієслівні словоформи, що відсутні в українській мові (активний дієприкметник теперішнього часу та пасивний дієприкметник теперішнього часу), замінюються в перекладі на особові форми дієслів у складі підрядного речення. Трансформація заміни застосовується в тих випадках, коли збереження частиномовної характеристики слова призводить до порушення граматичних норм мови перекладу та норм слововживання. Сутність трансформації перестановки (пермутації) полягає в тому, що під час перекладу лексичні елементи міняються місцями. У науково-технічному перекладі така трансформація застосовується досить рідко. Для наукових текстів характерною рисою є наявність спеціальної термінології, причому деякі з термінів – складні. Це ж вимагає від перекладача однозначності та чіткості під час перекладу.

Висновки. Отже, з погляду практики перекладу доцільно розрізняти випадки, коли варіантні відповідники слова подано у словнику та коли вони у словниках відсутні частково або повністю. У першому випадку перекладач вирішує завдання вибору одного адекватного в даному контексті варіантного відповідника слова-оригіналу з кількох поданих у словнику. Для цього перекладач повинен точно визначити лексично-семантичний варіант слова, після чого підібрати належний варіантний відповідник з тих, що наведені у словнику. У тих випадках, коли варіантні відповідники певного слова вихідної мови у словниках відсутні, перекладач спочатку також повинен точно визначити, у якому значенні вжите багатозначне слово, а потім перекласти його одним із способів перекладу слів. Перекладачу слід зважати на лексико-граматичні трансформації, тобто на структурні та лексико- семантичні розбіжності між англійською та українською мовами, які вимагають під час перекладу перебудови синтаксичної структури речення або лексичних змін. Оскільки лексика тісно пов'язана з граматиною, дуже часто внаслідок трансформацій одночасно відбуваються лексичні та граматичні зміни.

Список використаних джерел:

1. Карабан В. І. Переклад англійської наукової і технічної літератури : у 2-х ч. Ч. 1. / В. І. Карабан. – Вінниця : Нова книга, 2004. – 271 с.
2. Карабан В. І. Переклад англійської наукової і технічної літератури : у 2-х ч. Ч. 2. / В. І. Карабан. – Вінниця : Нова книга, 2004. – 302 с.
3. Корунець, І.В. Теорія та практика перекладу / І.В. Корунець. – Вінниця : Нова книга, 2007. – 446 с.
4. Чередниченко, О. І. Теорія і практика перекладу / О.І. Чередниченко. – К. : Либідь, 2005. – 370.

Крайник Карина Володимирівна,
студентка 5 курсу спеціальності «Філологія (Переклад)»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Демченко Надія Олександрівна,
к. п. н., доцент, професор кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

СТИЛІСТИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕКЛАДУ ДІЛОВОГО ДИСКУРСУ

Постановка проблеми. Сучасний етап розвитку економіки пов'язаний із розширенням міжнародних зв'язків, що призводить до необхідності швидкого та безпомилкового обміну інформацією,

здійснення ефективної комунікації, координації спільної діяльності на міжнародному рівні.

Огляд останніх досліджень і публікацій. Дослідники висловлюють думку про відсутність загально визнаної типології дискурсу. На цю проблему є такі погляди: 1) Н. Арутюнова виділяє такі типи дискурсу: *діловий (закони, військові накази, постанови), науковий (наукова термінологія та теоретичний текст), поетичний (поетичне мовлення)*; 2) у межах аргументативного дискурсу А. Белова виділяє *політичний, юридичний, академічний, рекламний, діловий та побутовий дискурси*; 3) ототожнюючи дискурс із жанром, Г. Кресс пропонує такі його типи, як *медичний, расистський, юридичний, політичний та ін.*"; 4) Г. Почепцов серед головних комунікативних дискурсів називає *теле- і радіодискурс, газетний, театральний, кінодискурс, літературний, дискурс у сфері "наблік рілейшнз", рекламний, політичний, тоталітарний, неофіційний (позацензурний) дискурси, релігійний, неправдивий, ритуальний, лайливий, етикетний, фольклорний, міфологічний, святковий, невербальний, міжкультурний, візуальний, ієрархічний, іронічний*; 5) Р. Барт виділяє *дискурси поезії, прози та історичний дискурс*.

Таку відмінність підходів до типології дискурсу можна пояснити складністю самого поняття, оскільки "дискурс – це мовлення, "занурене у життя", що одним своїм боком повернутий до прагматичної ситуації, а іншим – до ментальних процесів учасників комунікації". Тому аналіз дискурсу є міждисциплінарною галуззю знання, яка знаходиться на межі лінгвістики, соціології, психології, етнографії, літературознавства, стилістики та філософії.

Визначення цілей статті. Метою даної статті є визначення специфіки перекладу офіційно-ділового дискурсу іноземною мовою.

Основний зміст дослідження. Офіційно-діловий стиль – функціональний стиль мови, що використовується у сфері державно-політичного і громадського життя, законодавстві, у сфері управління адміністративно-господарською діяльністю. Офіційно-діловий стиль не є гомогенним, а поділяється на такі підтипи:

- 1) Законодавчий – використовується в законотворчій сфері у вигляді Конституцій, законів, указів, статутів, постанов тощо;
- 2) Дипломатичний – використовується у сфері міждержавних офіційно-ділових стосунків у вигляді договорів, конвенцій, протоколів, заяв тощо.
- 3) Юридичний – використовується в юриспруденції у вигляді актів, заяв, протоколів, постанов, запитів, повідомлень тощо.

- 4) Адміністративно-канцелярський – використовується у професійно-виробничій сфері, правових взаєминах і діловодстві у вигляді офіційної кореспонденції, договорів, контрактів, заяв, автобіографій, доручень тощо. Доцільно поділити ділове спілкування на усне та письмове, перше можна також поділити на офіційне (формальне) та неофіційне (неформальне), з яких неофіційне ближче до розмовного стилю, проте зберігає специфічні риси мови бізнесу [3, с. 7].

Офіційно-діловий стиль базується на послідовній логічній основі. Важливим є послідовність і точність викладу, документальність, об'єктивність, чіткість, емоційно-експресивна нейтральність вислову.

Діловий стиль має суворі вимоги до лексики і фразеології (широке використання професійної термінології, канцеляризмів, абревіатур, відсутність діалектизмів, жаргонізмів, просторічних висловів, слів із суфіксами суб'єктивної оцінки тощо).

Діловий текст характеризується як високим ступенем стандартизації мови (вживанням усталених словесних формул, значною частотою повтору слів, зворотів, конструкцій), так і своєрідністю синтаксису (прямим порядком слів). Властивий високий ступінь одноманітності, стандарту форми, суворе регламентація розміщення та будови тексту [5].

Однотипні поняття позначають однотипними словами, не замінюють синонімічними, щоб не «розмивався» зміст, не виникало різночитання; такі повтори слів в інших ситуаціях мовлення розцінюються як мовленнєва помилка (*Акти перевірки підписують особи, які проводили перевірку, а також представники суб'єкта підприємницької діяльності. – 3 інструкції*).

Широке використовується суспільно-політична та адміністративно-канцелярська термінологія (*ужити заходів, реалізація проекту, узяти участь, регламентація дій, згідно з інструкцією*).

Слова вживаються в прямому значенні, наявна фразеологія є має специфічний характер – компоненти стійких сполучень функціонують здебільшого у прямому значенні (*порушити питання, підбивати підсумки, висунути пропозицію, накласти резолюцію, звернутися з клопотанням*).

Обов'язкова відсутність будь-якої авторської мовної індивідуальності та емоційно-експресивної лексики.

Синонімія зведена до мінімуму й не викликає двозначності сприймання.

У сучасній лінгвістиці поняття дискурсу трактується неоднозначно та часто асоціюється з типами й формами мовлення, принципами

побудови повідомлення і його риторикою (монологічне, діалогічне, риторичне, іронічне), характеристикою мовлення окремої людини та груп людей (особистісна, неповторна, колективістська, авторитарна).

Учені розглядають дискурс і як функціональний стиль та різновид мовлення (усний, писемний, науковий, художньо-белетристичний, діловий, літературний), різновид функціонального стилю, його реалізацію в різних сферах спілкування (юридичний, судовий, газетний, радіодискурс, кінодискурс, театральний, рекламний, святковий), як жанр художньої літератури (прозовий, ліричний, драматичний). Дискурс являє собою складний багатоплановий феномен, який перебуває в центрі сучасної науки загалом і лінгвістики зокрема. У лінгвістичній літературі термін «дискурс» використовують досить широко, але в сучасних дослідженнях не вироблено єдиного поняття, яке б охоплювало всі контексти його вживання. Однак, незважаючи на наявні розбіжності в позиціях дослідників, переважно функціонує визначення, запропоноване Н. Д. Арутюновою: дискурс – це «мовлення, яке розглядається як цілеспрямована соціальна дія, як компонент, який бере участь у взаємодії людей, і механізмах їхньої свідомості. Дискурс – це мовлення, занурене в життя» [2, с. 136–137]. Тобто дискурс – це не просто мовне / мовленнєве формоутворення, складніше за окреме речення, а тотальне культурне явище – результат і чинник комунікації, переплетіння мовних взаємодій агентів комунікації, живе середовище спілкування, яке, як відомо, створює нові фізичні дії, ментальні й психічні продукти. У рамках лінгвістичних досліджень відома низка підходів до розуміння і визначення поняття дискурс. У руслі сучасних досліджень аналізу дискурсу [3, с. 138; 13] та відповідно до поставленої мети нашого дослідження доцільним вважаємо розуміння дискурсу як ментально-мовленнєвого феномена, інтерактивної взаємодії, соціальної практики та комунікативної діяльності, ситуаційно обумовленої інтерактивної міжсуб'єктної діяльності [7, с. 21].

Діловий англомовний дискурс формувався протягом багатьох років і століть. Мова дискурсу є цілісною єдиною системою, яка удосконалювалася роками завдяки розвитку самого суспільства. Активно вивчаючи функціональні аспекти мови, дослідники виявили комунікативну одиницю вищого рангу, що сприяє здійсненню мовленнєвого спілкування. Такою одиницею лінгвісти (Н.Ф. Бацевич, В.І. Карасик, А. Приходько) вважають дискурс. Сучасна лінгвістична наука розглядає дискурс з урахуванням різних факторів (культурних, політичних, соціальних та ін.), адже дискурс є доволі складним та багатограним явищем. Існування великої кількості різноманітних підходів щодо його дослідження і вживання зумовлюють наявність

значної кількості дефініцій до даного поняття. Н. Д. Арутюнова визначає дискурс як «зв'язний текст у сукупності з екстралінгвістичними, соціокультурними, прагматичними, психологічними факторами; це – текст, взятий в аспекті подій, мовлення, що розглядається як цілеспрямоване соціальне явище, дія, як компонент, що бере участь у взаємодії між людьми і механізмах їх свідомості. Дискурс – це мовлення, «занурене у життя», та ін. [2, с. 136–137].

Вивчаючи мову ділових текстів, ми помітили вживання певних граматичних конструкцій, що притаманні стилю ділових текстів.

Складне речення в англійській та українській мовах, подібно до всіх інших мов, містить два або більше присудки, у більшості випадків представлене багатьма відповідними реченнями. Структура типу складного речення відрізняється синтаксисом присудка, який не завжди можна чітко виявити. Англійські складносурядні речення можуть вміщувати складнопідрядні речення як еквіваленти в українській мові: He looked at the contract and he saw it was good. – Він подивився на контракт і помітив, що він підходить [12, с. 43]. Існує багато спільного у природі та структурі складного речення в синтаксичних системах англійської та української мов. У двох різних мовах складносурядні речення з'єднуються сполучником, яке є координатором та забезпечує відношення між ними. Сполучники, що з'єднують речення у складносурядні, в англійській та українській мовах мають однакову семантичну природу: copulative (сполучений), adversative (супротивний), causal (прислівник причини) та for (лише в англійській мові). Також існує багато сполучників, які з'єднують речення, – therefore, consequently, accordingly, then, hence, so, while, as well as та деякі роз'єднувальні (пояснювальні) слова (that is to say, such as, like, let me say), які мають з'єднувальну функцію, а також існують такі еквіваленти в українській мові, як: отже, та, а саме, звідси, тобто, тоді, так ... як, ... так скажімо, то... то. Функції речення підмета в англійській та українській мовах можуть як відповідати, так й не відповідати. Вони мають наступні структури:

1. Іменні речення, які компенсують або замінюють підмет у двочленному реченні зі складним умовним присудком. Ці речення призводять до складнопідрядного за допомогою: відповідних / еквівалентних сполучників (that, whether, if, because, either... or, whether... or – що, щоб, якщо, тому що, чи, або... або, чи... чи); відповідних / споріднених займенників та прислівників (who, what, which, whom, where, when, how, why – хто, що, який, котрий, чий, де, коли, як / яким чином): What you say is true... whether it does not create worse difficulties in place of the one removed is another question? – Те, що ти кажеш, є правда... чи це не створить більших

труднощів замість цієї подоланої, – залишається ще одним запитанням [12, с. 47].

2. Друга група в більшості випадків представлена займенником або іменником, який характеризується атрибутивним реченням, яке складає разом з займенником / іменником поширене іменникове та утворює складнопідрядне речення: *The thing that made me decide on the place to build my office was the project.* – Те, що змусило мене визначитися щодо місця для будівництва мого офісу, був цей проект [10, с. 78].

Поширеною є конструкція пасивного стану. Дієслова пасивного стану можуть використовуватись в усіх тих часах і формах, у яких використовуються дієслова дійсного стану. Але в ділових паперах більш розповсюдженим є вживання майбутнього невизначеного та теперішнього часів, напр.: *You will find additional information about my qualification in the enclosed resume.* – Ви знайдете додаткову інформацію про мою кваліфікацію в доданому резюме [5, с. 105].

В англійських ділових документах багато груп модальних дієслів, що позначають не дію, а ставлення людини, яка говорить до дії, тобто необхідність можливості виконання дії. Вони можуть сполучатися з будь-якою формою інфінітиву смислового дієслова. Сполучення модальних дієслів *can, may* та *must* з інфінітивом в пасивному стані перекладається українськими словами можна, може, потрібно, повинна та інфінітивом смислового дієслова пасивного стану, наприклад: *We can be a major player in Far Eastern markets. And we are sure that we can be major player in these markets.* – Ми можемо стати однією з провідних компаній, на Далекосхідних ринках. І ми впевненні, що можемо стати однією з провідних компаній на цих ринках [8, с. 365]. Дієслова *can* та *could* у негативній формі в поданні з перфектним інфінітивом висловлюють сумнів, здивування щодо того, що дія, яка висловлена інфінітивом, відбувалася та перекладається за допомогою слів не може бути, хіба, напр.: *He could not have overlooked such a serious production meeting.* – Не може бути, щоб він прогавив таку серйозну нараду [5, с. 123].

У діловому стилі також часто використовується дієприкметник. Він належить до неособових форм дієслова і має ознаки, як прикметника (іноді прислівника), так і дієслова. До дієслівних властивостей дієприкметника відносяться його здатність мати прямий додаток, визначатися прислівником або мати форми часу та стану. Але час, виражений дієприкметником, має відносний характер. Наведемо такий приклад: *Participle I: This branch of industry has not been developed enough to meet ever increasing demands of our fast developing national economy.* – Ця галузь промисловості ще не достатньо розвинена, щоб задовольнити

всі вимоги нашого народного господарства, що швидко розвивається і зростає [11, с. 78].

Частотне вживання Participle II також є однією з особливостей ділового стилю, відповідає українському стандартному дієприкметнику теперішнього та минулого часу, а також дійсному дієприкметнику з пасивним значенням. Дуже розповсюджені речення у вигляді «дієприкметник плюс іменник»: The British Tories are hellbent to take their country into the Common Market. – Британські Топпі зробили все можливе, щоб створити у своїй країні спільний ринок [12, с. 25].

Діловому стилю також характерне вживання різних допоміжних прийменників, щоб висловити смисловий зв'язок: «дія – об'єкт дії». Вживання прийменника «of», напр.: General Electric and Delta Handson International are prepared to structure funding, which emphasizes the amount of financing available to Gazprom and, therefore, reduces Gazprom's cash payments during the construction period. – Дженерал Електрик та Дельта Хадсон Інтернешнл готові розробити схему фінансування, яка дозволить збільшити суму кредитів для Газпрому та тим самим зменшити в період будівництва платежів з власних коштів [8, с. 265]. У деяких випадках прийменник of використовується у значенні прийменників on, in, over, to, for та into, напр.: To facilitate financing, the consortium members will focus procurement of equipment and services from country which provides export credit agency support to Gasprom. – Щоб полегшити процес фінансування, члени консорціуму розраховують на закупку обладнання та послуг у країні, яка забезпечує підтримку Газпрому з боку експортно-кредитного агентства [8, с. 268].

Висновки. Отже, у межах кожного функціонального стилю можна виділити певні мовні особливості, вплив яких є дуже важливим на хід та результат процесу перекладу. Для офіційно-ділового стилю такими є синтаксичні та граматичні конструкції, які відіграють важливу роль при перекладі. Для ділового тексту характерне використання таких граматичних конструкцій, як речення у пасивному стані; використання модальних дієслів can (could), may (might), must у поднанні з інфінітивом у пасивному стані та використання дієслів can та could у негативній формі у поєднанні з перфектним інфінітивом, поширене використання Participle I та Participle II. У діловому тексті часто використовуються прийменники, зокрема розповсюджені прийменник of. Синтаксичні системи англійської та української мов – це речення, що семантично середні між простим поширеним з одного боку та складним реченням з іншого боку. Англійські складносурядні речення можуть вміщувати складнопідрядні речення як еквіваленти в українській мові. іменні речення, які компенсують або замінюють підмет у двочленному реченні зі складним

умовним присудком, у більшості випадках представлена займенником або іменником, який характеризується атрибутивним реченням, яке складає разом з займенником / іменником поширене іменникове та утворює складнопідрядне речення.

Переклад текстів ділового стилю вважається одним з найбільш складних видів перекладу. Багато в чому це обумовлене тим, що при перекладі даних текстів як з української мови іноземною, так і навпаки звичайних навичок перекладача недостатньо. Необхідно орієнтуватися у світі бізнесу, а також володіти спеціальною лексикою і знати про особливості використання іноземної термінології в конкретному контексті.

Список використаних джерел:

1. Апполова М. А. Грамматические трудности перевода / М.А. Апполова. – М. : Высшая школа, 1980. – 250 с.
2. Арутюнова Н.Д. Дискурс / Н.Д. Арутюнова // Лингвистический энциклопедический словарь / гл. ред. В.Н. Ярцева – М. : Энциклопедия, 1999. – С. 136–137.
3. Бацевич Ф. С. Основи комунікативної лінгвістики / Ф. С. Бацевич. – К. : Академія, 2004. – 344 с.
4. Гальперин И. Р. Речевые стили и стилистические средства языка / И.Р. Гальперин. – М. : Высшая школа, 1988. – 268 с.
5. Кожина М. Н. Стилистический энциклопедический словарь русского языка / М. Н. Кожина. – М. : «Наука», 2006. – 708 с.
6. Комисаров В. Н. Теория перевода / В. Н. Комисаров. – М. : Высшая школа, 1990. – 136 с.;
7. Мартинюк А. П. Словник основних термінів когнітивно-дискурсивної лінгвістики / А. П. Мартинюк. – Х. : ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2012. – 196 с.
8. Новітній Англо-український, українсько-англійський словник / гол. ред. І. В. Луб'яна. – Х. : Промінь; Фоліо, 2004. – 960 с.
9. Пронина Р. Ф. Пособие по переводу английской научно-технической литературы / Р. Ф. Пронина. – М. : Союз, 2003. – 185 с.
10. Тарасов Е. Ф. Речевое воздействие в сфере массовой коммуникации / Е. Ф. Тарасов. – М. : Наука, 1990. – 136 с.
11. Савинова Е. С. Словарь минимум для чтения научной литературы на английском языке / Е. С. Савинова. – М. : Академия наук СССР, 1963. – 110 с.
12. Цибулькін В. В. Письмове та усне спілкування. Українсько-англійський довідник ділової людини / В. В. Цибулькін. – Харків : Константа, 1997. – 78 с.

13. Шевченко І. С. Дискурс як мисленнєво-комунікативна діяльність / І. С. Шевченко, О. І. Морозова // Дискурс как когнітивно-комунікативний феномен : кол. монографія / під загальн. ред. І. С. Шевченко. – Харків : Константа, 2005. – С. 21–28.

Кривохижа Аліса Олегівна,
студентка 5 курсу, спеціальності «Філологія (Переклад)»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Демченко Надія Олександрівна,
к.п.н., доц., проф. кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ПЕРЕКЛАДІВ КОРОТКИХ ОПОВІДАНЬ Е. ХЕМІНГУЕЯ

Вступ. Складність перекладу художнього твору полягає у низці аспектів. По-перше, художній текст є цілісним змістовно та композиційно самостійним витвором мистецтва. У ньому закладено усі образи, художні та стилістичні прийоми, які автор використовує для реалізації того чи іншого задуму. А тому важливо, аби цілісність твору та основна ідея та мета автора не були порушені.

І хоча ця проблема вже давно і достатньою мірою досліджується в теорії перекладу, на практиці виникає низка проблем із вищезазначеними одиницями.

Результати. Стиль Е. Хемінгуея постійно знаходиться в центрі уваги дослідників різних філологічних напрямків і досі є актуальним в аспекті інтерпретації тексту: семіотичний аналіз (R.Scholes), структуралістична інтерпретація (O.Holmesland), текстуальний аналіз (S.F.Beegel), теорія сприйняття (H.Zapf), історико-біографічний аналіз (W.B.Watson), критичний аналіз (J.Meyers, R.E.Fleming), біографія автора (M.Reynolds), гендерні дослідження (J.Barlow), концептуально-тематичний аналіз (F.J.Svobodo), інтертекстуальність творів (L.Wagner-Martin), біографічно-критичні праці (D.A.Moddelmog). Сучасні дослідження сприяють розвитку перекладацьких стратегій та тактик, які застосовуються для відтворення підтексту творів Е.Хемінгуея, оскільки містять глибокий аналіз імпліцитних смислів, це дає змогу перекладачеві керуватися не тільки власною інтерпретаційною позицією, а й об'єктивними факторами, основним з яких слід вважати соціосеміотичний підхід.

У художній літературі велику смислову і виразну роль грає вибір слова. У тексті художнього стилю ми часто знаходимо різноманітні

тропи, архаїзми, діалектизми, запозичення та інші мовні засоби. Також при перекладі художнього тексту необхідно враховувати його стилістичні особливості. Наприклад, як виділяють Ю. Піввуєва та О. Двойніна, «авторська іронія, іронія персонажу по відношенню до себе, або до іншого персонажа, історичний колорит, вказівки на місцеві риси в образі діючої особи і т.д.» [1, с. 213].

Також одна з проблем художнього перекладу - співвідношення контексту автора і контексту перекладача. Критерієм співпадання, або, навпаки, розходження обох контекстів виступає міра співвідношення даних дійсності і даних, взятих з літератури. Письменник іде від дійсності і свого сприйняття до закріпленого словами образу. Якщо переважають дані дійсності, то ідеться про авторську діяльність. Перекладач іде від існуючого тексту і відтворюваної в уяві дійсності через її «вторинне», «наведене» сприйняття до нового образного втілення, закріпленого в тексті перекладу

Також перекладачеві необхідно звертати велику увагу на проблему збереження національного забарвлення в перекладах художньої літератури. Зрозуміло, що збереження національної своєрідності оригіналу - завдання дуже складне в плані як практичного вирішення, так і теоретичного аналізу. Можливості вирішення цієї проблеми на практиці пов'язані зі ступенем тих фонових знань про життя, зображених в оригіналі, що реально виникають у перекладача і читача. Необхідно відзначити, що література кожної країни має ряд творів на теми і сюжети, узяті з життя інших народів і, проте, відмічені ознакою власної народності

Перекладачеві необхідно прочитати художній твір, вникнути в його суть, зрозуміти, що хотів донести до читачів автор, а потім вже починати перекладати. Перекладачам художніх творів, як і письменникам, необхідний багатобічний життєвий досвід, знання проблем художнього перекладу, а саме: співвідношення контексту автора і контексту перекладача, проблема точності і вірності, збереження національного забарвлення, проблема передачі історичного колориту твору, проблема дотримання індивідуальної своєрідності оригіналу, проблема передачі часової дистанції, проблема передачі рис літературного напрямку та ін.; а також вирішення цих проблем.

Основним моментом під час роботи перекладача над текстом оригіналу є реалізація та подальше корегування великої кількості різноманітних перекладацьких трансформацій, які уможливають максимально точно відтворення інформації з урахуванням норм мови перекладу.

Усі види перетворень та трансформацій В. Комісаров умовно

узагальнив у чотирьох основних елементарних типах [4]:

- 1) перестановка;
- 2) заміна;
- 3) додавання;
- 4) вилучення

Перестановка полягає у зміні розташування мовних елементів у тексті перекладу у порівнянні з текстом оригіналу. Найчастіше це реалізується у зміні порядку слів та словосполучень у структурі речення.

Найбільш поширеним видом перекладацьких трансформацій є заміни, серед яких В. Комісаров виокремлює граматичні, лексичні та змішані комплексні лексико-граматичні [4].

Перенесемо ці аспекти теорії на практику та на прикладі спробуємо виявити ті проблеми, із якими імовірніше за все стикалися перекладачі при роботі із текстом а також здійснити порівняльний аналіз двох різних перекладів з англійської на російську.

Для аналізу ми взяли оповідання Е. Хемінгуея, назва мовою оригіналу якого (англійською) є IndianCamp.

Перш за все зазначимо, що заголовок є важливою та значущою складовою структури тексту, тому його правильне та найбільш точне перекладення є не менш важливим, ніж перекладення самого змісту.

Отже, у одному варіанті заголовок Indian Camp перекладається як «Індійське селище», у той час як в іншому – «індійський табір». І той і той варіант можливий, проте перший переклад більш поширений. Тут здійснюється переклад контекстуально чи дослівно. Другий варіант здається більш точним, хоча перший впроваджує певну естетику чи художнє осмислення.

Фраза «At the lake shore» у першому перекладі звучить як «На озері біля берегу», а в другому – «На березі озера». Знову ж таки у другому варіанті спостерігається більша точність, яка викликає більшу довіру до усього перекладу в цілому.

Список використаних джерел:

1. Пиввуева Ю.В., Двойнина Е.В. Пособие по теории перевода. М.: Филоматис, 2004. 304 с
2. Федоров А.В. Основы общей теории перевода (лингвистические проблемы). М.: Филология три, 2002. 418 с.
3. Комиссаров В.Н. Общая теория перевода [Проблемы переводоведения в освещении зарубежных ученых]. М.: ЧеРо, 1999. 136 с.
4. Комиссаров В.Н. Теория перевода (лингвистические аспекты): Учеб. для ин-тов и фак. ин.. яз. / Владлен Наумович Комиссаров. М.: Высш. шк., 1990. 253 с.

Лифар Анна Сергіївна,
студентка 5 курсу спеціальності «Філологія» («Переклад»),
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Демченко Надія Олександрівна,
к. п. н., доцент, професор кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ESSENTIAL COMMUNICATION TOOLS FOR UNDERSTANDING CULTURAL DIFFERENCES IN THE MODERN SOCIETY

Montaigne said, "The most universal quality is diversity." Given that diversity abounds, the project of understanding each other is both daunting and important. It is a process never finished, because it and the endpoints change constantly.

Issue statement. Living in the contemporary world implies communicating cross-culturally, which is closely connected with misunderstandings, miscommunication and conflict. Effective communication is often the key to making progress in a conflict.

Recent research review. The problem of obstacles, difficulties, failures, as a result of miscommunication, and the ways of solving this problem have been studied by many scholars. Among them are Carroll R., Edward T. Hall, Hofstede G., Elmer D., Shuter R. and others. In this article, we are going to look at the main points and the main tools that determine successful communication of cultures in the 21st century and modern society.

The main task of the given article is to regard the tools, we can not do without, in the process of cross cultural communication and their connection with the language learning.

Progress through conflict is possible, and the route is twofold. First, self-knowledge and self-awareness are needed. Without these, our seemingly normal approaches to meaning-making and communication will never be clear enough that we can see them for what they are: a set of lenses that shape what we see, hear, say, understand, and interpret. Second, cultural fluency is needed, meaning familiarity with culture and the ability to act on that familiarity. Cultural fluency means understanding what culture is, how it works, and the ways culture and communication are intertwined with conflicts. Cultural competence is a key to thriving in our increasingly globalized world. How specifically does language learning improve cultural competence? The answer can be illuminated by examining different types of intelligence. Psychologist Robert Sternberg's research on intelligence describes different types of intelligence and how they are related to adult language learning. What he refers to as "practical intelligence" is similar to social intelligence in that it helps individuals learn nonexplicit information from their environments, including

meaningful gestures or other social cues. That makes the points of the research urgent in the life of modern society and constant changes and progress in different fields of life.

Language learning inevitably involves learning about different cultures. Students pick up clues about the culture both in language classes and through meaningful immersion experiences.

The term of communication and understanding may sound simple enough, but it actually requires significant, continuous effort. As Edward T. Hall writes in the introduction to his book, *The Dance of Life*, for us to understand each other may mean, "reorganizing [our] thinking...and few people are willing to risk such a radical move"[3, p.123]. Communication theorists, anthropologists, linguists, psychologists, teachers, educators and others have given us tools to develop awareness of "our own lenses", and to facilitate the reorganization of thinking necessary to truly understand others whose starting points may differ from our own. Two of these tools are explored in the given work. First we shall pay attention to the Communication Tools for Understanding Culture.

The tools we will examine here relate to communication and ways of seeing the self in relation to others. This is the main task of the given research. They are:

1. High-context and low-context communication;
2. Individualist and communitarian conceptions of self and other.

Since all of these tools are used in the service of understanding culture, a working definition of culture is useful. There are many definitions of what Culture is. But in our article we will work with the definition given by DonalCarbaugh. He defines culture as "a system of expressive practices fraught with feelings, a system of symbols, premises, rules, forms, and the domains and dimensions of mutual meanings associated with these" [2, p.36]. He also suggests culture is "a learned set of shared interpretations about beliefs, values, and norms, which affect the behaviors of a relatively large group of people" [2, p.41]. In each of these definitions, culture is linked to communication and a wide range of human experience including feelings, identity, and meaning-making. Communication is "the vehicle by which meanings are conveyed, identity is composed and reinforced, and feelings are expressed. As we communicate using different cultural habits and meaning systems, both conflict and harmony are possible outcomes of any interaction" [3, p.178].

There is no comprehensive way to understand culture and its relationships to communication and conflict. The two tools outlined here give windows into how different groups of people make sense of their worlds. They are neither a reliable guide to every member of a particular group nor are they fixed in nature, since culture is constantly evolving and changing as people

within groups and the contexts around them change. These two sets of tools are the most frequently used classifications of cultures used by anthropologists and communication scholars. We begin with one of the most familiar sets of tools: high-context and low-context communication.

High-context and Low-context Communication refers to the degree to which speakers rely on factors other than explicit speech to convey their messages. This tool, developed by Edward T. Hall, suggests that "communication varies according to its degree of field dependence, and that it can be classified into two general categories of high-context and low-context. Field dependence refers to the degree to which things outside the communication itself affect the meaning" [3, p.47].

Hall says that every human being is confronted by far more sensory stimuli than can possibly be attended to. Cultures help by screening messages, shaping perceptions and interpretations according to a series of selective filters. In high-context settings, the screens are designed to let in implied meanings arising from the physical setting, relational cues, or shared understandings. In low-context settings, the screens direct attention more to the literal meanings of words and less to the context surrounding the words.

Every person is engaged in both high-context and low-context communication. There are times we "say what we mean, and mean what we say," leaving little to be "read in" to the explicit message. This is low-context communication. At other times, we may infer, imply, insinuate, or deliver with nonverbal cues messages that we want to have conveyed but do not speak. This is high-context communication.

To understand this distinction between high-context and low-context communication, one should ask him/herself these questions:

1. Do I tend to "let my words speak for themselves," or prefer to be less direct, relying on what is implied by my communication? (low-contextcommunication);

2. Do I prefer indirect messages from others, and am I attuned to a whole range of verbal and nonverbal cues to help me understand the meaning of what is said? (high-contextcommunication).

As will quickly become clear, most people can and do function at both ends of the high-context, low-context continuum. There are times when direct, clear communication is most appropriate, and times when it is preferable to communicate in layers of meaning to save face, spare feelings, or allow for diffuse interpretations. Most people rely on a whole range of verbal and nonverbal cues to understand the meaning of what is said. "Even in the most direct, low-context setting, meanings will be conveyed with what is not explicitly spoken" [6, p.23].

As people communicate, they move along a continuum between high

context and low context. Depending on the kind of relationship, the situation, and the purpose of communication, they may be more or less explicit and direct. In close relationships, communication short-hand is often used, which makes communication opaque to outsiders but perfectly clear to the parties. With strangers, the same people may choose low-context communication.

It is less important to classify any communication as high or low context than it is to understand whether nonverbal or verbal cues are the most prominent. Without this understanding, those who tend to use high-context starting points may be looking for shades of meaning that are not present, and those who prefer low-context communication may miss important nuances of meaning.

The choice of high-context and low-context as labels has led to unfortunate misunderstandings, since there is an implied ranking in the adjectives. In fact, neither is better or worse than the other. They are simply different. Each has possible pitfalls for cross-cultural communicators. Generally, low-context communicators interacting with high-context communicators should be mindful of the following things [4]:

1. Nonverbal messages and gestures may be as important as what is said;
2. Status and identity may be communicated nonverbally and require appropriate acknowledgement;
3. Face-saving and tact may be important, and need to be balanced with the desire to communicate fully and frankly;
4. Building a good relationship can contribute to effectiveness over time;
5. Indirect routes and creative thinking are important alternatives to problem-solving when blocks are encountered.

High-context communicators interacting with low-context communicators should be mindful that things can be taken at face value rather than as representative of layers of meaning. We should keep in mind that roles and functions may be decoupled from status and identity and efficiency and effectiveness may be served by a sustained focus on tasks. Direct questions and observations are not necessarily meant to offend, but to clarify and advance shared goals; and indirect cues may not be enough to get the other's attention.

Individualism is the second dimension important to conflict and conflict resolution [6]. In communitarian settings children are taught that they are part of a circle of relations. This identity as a member of a group comes first. In communitarian settings, members are rewarded for allegiance to group norms and values, interdependence, and cooperation. Wherever they go, their identity as a member of their group goes out in front."Identity is not isolated from others, but is determined with others according to group needs and views. When conflict arises, behavior and responses tend to be jointly chosen" [6, p.13].

Individualist patterns involve ideas of the self as independent, self-directed, and autonomous. Many Western conflict-resolution approaches presuppose exactly this kind of person: someone able to make proposals, concessions, and maximize gains in their own self-interest. Children raised in this setting are rewarded for initiative, personal achievement, and individual leadership. They may be just as close to their families as a child raised in a communitarian setting, but they draw the boundaries differently: in case of a conflict, they may feel freer to choose their individual preference. Duty, honor, and deference to authority are less prominent for those with individualist starting points than communitarian ones.

Individual and communitarian identities are two quite different ways of being in the world. They connect at some point, of course, since all groups are made up of individuals and all individuals find themselves in relationship with various groups. But the starting points are different. Generally, those who start with individualism as their beginning tend to be most comfortable with independence, personal achievement, and a competitive conflict style. Those who start with a communal orientation are more focused on social connections, service, and a cooperative conflict style.

French anthropologist Raymonde Carroll [1] suggests that some peoples tend to see individual identities as existing outside all networks. This does not mean that social networks do not exist, or that they are unimportant, but that it is notionally possible to see the self apart from these. In this view, there is a sense that the self creates its own identity, as in the expression, a "self-made person" [1, p.211].

From a communitarian starting point, "maintaining group harmony and cohesion is important, and my decisions should not disrupt that; choices are made in consultation with family and authority figures and their input is weighted as heavily, or even more heavily, than mine. I am an overlapping circle amidst other overlapping circles; my decisions reflect on my group and I am accountable to them as a member; and I notice hierarchy and accept direction from those of higher status than myself" [7, p.39].

In conclusion, it is necessary to say that with these differences in mind, it is important for individualists to recognize the web of relations encompassing the communitarian party to a conflict, and to act in recognition of those. Similarly, it is helpful for those from communitarian settings to remember that individualists value autonomy and initiative, and to act in ways that respect these preferences.

References:

1. Carroll R. Cultural Misunderstandings: The French-American Experience. / Carroll R. – Chicago : The university of Chicago press, 1990. – 243 p.

2. Carbaugh D. Cultures in conversation. – Mahwah : Lawrence Erlbaum Associates, Publisher, 2005. – 203 p.
3. Edward T. Hall. The Dance of Life. / Edward T. Hall. – Illinois : InterVarsity Press, 1999.– 256 p.
4. Elmer D. Cross-Cultural Connections: Stepping Out and Fitting In Around the World. / Elmer D. –Illinois : InterVarsity Press, 2002. – 217 p.
5. Leeds-Hurwitz W. Notes in the History of Intercultural Communication: The Foreign Service Institute and the Mandate for Intercultural Training. / Quarterly Journal of Speech, 1990. – P. 262–282.
6. Rogers Everett M., Hart William B. Edward T. Hall and the History of Intercultural Communication: The United States and Japan. / Keio Communication Review, 2002. – P. 3–26.
7. Shuter R. The centrality of culture. / The global intercultural communication reader. – New York : Routledge, 2008. – P. 37–43.

Малимон Ірина Олександрівна,
студентка 5 курсу спеціальності «Філологія» («Переклад»),
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Рябокінь Наталія Олександрівна,
к. філол. н., доцент кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

КЛАСИФІКАЦІЯ ФРАЗЕОЛОГІЧНИХ ОДИНИЦЬ НА ПОЗНАЧЕННЯ РІЗНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ЛЮДИНИ

Постановка проблеми. Переклад фразеологічних одиниць є дуже важким завданням. З огляду на своє семантичне багатство, образність, лаконічність і яскравість фразеологія відіграє в мові дуже важливу роль. При перекладі фразеологізму перекладачеві треба передати його зміст і відбити його образність, знайшовши аналогічний вислів у німецькій мові, не прогавивши при цьому стилістичну функцію фразеологізму. За відсутності в іншій мові ідентичного образу перекладач змушений вдаватися до пошуку "приблизної відповідності" [4, с. 51]. Переклад фразеологічних одиниць іншими мовами викличе певні труднощі через їхню семантичну цілісність й ускладненість. Дослівний (буквальний) переклад фразеологічного вислову спотворює зміст висловлення, тоді як потрібна адекватна передача значення фразеологічної одиниці іншою мовою.

Фразеологізми є знаками вторинної номінації, де образ словосполучення, його первинна мотивація переноситься в іншу, нову

ситуацію. Через це фразеологізмам притаманна образність, і при їх використанні разом із власне значенням у свідомості виникає яскрава внутрішня форма (образ, Gestalt) цих фразеологізмів.

Фразеологізмам властивий ряд ознак, що зближують їх зі словом (відтворюваність, цілісність значення, стійкість тощо). Значна частина фразеологізмів еквівалентна одному слову (гнути кірпу – гордувати, на руку ковінька – вигідно), як і окремі слова, фразеологізми виступають у ролі єдиного складеного знака.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Парадигма фразеологічних досліджень з часом змінюється, змінюються також акценти у фразеологічних розвідках вітчизняних та зарубіжних мовознавців. Якщо раніше фразеологи звертали увагу перш за все на вивчення фразеологізмів у площині системи мови (В.В. Виноградов, О.І. Смирницький, О.С. Ахманова, Н.М. Амосова, В.А. Архангельський, В.П. Жуков, О.В. Кунін), то з 70-х років увага дослідників акцентується на функціонуванні фразеологізмів у мовленні, на їх комунікативних та функціональних характеристиках (М.Ф. Алефіренко, С.Г. Гаврін, Ю.А. Гвоздарьов). Сучасні науковці ведуть дослідження різних проблем фразеології, вирішення яких має теоретичне та практичне значення, оскільки може внести суттєві корективи в наші уявлення про мову як систему та про механізми мовлення. Тому їх ґрунтовне вивчення може допомогти отримати нові дані, які будуть корисними для різних ділянок лінгвістичних знань [1, с. 111].

До інших питань, над якими продовжують працювати сучасні мовознавці в галузі фразеології, належить розробка низки проблем, пов'язаних із системністю фразеологізмів, зокрема явищ синонімії, антонімії, полісемії, омонімії, варіантності, процесів фразеологічної деривації, а також із рівневим статусом фразеологізмів [6, с. 19].

Формулювання цілей статті. Однак, попри велику кількість наукових досліджень із проблем фразеології, ціла низка проблем залишається маловисвітленою або потребує свого вирішення, що і складає актуальність запропонованого дослідження.

Виклад основного матеріалу. Фразеологізми – це відображення народної мудрості; багато з них існують у мові десятки і сотні років, оскільки народ любить вдалі образні вирази, за допомогою яких можна передати і веселу музику, і злу насмішку [2, 3].

Поряд із цим вони є різними за своїм походженням. Зокрема, багато з них перейшло в літературну мову з мови представників різних професій. В основі фразеологічних зворотів лежать факти історії певного народу, а також легенди і факти античної історії. Частина фразеологізмів перейшла до нас з релігійних книг. До фразеології належать і народні прислів'я,

приказки, яскраві та влучні крилаті вирази письменників, учених, суспільних діячів. Вони роблять мову яскравою і виразною, тому широко використовуються в літературній мові. Багато фразеологізмів, які використовуються для опису зовнішнього вигляду людини, були створені народом.

Національний образ зовнішності, як феномен народної культури, відіграє важливу роль у процесі спілкування. Цей феномен – складне концептуальне явище, що формується за зовнішніми, фізичними та інтелектуальними ознаками, до яких долучаємо певний знаковий зміст [2, с. 54].

Національний образ зовнішності – це сукупність уявлень і асоціацій, що склалися історично і тому є достатньо стійкими. Вони відображають пізнавальний, соціальний і культурний досвід народу, включають також емоційний, прагматичний та естетичний аспекти його сприйняття та оцінки.

Різномасштабному вивченню питання зовнішності людини присвячені праці Н.М. Амосової, К.Т. Баранцева, Л.П. Сміта, О.В. Куніна та ін.

Фразеологізми, що описують людину, як правило, побудовані на народному жарті, іронії. В образній основі таких фразеологізмів зазвичай розкриваються особливості життя та побуту певного народу. Наприклад, можна порівняти походження фразеологізму, що позначає високий зріст людини в різних мовах. У Франції вирощують виноград, рослину, що в'ється і для якої потрібна підпора. Тому про дуже високу людину тут говорять «велика підпора». У німецьких селах з давніх-давен вирощували хміль. Це теж рослина, що в'ється, проте про високих людей тут кажуть «те, що ніколи не закінчується». Англійською мовою про високу людину кажуть «на голову вище».

Національний образ зовнішності, як феномен народної культури, відіграє важливу роль у процесі спілкування. Цей феномен – складне концептуальне явище, що формується за зовнішніми, фізичними та інтелектуальними ознаками, до яких долучаємо певний знаковий зміст.

Національний образ зовнішності – сукупність уявлень і асоціацій, що склалися історично і тому є достатньо стійкими. Вони відображають пізнавальний, соціальний і культурний досвід народу, включають також емоційний, прагматичний та естетичний аспекти його сприйняття й оцінки. Національний образ зовнішності, як і сама зовнішність людини, є комунікативним у широкому розумінні поняття комунікації.

Різномасштабному вивченню питання опису зовнішності присвячені праці В. Богуславського, Д. Терехової, В. Маслової, В. Харченкової, Ю. Шашкова. Вагомий внесок у дослідження стійких народних порівнянь

зробили такі мовознавці, як І. Кучеренко, М. Алефіренко, І. Гурін, М. Рожило, О. Юрченко.

Аналізуючи фразеологізми, що характеризують людину, можна сказати, що вони є певним носієм інформації стосовно особи, про яку йде мова. Прикладом такої інформації може бути вираз «біла ворона». Біла ворона – людина, що вирізняється в суспільстві своїм зовнішнім виглядом, поведінкою та світоглядом. У німецькій мові це звучить як «die Eule unter Krähen», що дослівно означає «сова серед ворон» – щось незрозуміле, посміховисько.

Є. Верещагін і В. Костомаров вважають, що фразеологізми можуть відображати національну культуру трояко:

- 1) комплексно, тобто своїм ідіоматичним значенням, усіма компонентами разом, що складає суть будь-якої фразеологічної одиниці;
- 2) розчленовано, тобто елементами свого складу; зазвичай стрижневим словом таких фразеологізмів є екзотизм для іншомовної аудиторії;
- 3) фразеологічні одиниці відображають народну культуру своїми прототипами, які описують звичаї, свята, деталі побуту і культури в житті народу; до цієї групи належить велика кількість порівнянь рослинного походження та анімалістичних фразеологізмів, що зіставляють якості людей та представників тваринного світу. Наприклад: «Здоровий наче бик» – фізично здорова та міцна людина. Людина яка не має жодних скарг на здоров'я.

У німецькій мові, знову ж таки, виникає кілька варіантів цього вислову, котрі мають інше значення: «Bullig» – еквівалентне українському значенню, й повністю відповідає українському варіанту. Але при перекладі висловів, пов'язаних із лексемою «бик», необхідно бути надзвичайно уважним. Вислів «ein Bulle von Kerl», крім перекладу «здоровий як бик», у німецькій мові може мати зовсім інше значення – людина тупа та неотесана. В українській мові для позначення такої риси часто використовується слово «бик», котре можна вважати в такому значенні жаргонізмом. А от фрази «впертий наче віслук», «він – хитра лисиця» мають точно таке ж значення і в німецькій мові і перекладаються як «störrisch wie ein Esel», «er ist ein schlauer Fuchs».

«Міцний горішок» – людина, котра не піддається натиску, незламна, та, котра твердо стоїть на своєму. Німецькою цей фразеологічний вислів має подібний вигляд і значення «eine harte Nuß».

Це один з багатьох прикладів схожості німецьких та українських фразеологізмів за значенням та написанням. Також до таких прикладів можна віднести порівняння окремих людських якостей: стальна воля –

eiserner Wille, залізні нерви – Nerven von Stahl.

Наприклад, фраза «зіркі очі» німецькою звучатиме «scharfe Augen», що дослівно перекладається як «гострі очі». Досить звичним в українській мові є вислів «вирячити очі». Зазвичай вживається воно для охарактеризування дій особи, котра знаходиться у збудженому стані чи то від здивування, чи від злості, а може від обурення. У німецькій мові цей вислів звучить як Glotzaugen machen – тупо витріщитися на що-небудь, вилупити очі.

Узагалі українські та німецькі фразеологізми схожі за структурою та значенням. Це може спричиняти неточність при перекладі, адже можна помилитися під час вибору риси людини (ein Bulle von Kerl – фізично здорова та міцна людина/тупа та неотгесана людина) або вибрати неправильний еквівалент для перекладу (wie ein Bär schwitzen – мокрий як миша).

Наука про фразеологізми говорить, що фразеологізми, які характеризують людину, – це сукупність семантично поєднаних слів та речень, що разом утворюють певне визначення, котре характеризує людину, а також є головним носієм інформації стосовно неї. Її звички, риси характеру, поведінка – усе це може вміститися в короткій фразі. За загальнокатегоріальними значеннями і синтаксичними функціями фразеологізми відносяться до субстантивного, ад'єктивного, дієслівного розрядів. Фразеологізми вживаються у синтаксичній функції підмета, предиката, означення, додатка. У ролі предикатива, означення субстантивні фразеологічні одиниці актуалізують сему якісної ознаки, категоріальна сема предметності зникає. Наприклад: eine treue Haut – „treuer, anhänglicher Mensch“: ...Na, Schwamm drüber, sie ist eine treue Haut, etwas ängstlich nur (P. Edel), що посилює значення характеристики об'єкта та, як наслідок, – емотивної оцінності фразеологічної одиниці (В.М. Білоноженко, І.С. Гнатюк).

Наявність емотивного компонента не залежить від реалізації мотиваційно-образної інформації у значенні фразеологізмів. У значенні демотивованої фразеологічної одиниці eine Meise haben – „nicht recht bei Verstand sein“: „Du hast eine Meise!“ behauptete Ralph wütend. „Carmen hat mich nur besucht, weil wir diese gemeinsame Arbeit hatten...“ (I. Bandini) представлений емотивний тон – гнів, негативна емотивна оцінка, висока інтенсивність вираження емоції. Емотивний стан є сталим у межах мовленнєвої ситуації. Інтенсивність вияву емоцій, виражених фразеологічним значенням, залежить від суб'єктивно-модального аспекту оцінки, параметри якого задані контекстом. Фразеологічні одиниці вживаються в літературно-розмовному мовленні: nicht mehr zu retten sein – „völlig verrückt, sehr unvernünftig sein“; у фамільярно-розмовному

мовленні: den Arsch offen haben – „nicht recht bei Verstand sein“.

Висновки. Отже, наявність сем лінгвокультурного компонента ‘культурна обумовленість’, ‘типовість для німецькомовної спільноти’ у значенні фразеологічної одиниці обумовлена зв’язком семантики фразеологічного компонента (слова-етнореалії, фонового слова), прямого значення прототипу фразеологізму з відомостями про реалії етнокультурної дійсності, культурно-ментальні факти. Для частини фразеологічних одиниць є характерною комплексна культурна маркованість. Наприклад: des Teufels sein – „besessen, toll sein“: Matte, der Schäfer, ...brachte nämlich einen Schafbock mit, der fürchterlich stank. „Bist du des Teufels, Matte?“ (B. Seeger). Первинна форма фразеологічної одиниці: des Teufels Eigen sein – „dem Teufel zugehören“. За народними віруваннями, людина, яка поводиться нерозумно, перебуває під владою нечистої сили. Компонент Teufel виражає комплекс асоціацій з образом диявола, що поєднують язичницькі та християнські вірування.

Постійне розширення та перебудова корпусу аналізованих фразеологічних одиниць сигналізує про підвищену значущість референтної сфери “риси характеру людини” для німецької лінгвоспільноти. Велика питома вага раціональних рис характеру в суб’єктивних цінностях зумовлює їх переважне вираження у фразеологічному складі німецької мови в XIX – XX ст. [5, с. 9–10.]

Список використаних джерел:

1. Амосова Н.Н. Основы английской фразеологии / Н.Н. Амосова. – Л. : Изд-во Ленингр. ун-та, 1963. – 208 с.
2. Виноградов В.В. Об основных типах фразеологических единиц / В.В. Виноградов. – М. : Наука, 1986. – 243 с.
3. Виноградов В.С. Введение в переводоведение (общие и лексические вопросы): учебное пособие / Виктор Сергеевич Виноградов. – М. : Издательство института общего среднего образования РАО, 2001. – 224 с.
4. Коломейцева Е.М. Лексические проблемы перевода с английского языка на русский: учеб. пособие / Евгения Михайловна Коломейцева, Марина Николаевна Макеева. – М. : Тамбов : Изд-во Тамб. гос. техн. ун-та, 2004. – 92 с.
5. Літвінчук І.М. Прагматика емотивного тексту / І.М. Літвінчук. – К., 2000. – 17 с.
6. Щербань Н.П. Про один із засобів контекстуального перетворення фразеологізмів / Н.П. Щербань // Мовознавство. – 1975. – №4. – С. 41–45.

Метельська Наталія Йосипівна,
магістрантка спеціальності «Переклад»,
ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»
Науковий керівник: Перова Світлана В'ячеславівна,
к. пед. наук, доцент, завідувач кафедри теорії та практики перекладу,
ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»

ХУДОЖНІЙ ПЕРЕКЛАД ЯК ЧИННИК МІЖКУЛЬТУРНОЇ ВЗАЄМОДІЇ

Вступ. Сучасний світ такий, яким він постає перед нами сьогодні, дає можливість бачити, яке величезне місце займає переклад у науковому, політичному і культурному житті кожної країни і всього світу. Переклад є активним учасником сучасного культурно-історичного процесу і без нього неможливо уявити собі сьогодення. Художній переклад виступає особливим способом міжкультурної комунікації, завдяки якому ми маємо можливість читати твори світової класичної літератури рідною мовою. Кожен художній твір, кожен художній напрям, література кожної історичної доби породжують специфічні проблеми для перекладача. Вирішувати ці проблеми можна лише за умови засвоєння перекладачем здобутків теорії та практики перекладу.

Вивченням питань загальної та часткової теорії перекладу займалися Л. Бархударов, В. Комісаров, Р. Міньяр-Белоручев, А. Федоров, А. Швейцер та інші. Особливості художнього перекладу були предметом уваги Д. Дюришина та Л. Латишева. Серед сучасних досліджень проблем перекладу можна виділити роботи О. Білоуса, В. Карабана, І. Корунця та М. Зимомрі. Проте наявні дослідження не можна вважати вичерпними, тому особливої актуальності сьогодні набуває вивчення специфіки включення перекладів творів світової літератури в контекст україномовного літературного простору.

Мета дослідження – розкрити найбільш характерні особливості художнього перекладу.

Результати дослідження. Переклад посідає особливе місце в літературному процесі. Кожен вид літератури послуговується певним видом перекладу, зокрема, художня література використовує художній переклад. Художній переклад – один з найбільш наочних виявів міжлітературної (і тому певним чином міжкультурної) взаємодії. Фактично він є важливою частиною національно-літературного процесу, оскільки виступає посередником між літературами, без нього неможливо було б говорити про міжлітературний процес в усій його повноті. Художній переклад є особливим видом перекладу, відображенням думок і

почуттів автора прозового або поетичного першотвору за допомогою іншої мови, перевтілення його образів у матеріал іншої мови [2].

Художній переклад має двоїсту природу: з одного боку, він є продуктом міжлітературної комунікації, але в той же час він багато в чому обумовлює і визначає її. Переклад виконує дві основні функції – інформативну (посередницьку) і творчу [3].

Художній переклад має справу не лише з комунікативною функцією мови, але й з її естетичною функцією, оскільки слово виступає як “першоелемент” літератури. Це вимагає від перекладача особливої ретельності та ерудованості. У художньому творі відображаються не лише певні події, а й естетичні, філософські погляди його автора, які або складають стійку систему, або є сумішшю різних теорій [2].

У зв’язку з цим перекладач повинен мати якщо не ґрунтовні, то принаймні достатні для перекладу знання у сфері філософії, естетики, етнографії, географії, ботаніки, астрономії, історії мистецтв тощо. Ідейно-образна структура оригіналу може стати в перекладі мертвою схемою, якщо перекладач не уявляє собі того суспільного середовища, у якому виник твір, тих причин, які покликали його до життя, і тих обставин, завдяки яким він продовжує жити в інших середовищах і в інші часи [2].

Інша проблема художнього перекладу – співвідношення контексту автора і контексту перекладача. У художньому перекладі контекст останнього дуже наближається до контексту першого. Критерієм співпадіння, або, навпаки, розходження обох контекстів є міра співвідношення даних дійсності і даних, узятих з літератури. Письменник іде від дійсності і свого її сприйняття до закріпленого словами образу. Іншими словами, якщо переважають дані дійсності, йдеться про авторську діяльність. Перекладач іде від існуючого тексту і відтворюваної в уяві дійсності через її “вторинне”, “наведене” сприйняття до нового образного втілення, закріпленого в тексті перекладу. Тобто, якщо переважають дані літературного походження, йдеться про контекст перекладача [3].

Таким чином, художній переклад обумовлений не лише об’єктивними чинниками (конкретно-історичними літературними традиціями), але й суб’єктивними (поетикою перекладача). Жоден переклад не може бути абсолютно точним, оскільки сама система мови перекладу за своїми об’єктивними даними не може досконало передати зміст оригіналу, що неминуче призводить до втрати певного обсягу інформації. Тут також мають роль особистісні особливості перекладача, який при перекодуванні тексту може випустити щось зі змісту, а також його рішення демонструвати чи не демонструвати всі особливості оригіналу [1].

У художньому перекладі до всіх цих чинників додається ще й особистість перекладача, який у цій ситуації є більшою чи меншою мірою ще й автором. Твір не можна вирвати зі стихії рідної мови і просто “пересадити” на новий ґрунт – він повинен народитися заново в новій мовній ситуації завдяки здібностям і таланту перекладача. Кожен мовний елемент, послугуючись найтоншими асоціативними зв’язками, впливає на образне мислення носія цієї мови і відтворює конкретно-чуттєвий образ. Закономірно, що при перекладі твору іншою мовою через мовні розбіжності ці асоціативні зв’язки значною мірою руйнуються. Щоб твір продовжував жити як мистецький витвір у новому мовному середовищі, перекладач повинен перейняти на себе функції автора, певною мірою повторити творчий процес його створення і наповнити твір новими асоціативними зв’язками, які б викликали нові образи, властиві даній мові [6].

Наступна, співвідносна з попередньою, проблема художнього перекладу – проблема точності і правильності. Ще М. Рильський з приводу поетичного перекладу писав, що “художній твір повинен перекладатися не від звуку до звуку, не від слова до слова, не від фрази до фрази, а від ланки ідейно-образної структури оригіналу до відповідної ланки перекладу” [5, с. 140].

У поетичному перекладі чіткіше відображається ця перекладацька концепція. Поетичний твір – єдність ідей, образів, слів, звукопису, ритму, інтонації, композиції. Не можна змінити один компонент, щоб це не вплинуло на загальну структуру твору. Зміна одного компонента обов’язково спричинює зміну всієї системи. Спроба відтворити в поетичному творі всі конструктивні елементи неодмінно призведе до втрати гармонії твору, отже необхідно визначити, які елементи в даному творі є головними, і відтворити їх з усією можливою точністю, не звертаючи або неістотно звертаючи увагу на інші.

Свого часу В. Брюсов висунув “теорію істотного елемента” (назву запропонував Ю. Левін) [4, с. 59]. Ця теорія якраз і зводилася до виокремлення найважливішого елемента (чи елементів) у поетичному творі і свідомого принесення в жертву інших її елементів. Жертва в будь-якому випадку неминуча, але, якщо вона буде осмисленою, тоді вона буде меншою.

При перекладі творів з англійської мови українською виникають проблеми, пов’язані з відмінностями у граматичній структурі мов, а також ті, які можна назвати власне стилістичними. Для перекладача важлива не стільки форма, скільки функція стилістичного прийому в тексті. Це означає певну свободу дій: граматичні засоби виразності можливо передавати лексичними і навпаки; опустивши непередаване

українською мовою стилістичне явище, перекладач поверне «борг» тексту, створивши в іншому місці тексту – там, де це найзручніше, – інший образ, але схожої стилістичної спрямованості.

Висновки. Отже, розкриття особливостей художнього перекладу говорить про те, що він посідає особливе місце в літературному процесі. Художній переклад – один з найбільш наочних виявів міжлітературної і певним чином міжкультурної взаємодії. Він має справу не лише з комунікативною функцією мови, але й з її естетичною функцією, оскільки слово виступає як “першоелемент” літератури. Крім того, для перекладача важлива не стільки форма, скільки функція стилістичного прийому в тексті. Це вимагає від перекладача особливої ретельності та рудованості.

Список використаних джерел:

1. Дюришин Д. Художественный перевод в межлитературном процессе / Д. Дюришин // Проблемы особых межлитературных общностей / под общей ред. Д. Дюришина. – М., 1993. – 245 с.
2. Коптілов В.В. Теорія і практика перекладу : навч. посібник / В.В. Коптілов. – К. : Юніверс, 2003. – 280 с.
3. Краткая литературная энциклопедия / гл. ред. А.А. Сурков. – М. : Сов. энцикл., 1962 – 1978. Т. 5, 1968. – С. 600–602.
4. Международные связи русской литературы : сб. статей / под ред. акад. М.П. Алексева. – М. : Изд-во АН СССР, 1963. – М. – С. 59.
5. Рильський М.Т. Зібрання творів : у 20-ти томах / М.Т. Рильський.– К., 1987. – Т. 16. – 297 с.
6. Федоров А.В. Основы общей теории перевода (Лингвистические проблемы) / А.В. Федоров. – М. : ООО «Издательский Дом «ФИЛОЛОГИЯ ТРИ», 2002. – 416 с.

Назаренко Аліна Володимирівна,
студентка 3 курсу спеціальності «Філологія»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Демченко Надія Олександрівна,
к. п. н., доцент, професор кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОСНОВНІ ВІДМІННОСТІ ФРАЗЕОЛОГІЧНИХ І ЛЕКСИЧНИХ ОДИНИЦЬ В АМЕРИКАНСЬКОМУ ТА БРИТАНСЬКОМУ ВАРІАНТАХ АНГЛІЙСЬКОЇ

Постановка проблеми. Англійська мова є полінаціональною: британська варіація англійської мови поклала початок американській, а

згодом – австралійській і південноафриканській. Та на сьогоднішній день існують навіть нігерійська, сингапурська та індійська варіації англійської. Але основними варіантами вважають британський та американський. Щодо останнього, то він функціонує у багатьох сферах життя і діяльностях людини, у сфері культури, фінансів, економіки, освіти і т. д. – і все більш стає вживаним та поширеним по всьому світу.

У США в даний час проживає найбільша кількість носіїв англійської мови (1995 р. населення США склало 263 057 тис. чол.). Саме Америка в XX столітті найбільшою мірою сприяла поширенню англійської.

Але викладання англійської мови у великій кількості країн уже протягом багатьох років орієнтоване саме на британську варіацію мови, в той час як американську доводиться пізнавати на практиці, причому не так часто – в основному людям, котрим за професійною діяльністю потрібно спілкуватися з носіями американської варіації.

Огляд останніх досліджень і публікацій. Питання вивчення національних варіантів англійської мови привернуло увагу багатьох вітчизняних та зарубіжних науковців. Проблеми дослідження мовних ситуацій у країнах поширення національно негомогенних мов, стандартних та субстандартних характеристик мови, співставлення стандарту та іншого різновиду існування мови розглядали у своїх працях такі науковці, як Боберг Чарльз, М. Оркін, Дж. Чемберс, Р. Мак Коннел, Р. Грегг, а також вітчизняні дослідники Г. В. Степанова, Н. І. Філічева, М. А. Бородіна, О. А. Реферовська та ін.

Постановка цілей дослідження. На сьогоднішній день сучасні навчальні програми викладання й вивчення англійської мови просто вимушені брати до уваги той факт, що слухачі практично щодня будуть матимуть справу не тільки з британським варіантом, а й з американським через перегляд американських фільмів, слухання американської музики, читання відповідних книжок, використання товарів американського походження і т. д. Важливим чинником для розвитку американської варіації англійської мови є сучасна всесвітня мережа Інтернет, котра відкриває необмежені можливості для пошуку інформації. Саме тому для успішного вивчення англійської мови слід бути уважним у питаннях відмінностей між британською та англійською варіаціями мов.

Виклад основного матеріалу дослідження. Ранні роки сімнадцятого століття для нас цікаві тим, що колоністи з Англії почали поширювати свою мову Америкою. Перші поселення англійців у Північній Америці були засновані 1607 року, та перше було назване Джеймстаун (територія нинішнього штату Вірджинія). У листопаді 1620 року пуритани, котрі прибули на кораблі Мейфлауер, заснували

місто Плімут.

Жителі цих двох містечок мали різні мовні традиції. Колоністи першого ж прибували в основному з західної частини Англії, наприклад з графств Глостершир та Сомерсет з характерною для них вимовою (озвучення звуку [s], тобто сама назва Сомерсет звучала в них як Зомерзет, а ще вони мали розбіжності у вимові звуку [r] після голосного). Плімутські колоністи прибували зі східних графств Англії (Лінкольншир, Ноттінгемшир, Ессекс, Кент) і Лондона, де вимови трохи відрізнялись – звук [r] після голосних там був відсутній. Ці звукові відмінності продовжували зберігатися і надалі. Носії різних діалектів розселилися на захід і південь. І хоча картина поширення діалектів ніколи не була чіткою через постійну міграцію населення з півночі на південь і в зворотному напрямку і приплив емігрантів з різних країн світу, відмінності на рівні діалектів продовжують зберігатися у США і зараз.

У XVII – XVIII ст. потоки емігрантів постійно зростають, приносячи з собою різноманітність мов і діалектів. Наприклад, штат Пенсільванія заселявся переважно квакерами, які прибували, як правило, із середньої і північної частин Англії.

На формування мови колоній впливала не тільки Англія. Уже в XVIII ст. в Північну Америку ринула хвиля іммігрантів з Ірландії. На Заході і Південному Заході сучасних Сполучених Штатів головною мовою була іспанська. Уздовж річки Св. Лаврентія селилися вихідці з Франції. У Пенсільванії селилися німці. Крім того, в південні райони ввозилася велика кількість негрів, які стали об'єктом работоргівлі. Усі ці нові мешканці Північної Америки (не потрібно забувати також корінних жителів – індіанців) вносили свій внесок у формування діалекту колоній.

Масова еміграція в нову державу – Сполучені Штати Америки – продовжилася в XIX – XX ст. При цьому, попри велику кількість мов і культур новопоселенців, основною мовою, як і раніше, залишалася англійська. "Завдяки природному процесу асиміляції більшість сімей іммігрантів починали говорити англійською протягом життя одного-двох поколінь" [4]. Але полікультурний характер Сполучених Штатів не складно помітити. У США зустрічаються особисті імена, які зберегли свої національні риси: іспанські – Rodolfo, Dolores та ін., італійські – Antonio, Niccolo, Paolo і ін., португальські – Mario, Manuel, Raul і ін., німецькі – Rupert, Rudolf і ін. .".

Однак англійська мова північноамериканських колоній була істотно збагачена за рахунок запозичень. Поселенці запозичили слова з індіанських мов для позначення незнайомих їм рослин (наприклад, hickory – рід ліщини або persimmon – хурма) і тварин (raccoon – снот, woodchuck – лісовий бабак). З французької мови запозичені слова

chowder – різновид юшки, prairie – прерія; з голландського – слова scow – шаланда, човен, sleigh – сани. Багато нових слів з'явилося шляхом комбінації вже відомих, наприклад, backwoods – глухомань, глушина, bullfrog – жаба-бик (вид жаби). Багато англійських слів отримали нове значення, наприклад lumber у значенні "мотлох" (вживається в англійській мові в більш вузькому значенні – ганчірки, лахміття).

Очевидно, що нові слова з'являлися остільки, оскільки в житті колишніх європейців тепер з'являлася безліч нових реалій, для позначення яких в англійській та інших мовах слів не було.

Часто можна почути думку, що якби колонізація сталася двома-трьома століттями раніше, американський варіант англійської так само сильно відрізнявся б від британського, як сучасний французький від італійського, тобто замість різних варіантів однієї мови з'явився б різні мови. Однак колонізація сталася після винаходу друкарства і тривала в епоху Просвітництва з її ідеями загальної освіти. Протягом тривалого часу більшість книг, що читалися в Америці, були англійськими. Більше того, багато колоністів продовжували і підтримувати зв'язки з Англією, в чому вони відрізнялися від своїх англосаксонських предків, які, як відомо, порвали всі зв'язки з континентом після переселення на Британські острови. Проанглійсько налаштовані американці засуджували всякі "американізми", що підкреслює різницю між ними й англійцями.

Тепер існує багато "американізмів", які набули поширення навіть у британському варіанті англійської мови.

По-перше, ми розглянемо випадки, коли у британському та американському варіантах англійської вживання слова протиставляються одне одному, тобто розглянемо основні відмінності схожих за значенням слів.

<i>Британський варіант</i>	<i>Американський варіант</i>	<i>Значення</i>
Acclimatize	Acclimate	Акліматизувати
Centre	Center	Центр
Metre	Meter	Метр
Up to the time	On time	Вчасно
Anticlockwise	Counterclockwise	Проти годинникової стрілки
Yours sincerely	Sincerely yours	З повагою
Pretence	Pretense	Вдавання
Analyse	Analyze	Аналізувати
(it) behaves	Behooves	Веде себе

В особливу групу слід виокремити ті лексичні одиниці, які можна назвати безеквівалентною лексикою, тобто ті слова і стійкі словосполучення, які використовуються у США і не мають словникових еквівалентів у британському варіанті англійської мови.

Chemist`s drug-store	drugstore	Аптека, магазин, де разом з запатентованими медичними засобами продаються прохолодні напої, канапки
	rodeo	Популярне в Америці змагання ковбоїв у ловлі худоби за допомогою ласо, їзді на необ'їжджених конях і т. д.
<i>Фразеологізми</i>		
	Beat one`s brains out	Зламати голову над чимось
	Be from Missouri	Бути скептиком
	Chew the fat	Пліткувати
	Do a land-office business	Мати багато клієнтів
	Drop the ball	Зробити безглузду помилку
	Feel like two cents	Погано почувати себе
	Johnny-on-the-spot	Хлопчик на побігеньках
	Lately-come-lately	Новачок
	Live high off the hog	Розкішно жити
<i>Безеквівалентна лексика в Американському варіанті</i>		
Barman		буфетник у барі
barmaid		буфетниця
<i>Британський варіант</i>	<i>Американський варіант</i>	<i>Значення</i>
	Junior high school	Неповна середня школа, котра включає 7 та 8 або 8 та 9 класи

Розглянемо більш детально особливості американських фразеологізмів і ті розбіжності, які існують між американським і британським варіантами у сфері фразеології.

Перш за все необхідно відзначити, що ряд поширених у США фразеологічних одиниць, по суті, є варіантами британських

фразеологізмів. Ці одиниці виявляють лише часткові розбіжності в лексичному складі.

<i>Британський варіант</i>	<i>Американський варіант</i>	<i>Значення</i>
To get the smelled head	To get the big head	Величатися, зазнаватися
Enough to make a cat laugh	Enough to make a horse laugh	Сміхота, потіха
Cheese off	Tick off	Радість
Get one`s cards	Get a pink slip	Бути звільненим
In top gear	In high gear	На всій швидкості
Devil of work	Working devil	Працелюбна людина

У лексичному складі присутня значна кількість розбіжностей між американським і британським варіантами англійської мови.

<i>Британський варіант</i>	<i>Американський варіант</i>	<i>Значення</i>
Accumulator	Battery	Акумулятор
Barrow	Pushcart	Тачка
Biscuit	Cookie	Печиво
Braces	Suspenders	Підтяжки
Clever	Smart	Розумний
Coach	Bus	Автобус
Company	Corporation	Компанія
Cram	Bone up	Зубрити
Dinner jacket	tuxedo	Смокінг

Висновки. Отже, американський варіант англійської мови є лише місцевим варіантом, а не самостійною мовою. Як було показано в роботі, американський варіант англійської мови не має ні свого особливого словникового складу, ні свого особливого граматичного ладу.

У цілому для американського варіанту англійської мови характерне спрощене написання (наприклад усунення надлишкових знаків, приклад усунення винятків з правил, вживання менш поширених графічних варіантів слів більш поширеними). Але в той же час усі дані процеси здійснюються на матеріалі саме англійської мови.

Отже, різниця між американським і британським варіантом англійської мови досить помітна. Однак думка про суттєві відмінності між американським і британським варіантами англійської мови – це суцільна легенда. Насправді їх не так уже й багато. Проте відмінностей між цими двома варіантами мови з кожним роком налічується все більше. Звідси постає питання: яку мову вивчати – британську чи американську?

На думку багатьох українських лінгвістів і викладачів, "правильним" варіантом вивчення мови є британський, точніше та його

частина, яка називається "прийнятий стандарт" (RP).

Правильна базова англійська потрібна, до речі, і для того, щоб розуміти інші варіанти мови, діалекти й особливості. Думаю, що людина з хорошим класичним англійським ніде не пропаде і, якщо буде треба, достатньо легко зможе перебудуватися, звикнути до іншої модифікації мови.

Усе це, природно, говорить на користь британського варіанту для вивчення в навчальних закладах. Але, без сумніву, учням / студентам, які вивчають англійську мову, потрібно роз'яснювати основні лексичні та граматичні відмінності між двома варіантами мов – така робота повинна стати однією з основних у вивченні лінгвокраїнознавчого матеріалу. При цьому основним повинен стати британський варіант англійської.

Список використаних джерел:

1. Антрушина Г.Б. Лексикология английского языка / Г.Б. Антрушина., О.В. Афанасьева. – М., 1999. – С. 17.
2. Аракин В. Д. История английского языка / В. Д. Аракин. – М., 2001.
3. Бархударов Л.С. Грамматика английского языка / Л.С. Бархударов, Д.А. Штелинг. – М., 1973.
4. Булова В.Л. Межкультурная коммуникация в контексте когнитивной лингвистики / В.Л. Булова // Лингводидактические проблемы обучения иностранным языкам в школе и в вузе : межвузовский сборник научных статей / под ред. Л. Н. Борисовой. – Вып. 3. – Белгород, 2003.
5. Голденков М. А. Осторожно! Hot dog! Современный активный English / М. А. Голденков. – М., 2000.
6. Евдокимов М. С. Краткий справочник американобританских соответствий / М. С. Евдокимов, Г.М. Шлеев. – М., 2000.

Науменко Анна Юрївна,
студентка 5 курсу спеціальності «Філологія (Переклад)»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Демченко Надія Олександрівна,
к. п. н., доц., проф. кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕКЛАДУ МЕТАФОРИЧНИХ ТЕРМІНІВ У НАУКОВО-ТЕХНІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ

Вступ. Сучасне українське суспільство вийшло на рівень тісного контактування з англомовним світом. І для будь-якого співробітництва, зокрема в науковій та технічній галузях, важливим є знання англійської

мови. Та для тих людей, які не володіють мовою достатньою мірою, повинна існувати якісна перекладацька література. Метафоричні терміни в науково-технічній літературі є особливим питанням, адже передача їхнього значення та образності іншомовному реципієнту є складним завданням.

Як результат активного розвитку термінологічної лексики, обумовленого прискореними темпами розвитку науки у ХХ ст., у рамках англійської мови є значний прошарок спеціальної лексики – поширені системи наукової термінології. Аналіз сучасної англійської термінології показує, що серед продуктивних термінотворчих засобів значне місце посідає метафора, яка надає науковій термінології яскравої образності.

Результати дослідження. Метафора (від гр. *metaphora* – перенесення, переміщення) – одне з найяскравіших явищ мови, яке позначається як перенесення найменувань, яке ґрунтується на асоціації за схожістю (форми, кольору, місця, поведінки, звучання) [1, с. 70].

На думку Л.В. Івіної, у мові спеціальної галузі знань чи сфери діяльності метафора – це не просто найбільш адекватна номінація певного концепту, а часто взагалі єдина номінація певного об'єкта чи процесу. У зв'язку з цим дуже часто лише метафоричний термін дозволяє у процесі спілкування з людьми повідомити про своє розуміння суті явища чи об'єкта, які не мають ще своєї встановленої назви. З усією своєю умовністю метафора містить такий обсяг інформації, який дозволяє їй виконувати функції терміна [2, с. 48].

Отже, метафоричний термін – це метафора, тобто перенесення найменувань, яке ґрунтується на асоціації за схожістю, яка позначає певне наукове поняття і вживається у спеціальній сфері. Існує три етапи утворення терміна шляхом метафоризації: відбір об'єкта за розпізнавальними ознаками; концептуалізація, тобто формування поняття об'єкта під впливом значення загальноживаного слова; закріплення вибраної одиниці номінації за новим поняттям.

Потрібно зазначити, що існують різні класифікації термінів-метафор. Це може бути поділ за ознаками схожості метафоричних термінів або їхніми функціями.

Аналіз прийомів перекладу метафоричних термінів показав, що найчастіше для перекладу вищезазначених одиниць використовуються калькування та еквівалентний переклад (39% та 32% відповідно). Досить висока частотність використання еквівалентного перекладу свідчить про те, що немала частина проаналізованих термінів має перекладні еквіваленти в українській мові. Описовий переклад також є розповсюдженим прийомом перекладу метафоричних термінів, його частка складає 26%, що є трохи меншим за третину. Найменший відсоток

має транскодування. Потрібно зазначити, що цей прийом узагалі використовувався для перекладу лише одного з компонентів термінів-словосполучень.

Важливим аспектом перекладу метафоричних термінів є збереження образності одиниць у мові перекладу. Мовні метафори в перекладі можуть передаватися метафоричним або ж неметафоричним словом. У деяких випадках перекладач може обирати між метафоричним і неметафоричним відповідником. У такому разі він обирає варіант на підставі загального стилістичного аналізу, проте насправді це переважно не має значення [3, с. 203–204].

Висновки. Результати проведеного аналізу збереження образності метафоричних термінів у перекладі показують, що майже половина (45%) з проаналізованих термінів зберігає метафоричність значення, що загалом підтверджує сучасну тенденцію до збереження образності. Потрібно також сказати, що для українських відповідників характерна різноманітність образів, тобто метафора не обов'язково може передаватися метафорою в мові перекладу, яка містить той самий образ, що й оригінал.

Список використаних джерел:

1. Арнольд И.В. Лексикология современного английского языка = The English Word : учебник / И.В. Арнольд. – М. : Высшая школа, 1986. – 295 с.
2. Ивина Л.В. Лингво-когнитивные основы анализа отраслевых терминосистем (на примере англоязычной терминологии венчурного финансирования) : учебно-методическое пособие / Л.В. Ивина. – М. : Академический Проект, 2003. – 304 с.
3. Карабан В.І. Переклад англійської наукової та технічної літератури. Лексичні, термінологічні та жанрово-стилістичні труднощі / В.І. Карабан. – Вінниця. 2001. – 303 с.

Павельсва Анна Костянтинівна,
студентка 5 курсу спеціальності «Філологія (Переклад)»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»,
Науковий керівник: Демченко Надія Олександрівна,
к. п. н., доц., проф. кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ХУДОЖНИЙ ТЕКСТ ТА ОСОБЛИВОСТІ ЙОГО ПЕРЕКЛАДУ

Постановка проблеми. Загальна теорія перекладу будується на основі дослідження перекладацької діяльності, об'єктом якої є тексти всіх

функціональних стилів. Художній стиль – мабуть, найбільш описаний з усіх стилів. Але навряд чи з цього можна зробити висновок про те, що він найбільш вивчений з них. С. Тюленев пояснює це тим, що художній стиль – «найжвавіший, творчо розвинений із стилів» [8, с. 252]. Художня мова, яка розрахована на сприйняття й розуміння його на тлі загальнонародної, загальнонаціональної мови, відрізняється від неї тим, що дійсність мови художнього твору – це дійсність цілісного художнього світу, внаслідок чого мовні і позамовні (змістові) сторони художнього твору складено міцніше, ніж в інших функціональних стилях. Тому закономірності побудови художньої мови пояснюються не граматичними й синтаксичними правилами, а правилами побудови змісту.

Визначення мети статті. Мінімальною одиницею художнього перекладу зазвичай є слово. Для успішного перекладу перекладач повинен чудово володіти як семантикою слів у тексті іноземної мови, так і семантикою слів, що зіставляються в тексті рідної мови. Але сам процес перекладу не здійснюється послівно, тому перекладачеві необхідно знати особливості максимальної одиниці художнього перекладу – художнього тексту.

Огляд останніх досліджень і публікацій. За визначенням Ю. Солодуба, художній текст (текст художнього твору) – це текст, основною функцією якого є естетична дія на читача або на слухача [7, с. 21]. Художні тексти мають абсолютно інший естетичний статус. Вони і суспільством зберігаються довше, ніж інші тексти. Реципієнтом художнього тексту може виступати будь-яка людина, але для цього необхідно виявити цікавість до тексту, захотіти сприйняти його [8, с. 253]. Художній текст, як складне явище, стає об'єктом аналізу не лише традиційної лінгвістики, але і психології, антропології, філософії, культури, логіки, текстології.

Основний зміст. Розглянемо деякі погляди на структуру художнього тексту. А. Потєбня виділяє три складові частини художнього твору, співвіднесені, на його думку, з елементами «слова з живим уявленням». Це, по-перше, «зміст (або ідея), що відповідає чуттєвому образу або розвиненому з нього поняттю», по-друге, «внутрішня форма, образ, який указує на цей зміст, що відповідає уявленню (яке теж має значення тільки як символ, натяк на відому сукупність чуттєвих сприйнять або на поняття)», по-третє, «зовнішня форма, у якій об'єктивувався художній образ» [6, с. 140]. Т. Заботіна виділяє три елементи тексту – зміст, смисл і словесну (знакову) форму. Дослідниця виділяє такі компоненти художнього тексту: змістовий простір, смисловий простір і простір засобів вираження [4, с. 59].

Семантика художнього тексту повинна розумітися як зміст, що виникає в мисленні автора відповідно до задуму, тобто який відображає інтерпретацію якого-небудь факту дійсності і який характеризується поставленим автором комунікативним завданням.

Вивчення художніх текстів припускає глибокий стилістичний аналіз матеріалу, який дозволяє дізнатися, у чому полягає його індивідуальна своєрідність. На думку О. Федорова, характерні особливості художньої літератури, вияв у кожному випадку індивідуальної художньої манери письменника, зумовленої його світоглядом, впливом естетики епохи й літературної школи, незора різноманітність як лексичних, так і граматичних (зокрема синтаксичних) засобів мови в їх різних співвідношеннях один з одним, різноманіття поєднань книжно-письмової й усної мови в літературно переломлених стилістичних різновидах тієї чи іншої – усе це робить питання про художній переклад надзвичайно складним [8, с. 334].

Для літератури характерний особливий зв'язок між художнім образом і мовною категорією, на основі якої він будується. Іншою властивістю художнього тексту є його смислова ємкість, яка виявляється у здатності письменника сказати більше, ніж говорить прямий зміст слів у їхній сукупності, у його вмінні змусити працювати думки і відчуття, і уяву читача [6, с. 210]. Ще одна важлива характерна риса художнього тексту – це яскраво виражене національне забарвлення змісту і форми. Важливо враховувати й тісний зв'язок між історичною обстановкою та образами твору, що відображають її, а також виділити індивідуальну манеру письменника. Індивідуальний стиль письменника включає використання певних мовних стилів загальнонародної мови [6, с. 211].

У художній літературі велику смислову і виражальну роль відіграє вибір слова. У тексті художнього стилю ми часто знаходимо різноманітні тропи, архаїзми, діалектизми, запозичення та інші мовні засоби. Також при перекладі художнього тексту необхідно враховувати його стилістичні особливості – авторську іронію, іронію персонажу до себе чи до іншого персонажа, історичний колорит, вказівки на місцеві риси в образі діючої особи та ін., які, наприклад, виділяють Ю. Піввуєва та О. Двойніна [6, с. 213].

Дослідження художнього образу є базовою категорією будь-якого художнього дискурсу в рамках дискурсивно-когнітивної парадигми наукового знання, і це новий крок у розвитку перекладознавства, який дозволяє об'єктивніше судити про ті чи інші перекладацькі стратегії у вирішенні основного завдання – проблеми адекватності при перекладі. Він також дозволяє отримати об'єктивну основу для здійснення порівняльного аналізу перекладів з метою пізнання етноспецифіки концептуалізації, категоризації і вербалізації не тільки об'єктивної

реальності, але і створюваного ірреального художнього світу [1, с. 127]. А. Чередніченко та П. Бех підкреслюють, що «порівняльне вивчення образу й образних систем оригіналу і перекладу в їхньому співвідношенні з лінгволітературними традиціями складає найважливішу проблему сучасного перекладознавства» [8, с. 5].

У філософії поняття художнього образу визначається як загальна категорія художньої творчості, засіб і форма освоєння життя мистецтвом. Як зазначає М. Грабовський, «образ – це відзеркалення результату пізнавальної діяльності людини чи узагальненого художнього подання дійсності. Образ повторює в тій або іншій формі те, що існує, окрім нього, та історично передеує йому» [3, с. 351].

Розглянемо структуру категорії художнього образу як філософського поняття. М. Бахтін відносить до категорії художнього образу кілька елементів: онтологічний, семіотичний, гносеологічний та естетичний.

Онтологічним аспектом художнього образу є факт ідеального буття, наділеного мовною основою, яка не співпадає з мовною основою відтворного об'єкта реальної дійсності. Художній образ не співпадає зі своєю мовною основою, хоча пізнається в ній і через неї, за твердженням науковця, «...неестетична природа матеріалу, на відміну від змісту, не входить в естетичний об'єкт..., з нею ...має справу художник-майстер і наука естета, але не має справи первинне естетичне споглядання» [2, с. 47]. Та все ж образ тісніше зрощений зі своїм матеріальним носієм. Будучи до певної міри байдужий до початкового матеріалу, образ використовує його іманентні можливості як знаки власного змісту; так, статуя «байдужа» до хімічного мармуру, але не до його фактури й відтінку. У семіотичному аспекті художній образ – це знак, засіб смислової комунікації в рамках даної культури. Тоді образ виявляється фактом уявного буття, він щоразу наново реалізується в уяві адресата, що має «ключ», культурний «код» для його пізнання й розуміння. У гносеологічному аспекті художній образ – це вигадка, допущення, гіпотеза. Разом з тим художній образ – не просто формальне припущення, а припущення навіть у разі нарочитої фантастичності, що вселяється художником з максимальною чуттєвою переконливістю. В естетичному аспекті художній образ – це організм, у якому немає нічого випадкового і механічно службового і який прекрасний завдяки досконалії єдності та кінцевому значенню своїх частин [2, с. 352–355].

Деякі дослідники розглядають проблему художнього образу виключно з позицій словесного образу. Цей підхід видається не виправдано звуженим, оскільки у формуванні образної структури всього твору беруть участь не лише семантичні, але й композиційні,

ритміко-інтонаційні та евфонічні засоби. Найбільш виразно показати правильність цього твердження можна на прикладі віршованого твору. Віршований твір, як макрообраз, складається з великої кількості образів, що утворюються на двох основних рівнях – семантичному та формотворчому (синсемантичному). Відповідно, серед образів твору можна виділяти автосемантичні та синсемантичні образи. Носіями автосемантичних образів є повнозначні слова. В основі синсемантичних образів лежать композиційні, ритміко-інтонаційні та евфонічні особливості організації поетичного мовлення.

Основною рисою художніх творів є обов'язкова наявність у них художніх образів. На нашу думку, перед тим як починати перекладати твір, потрібно проаналізувати художні образи, їхню структуру для того, щоб повністю відтворити авторський задум.

Теорія художнього перекладу – найдавніша з теорій перекладу. Навіть сьогодні багато авторів свої теоретичні положення про переклад розробляють у сфері художньої літератури, тобто в поняттях і термінах літературознавства. Ця обставина є цілком закономірною, і її наслідком є широке використання методів порівняльного стилістичного аналізу оригіналу твору та його перекладу.

Р. Міньяр-Белоручев твердить, що художній переклад різко відрізняється від інших видів перекладу неможливістю спиратися в мовній діяльності переважно на репродукцію. Він вимагає не просто використовувати старе, завчене раз і назавжди, – він припускає мовну творчість [6, с. 176].

Висновки. Отже, художній переклад передає думки оригіналу у формі правильної літературної мови, що викликає найбільшу кількість розбіжностей у науковому середовищі: багато дослідників вважають, що кращі переклади повинні виконуватися не стільки за допомогою лексичних і синтаксичних відповідностей, скільки творчими дослідженнями художніх співвідношень, відносно яких мовні відповідності відіграють підпорядковану роль. Інші учені загалом визначають кожен переклад, у тому числі художній, як відтворення твору, створеного в одній мові засобами іншої мови. У зв'язку з цим виникає питання точності, повноцінності або адекватності художнього перекладу.

Список використаних джерел:

1. Алексеев А.Я. Художественный образ и перевод / А.Я. Алексеев // Вісник СДУ. Том 1. – 2006. – №11 (95). – С. 126–130.
2. Бахтин М.М. Вопрос о литературе и эстетике / М.М. Бахтин. – М. : Худож. Лит., 1975. – 109 с.

3. Дюришин Д. Художественный перевод в межлитературном процессе (проблемы особых межлитературный общностей) / Д. Дюришин. – М. : Час, 1993. – 456 с.
4. Заботина Т.Е. Подход к интерпретации как к действованию / Т.Е. Заботина // Филологическая герменевтика и общая стилистика. – Тверь : ТГУ, 1992. – С. 54–65.
5. Казакова Т.А. Теория перевода (лингвистические аспекты) / Т.А. Казакова. – СПб. : Издательство Союз, 2003. – 296 с.
6. Попович А. Проблемы художественного перевода / А. Попович. – М. : Высшая школа, 1980. – 199 с.
7. Степанов В.Г. Редакционная подготовка изданий переводной литературы [Электронный ресурс] / В.Г. Степанов. – М. : МГУП, 1997. – 127 с. – Режим доступа : <http://www.hi-edu.ru/e-books/RedPodgotPerevodLit/index.htm>.
8. Федоров А.В. Основы общей теории перевода (лингвистические проблемы) / А.В. Федоров. – М. : Филология три, 2002 – 418 с.

Радіонова Тетяна Олександрівна,
студентка 5 курсу спеціальності «Філологія» (Переклад),
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Демченко Надія Олександрівна,
к. п. н., доцент, професор кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ДЕЯКІ ОСОБЛИВОСТІ ПРЕКЛАДУ ТА РЕДАГУВАННЯ НАУКОВИХ СТАТЕЙ МЕДИЧНОЇ ТЕМАТИКИ

Постановка проблеми. XXI сторіччя – епоха науково-технічного прогресу та поглиблень знань у різних сферах людської діяльності. Актуальним лишається питання так званої «універсальної» мови наукового спілкування на міжнародній арені з метою комунікації науковців різних культур та країн. Нині загальноприйнятою та найбільш уживаною лишається англійська мова, тож вагомю проблемою є україно-англійський переклад з урахуванням особливостей наукового стилю, проблематики змісту та спрямованості тексту, а також знань вужькопрофільної термінології.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Поняття «термін» «терміносистема» досліджувалися багатьма перекладознавцями – С.В. Грінвовим, О.В. Суперанською, Р.Ф. Проніною, М.Н. Володіною, Г.П. Мельниковою, Б.Н. Головіним, Л. С. Бурхударовим, С.Л. Мішлановою та Л. М. Алексєєвою. Отже, *термін* – це спеціальна

номінативна лексична одиниця (слово чи словосполучення) спеціальної мови, яку приймають для точного найменування спеціальних понять. Під *терміносистемою* ми розуміємо впорядковану велику кількість термінів із зафіксованими відношеннями між ними, які відображають відношення між термінами, що називають ці поняття.

Постановка мети. Аналіз і переклад англійських термінів галузі медицини доводить, що в багатьох випадках пріоритетним стає визначення денотату терміна в галузі. За відсутності словникових відповідників, тлумачень у словнику медичних термінів або енциклопедії чи іншої допоміжної інформації у джерелах термін підлягає аналізу в інших контекстах. Аналіз останнього ми і будемо робити в нашій статті.

Виклад основного матеріалу. Науковий переклад, за різними джерелами, може бути названий як «науково-технічний» або «технічний», що в усіх випадках означає переклад, який використовують для обміну науково-технічною інформацією між людьми, які спілкуються різними мовами.

До науково-технічної літератури відносяться такі види текстів:

- власне науково-технічна література, тобто монографії, збірники та статті з різних проблем науки і техніки;
- навчальна науково-технічна література (підручники, довідники і т. д.);
- науково-популярна література з різних галузей техніки;
- технічна і супровідна документація;
- технічна реклама, патенти та інше.

Серед лексичних труднощів науково-технічного перекладу В.І. Карабан виокремлює "багатозначність слів (термінів) та вибір адекватного словникового відповідника або варіанта перекладу слова (терміна), особливості вживання загальнонародних слів у науково-технічних текстах, правильне застосування того чи іншого способу перекладу лексики, визначення межі припустимості перекладацьких лексичних трансформацій, переклад термінів-неологізмів, абревіатур, власних імен і назв (фірм, установ і організацій) тощо". До граматичних відмінностей автор відносить особливості граматичної будови мови, форми і традиції письмового наукового мовлення.

Одним з поширених наукових перекладів є переклад медичних текстів, що являє собою складний інтегрований процес лінгвістично-перекладацької практики. За формою виділяють два типи перекладу – усний та письмовий. Особливу увагу на себе звертає письмовий переклад, оскільки саме він має найбільш масову цільову аудиторію через високий рівень доступу до друкованих джерел та їхню розповсюдженість.

Іншим напрямком лінгвістично-перекладацької роботи є

редагування текстів. Редагування (від лат. *redactus* – доведений до ладу) – це аналіз, перевірка та виправлення будь-якого тексту. При редагуванні текстів необхідно пам'ятати про: необхідність чіткого формулювання тези й аргументів; те, що формулювання тези під час доказів залишається незмінним; те, що теза й аргументи не повинні суперечити одне одному; те, що, як аргумент використовуються положення, правдивість яких не викликає сумніву; те, що докази повинні бути повними й достатніми.

Розрізняють такі види правок:

- правка-вжипування – це звірення виправленого тексту з текстом, що має редакторські правки і прийнятий за взірць; за такої правки усувають технічні помилки (вписують пропущені літери);
- правка-скорочення – усунення з тексту повторів несуттєвого матеріалу;
- правка-перероблення – застосовується в тих випадках, коли автор тексту недостатньо володіє літературною мовою й невдало висловлює свою думку;
- правка-оброблення – комплексний вид правки, яким передбачено аналіз і відбір фактичного матеріалу, оцінювання й покращення структури наукового тексту, мовну правку тексту, перевірку правильності зовнішнього оформлення тексту.

Попри велику кількість досліджень у даній галузі потрібне подальше більш детальне вивчення проблемних питань перекладу наукових текстів медичної тематики.

Метою роботи було визначення певних особливостей перекладу та редагування наукових текстів медичної тематики на основі аналізу наукових статей та рекомендацій American Medical Association (Oxford) з редагування наукових медичних текстів.

Одним з центральних питань перекладу та редагування наукових текстів є врахування особливостей граматичної структури речення. Так, рекомендується виключати наявність складнопідрядних довгих речень, що є складними для сприйняття та розуміння. Тому при перекладі таких граматичних конструкцій, що є розповсюдженими в українській мові, необхідним є логічне роз'єднання на більш прості речення.

Розповсюдженим є вживання означень, утворених шляхом стяжки цілих синтаксичних груп. Наприклад: «temperature dependent» замість «dependent on temperature»; «circulation induced effects» замість «effects induced by circulation».

При написанні наукового тексту також вважається за краще уникати вживання таких пасивних конструкцій та зворотів, як об'єктний відмінок з інфінітивом, називний відмінок з інфінітивом та ін. Наприклад: «Using the χ^2 test for categorical variables and analysis of

variance for continuous variables, differences by ethnicity were tested» доцільно відредагувати до «We tested using the χ^2 test for categorical variables and analysis of variance for continuous variables, differences by ethnicity».

Особливу увагу при редагуванні необхідно приділяти порядку слів у реченні, у тому числі – для більш зрозумілої передачі змісту. «The study examined postradiotherapy prostate cancer biochemical failure» має бути відредаговано наступним чином: «The study examined biochemical failure in patients with prostate cancer after radiotherapy».

Розповсюдженою проблемою є також використання «жаргонних» слів у написанні наукового тексту. В медичних текстах зустрічаються такі вислови, як «exam» (examination), «Panic» (Panicolaou) та ін. Жаргонного забарвлення набуває й опущення окремих слів. Так, «urinary infections» є розмовним висловом, більш науковим є «urinary tract infections»; «emergency room» має бути змінено на «emergency department», а «neurological floor» – на «neurological department». Необхідно звертати увагу на використання синонімів: «рівень цукру в крові» має перекладатись у медичному контексті з використанням перекладу слова «глюкоза» як «glucose» замість «sugar», хоча в українській мові можливі обидва еквіваленти.

Найбільш типовою лексичною ознакою науково-технічної літератури є насиченість тексту спеціальними термінами, термінологічними словосполученнями. Термін – це слово або словосполучення, що виражає чітко окреслене поняття певної галузі науки, культури, техніки, мистецтва, суспільно-політичного життя. Термін – це спеціальне слово, яке має дефініцію. Конкретний зміст поняття, визначеного терміном, стає зрозумілим лише завдяки цій дефініції – лаконічному логічному визначенню, яке зазначає суттєві ознаки предмета або значення поняття, тобто його зміст і межі.

Найбільшу складність являють терміни-неологізми, що не відображені, як правило, у словниках. Особливо багато неологізмів серед фірмових назв лікарських засобів, фірм, медичного обладнання. Крім термінів, у технічних текстах особливе місце займають стереотипні слова і фрази (кліше), які включають ідіоми, усталені вислови, набір готових фраз.

Характерною рисою сучасної науково-технічної літератури є широке використання різних скорочень та абревіатур. Слід пам'ятати, що прийняті скорочення є офіційними, загальноприйнятими і їх не можна довільно змінювати та замінювати. Проте існують випадки, коли заміна скорочень є доцільною через загальноприйнятність у цільовій мові перекладу. Наприклад: «qd» – «кожного дня», «qid» – «чотири рази на

день», «а.с.» – «до їжі», «q.h.s» – «кожного дня перед сном» та ін.

У роботі з науково-технічними матеріалами важливе значення має переклад заголовків. Труднощі при перекладі викликають широке використання в заголовках атрибутивних груп. Для перекладу такого заголовка слід провести аналіз змістових зв'язків атрибутивного словосполучення і визначити змістові групи всередині цього словосполучення. Розібравши змістові зв'язки, перекладають словосполучення справа наліво, починаючи з опорного слова.

За рекомендаціями American Medical Association (Oxford) необхідно: уникати вживання слів, що не мають змістового навантаження (в реченні «The role of physician continuity in the treatment of substance abuse» слово «role» не має суттєвого значення, проте обтяжує лексичне навантаження, а в структурі «Use of Warfarin Sodium for the prevention of stroke») можливе скорочення до «Warfarin Sodium for the prevention of stroke»); не використовувати складнопідрядних конструкцій («Sleep patterns: differences between elderly men and women» доцільно замінити на «Differences in sleep patterns between elderly men and women», хоча перша структура є досить характерною для україномовних заголовків); уникати довгих речень з використанням описового перекладу («Patients with epilepsy who die suddenly have cardiac disease» може бути замінене на «Fatal cardiac diseases in patients with epilepsy»); уникати використання арабських цифр (необхідно прописувати словом повністю); уникати використання скорочень (окрім загальноприйнятих, наприклад HIV – ВІЧ та ін.).

Висновки. Проаналізувавши ряд наукових статей медичної тематики, можна дійти висновків, що, окрім загальновідомих вимог до перекладу та редагування наукових текстів, необхідно враховувати, що: назва тексту має відображати ключові слова та моменти роботи, бути лаконічною та зрозумілою, не бути занадто деталізованою; при редагуванні текстів необхідно звертати особливу увагу на використання синонімічних одиниць та доцільність їх застосування в конкретній галузі; знання конкретних розмовних висловів та конструкцій дозволяє уникнути використання жаргонних лінгвістичних одиниць.

Важливим напрямком роботи є розробка спеціалізованих словників та рекомендацій з перекладу наукових текстів з використанням медичної термінології.

Список використаних джерел:

1. Білоус О. Теорія перекладу: курс лекцій : навчальний посібник / О.М. Білоус; М-во освіти і науки України, Кіровоградський держ. пед. ун-т імені Володимира Винниченка. – Кіровоград : РВЦ КДПУ імені В. Винниченка, 2002. – 116 с.

2. Григоров В. Б. Как работать с научной статьей : пособие по англ. яз. / Владимир Григоров. – М. : Высш. шк., 1991. – 201 с.
3. Карабан В. Переклад англійської наукової і технічної літератури: граматичні труднощі, лексичні, термінологічні та жанрово-стилістичні проблеми / В. Карабан. – 4-е вид., виправлене. – Вінниця : Нова книга, 2004. – 574 с.
4. Рецкер Я.И. Теория перевода и переводческая практика. Очерки лингвистической теории перевода / Я.И. Рецкер ; переиздание с комментариями Д.И. Ермоловича. – М. : "Р.Валент", 2010. – 244 с.
5. Циткина Ф.А. Терминология и перевод (к основам сопоставительного терминоведения) / Ф.А. Циткина. – Львов : ЛГУ, 1988. – 168 с.

Сарана Сергій Володимирович,
студент 5 курсу спеціальності «Філологія» («Переклад»),
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Демченко Надія Олександрівна,
к. п. н., доцент, професор кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕКЛАДУ ТУРИСТИЧНИХ РЕКЛАМНИХ СЛОГАНІВ

Постановка проблеми. Стаття присвячена основним аспектам перекладу реклами з англійської мови українською.

Переклад реклами, на відміну від перекладу художньої літератури, у якій перекладач зобов'язаний передати художньо-естетичні переваги оригіналу, певною мірою відрізняється за формою, мовними засобами, а також яскраво вираженою комунікативною спрямованістю. У процесі перекладу таких текстів перекладачеві доводиться вирішувати як мовні, так і лінгвістичні проблеми, зумовлені відмінностями в семантичній структурі й особливостями використання двох мов у процесі комунікації, а також проблеми соціолінгвістичної адаптації тексту [3, с. 9].

Одна з основних особливостей перекладу рекламних текстів виражається в змістовному співвідношенні між оригіналом і перекладом, а також у передачі соціолінгвістичних аспектів перекладного тексту. Для досягнення адекватності нерідко буває необхідно адаптувати як змістову частину тексту, так і її форму, що часто має компромісний характер. Багато особливостей перекладу пов'язані зі специфікою мов (англійської або української), тобто мови якими (з яких) здійснюється переклад.

Наприклад, у процесі перекладу може відбуватися заміна заперечення на ствердження, яка, у свою чергу, також має зворотну функцію, можуть використовуватися такі суто технічні прийоми, як калькування, компенсація лексичних втрат, заміна стану з активного на пасивний і навпаки, а також передача фразеологізмів їхніми семантичними еквівалентами і т. д.

Об'єктом нашого аналізу є перекладі з англійської мови українською туристичних рекламних слоганів, які належать до найпоширеніших і найвпливовіших видів туристичної рекламної діяльності.

Постановка цілей дослідження. Актуальність дослідження полягає в тому, що в останні роки помітно посилюється інтерес до подорожей за кордон і до туристичного бізнесу в цілому. У зв'язку з цим набуває актуальності проблема перекладу туристичних рекламних слоганів українською, адже він є одним із найпоширеніших рекламних видів, що привертає увагу до певної країни.

Мета статті – простежити загальні принципи перекладу туристичних рекламних слоганів українською мовою й визначити основні перекладацькі проблеми. Мета зумовлює розв'язання таких завдань: окреслити вимоги до слоганів; схарактеризувати перекладацькі проблеми рекламного слогану; виявити шляхи розв'язання перекладацьких проблем у перекладі рекламних слоганів.

Матеріалом дослідження слугували слогани англомовної реклами туристичного характеру, частина яких має українські відповідники.

Виклад основного матеріалу. Стрижневим компонентом рекламного тексту є слоган – «стисле самостійне рекламне повідомлення, що може існувати ізольовано від інших рекламних продуктів та становить згорнутий зміст рекламної кампанії» [4, с. 7]. З огляду на це слоган передає концептуальність рекламного тексту, він є згорнутим мікротекстом, що повинен передати основну ідею рекламної кампанії, а не лише бути стислим, афористичним і запам'ятовуваним. В. Зірка наголошує на тому, що слоган належить до найбільш складних різновидів тексту з креативного боку, оскільки «в ньому має бути висловлена рекламна ДУМКА», а головне у слогані – «мотивація рекламної пропозиції та апеляція до почуттів споживача» [2, с. 75].

Завдання такого слогану – це перш за все привернути увагу потенційного клієнта. Саме тому при його створенні використовують найрізноманітніші рішення, які повинні зробити його яскравим і легким для запам'ятовування. Відповідно, текст перекладу повинен відповідати тим самим вимогам. При перекладі туристичних слоганів слід враховувати, що вони є рекламними, отже, перекладач виконує два

завдання: по-перше, необхідно достовірно передати зміст тексту, по-друге, зацікавити клієнта тією країною, місцевістю або пам'яткою, про які йде мова в туристичному салогані. Також необхідно сказати, що велику роль відіграє не тільки збереження того рівня реклами, який притаманний оригінальному тексту, а й спрямованості перекладу на аудиторію, для якої він призначений. При цьому не можна забувати про смислове навантаження, яке має дуже важливе значення. Тому перекладачеві необхідно бути дуже уважним і виконувати наступні вимоги до перекладу :

1. Переклад таких моментів, як інформація про звичаї і традиції, особливості певної країни повинні бути максимально точними, щоб клієнт мав чітке розуміння, куди він їде.

2. Слід виконувати тотожний переклад кожної з назв, наявних у салогані.

Будь-який турист повинен із легкістю знаходити необхідні назви в своєму путівнику або на карті досліджуваної місцевості. У даному випадку неприпустима якась інша інтерпретація, а лише коректні географічні дані. Наприклад:

Tanzania – the land of Kilimanjaro, Zanzibar and the Serengeti – Танзанія – земля Кіліманджаро, Занзібар і Серенгети. [5]

Just think of the name – New-York – and your head fills up with images: the Statue of Liberty, Central Park, the Manhattan Skyline – Тільки подумайте про назву – Нью-Йорк – і у Вас у голові виникають такі образи, як Статуя Свободи, Центральний парк, Манхеттен. [5]

3. Оскільки мова йде про рекламний слоган, який повинен зацікавити клієнтів і привернути їхню увагу, для додання йому яскравості і передачі експресивності використовуються різні засоби виразності, як-от:

а) лексичні засоби виразності – *метафори*:

Global in its outlook – Глобальна перспектива;

New-York City is the big Apple – Нью Йорк – це велике яблуко [5];

The islands of Hawaii are a Polynesian paradise – Острови Гаваї – це полінезійський рай [5];

Monte NEGRO, wild Beauty! – Чорногорія, неприборкана краса! [5];

найбільш уживаних в англійській рекламі прикметників: good, better, friendly, best, free, fresh, full sure, wonderful, welcoming, special, fine, big, real, easy, bright, extra, rich – хороший, краще, дружлюбний, кращий, вільний, новий, упевнений, чудовий, гостинний, особливий, прекрасний, великий, справжній, легкий, яскравий, вищої якості, багатий;

You will meet friendly and welcoming people – Вас зустрінуть дружлюбні й гостинні люди [5];

Best under the Australian sky – Все тільки найкраще під небом

Австралії. [5];

Better prices. Exceptional people – Кращі ціни та надзвичайні люди [5];

Create your kind of holiday – Створи сам свій незабутній відпочинок [5];

Find the best place for you on a map – Знайди для себе краще місце на Землі;

Amazing Thailand – always amazes you – Дивовижний Таїланд – йому завжди є чим вас вразити [5];

б) граматичні засоби виразності – *риторичне запитання*.

Is not it time you treated yourself to a holiday? – Чи не час влаштувати собі свято? [5];

Who's taking care of you? – Хто подбає про Вас?[5];

Illinois – Are You Up for Amazing? – Іллінойс – ви готові до дивовижних відкриттів? [5];

абрєвіатур:

Alaska B4UDIE (Alaska, before you die.) – Відвідай Аляску, доки не помер! [5];

I Love NY! – Нью-Йорк, я люблю тебе! [5];

особистих і присвійних займенників – конструкції типу «ми – наш», «Ви – Ваш» надають рекламному салогану ще більшу переконливість:

We work so you do not have to – Ми працюємо – Ви відпочиваєте [2];

Create your kind of holiday – Створи сам свій незабутній відпочинок [5];

Find your Alaska. – Відкрий свою Аляску. [5]

You'll love where we take you – Вам сподобається те, що ми вам запропонуємо [5].

Висновки. Переклад рекламних слоганів з англійської мови українською має здійснюватися з урахуванням таких проблемних аспектів, як лінгвокультурний, прагматичний і власне перекладацький. З охопленням усіх проблемних аспектів процес перекладу туристичних рекламних слоганів здійснюється відповідно до правил рекламної комунікації, а перекладені слогани функціонують у новому масово-інформаційному просторі як нові комунікативні одиниці.

Список використаних джерел:

1. Гарбовский Н. К. Теория перевода / Н. К. Гарбовский. – М. : МГУ, 2007. – 544 с.
2. Зирка В. В. Манипулятивные игры в рекламе: лингвистический аспект : монография / В. В. Зирка. – Днепропетровск : ДНУ, 2004. – 294 с.

3. Медведева Е. В. Рекламная коммуникация / Е. В. Медведева. – М. : УРСС, 2004. – 280 с.
4. Морозова И. Г. Слагая слоганы / И. Г. Морозова. – М. : РИП-Холдинг, 1996. – 168 с.
5. 105 tourism slogans from around the world. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : // touristvstraveller.wordpress.com/2012/11/20/105-tourism-slogans-from-around-the-world-wtm12/

Селезень Ігор Олександрович,
студент 4 курсу спеціальності «Філологія»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Рябокінь Наталія Олександрівна,
к. філол. н., доцент кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ПЕРЕКЛАД ЯК ФОРМА ЛІТЕРАТУРНИХ ВЗАЄМИН

Постановка проблеми. Сучасний світ налаштований на взаємообмін інформацією. Людство намагається спрямувати свій розвиток у єдине могутнє русло і не займатися “створенням велосипеда”. Для цього вкрай важливо мати достатню інформацію про те, що відбувається у близьких чи далеких країнах. Особливо охоче країни воліють продемонструвати свої надбання у сфері мистецькій, тим паче, що музика й малярство є мистецтвами в цьому плані універсальними, тобто міжнаціональними, такими, що базпосередньо впливають на почуття людини.

Огляд останніх досліджень і публікацій. Теоретичним підґрунтям є як доробок класиків перекладознавства (О. Федорова, Я. Рецкера, В. Комісарова, О. Швейцера, Л. Бархударова, В.С. Виноградова, Л. Латишева, Г. Сгера, Ю. Найди та ін.), так і сучасні напрацювання в цій галузі знань (І. Алексєвої, М. Гарбовського, Д. Єрмоловича, Т. Казакової, Л.Нелюбіна, О. Селіванової, Ю. Сорокіна, І. Марковіної, О. Ребрія та ін.).

Виклад основного матеріалу. Література займає осібне місце серед інших видів мистецтв. На відміну від музики та малярства, які впливають на людей різних національностей безпосередньо, через зір і слух, що притаманні всім здоровим людям, літературний твір інколи стикається зі значними перешкодами на шляху до свого читача, якщо цей читач є носієм мовної системи, відмінної від мовної системи автора твору. На жаль, полілінгвізм і навіть білінгвізм – зараз явище швидше

виняткове, ніж розповсюджене. Тоді на допомогу приходить переклад, тобто такий вид творчості, у процесі якого твір, який існує в одній мові, відтворюється в іншій [1]. Переклад посідає особливе місце в літературному процесі. Кожен вид літератури послуговується певним видом перекладу. Зокрема, художня література послуговується художнім перекладом. Художній переклад – один з найбільш яскравих проявів міжлітературної (а оже, певним чином міжкультурної) взаємодії. Фактично, переклад є основною частиною національно-літературного процесу, оскільки виступає посередником між літературами, без нього неможливо було б говорити про міжлітературний процес у всій його повноті. Художній переклад – особливий вид перекладу, оскільки він є не точна передача змісту, а «вдображення думок і почуттів автора прозового або поетичного першотвору за допомогою іншої мови, перевтілення його образів у матеріал іншої мови» [7, с. 3].

Художній переклад має справу не з комунікативною функцією мови, а з її естетичною функцією, оскільки слово виступає як “першоелемент” літератури. Це вимагає від перекладача особливої ретельності та ерудованості. У художньому творі відображаються не лише певні події, а й естетичні, філософські погляди його автора, які або становлять струнку систему, або – суміш уламків різних теорій [7, с. 7]. Перекладач повинен мати якщо не ґрунтовні, то принаймні достатні для перекладу знання у галузі філософії, естетики, етнографії (оскільки в деяких творах змальовуються деталі побуту героїв), географії, ботаніки, мореплавства, астрономії, історії мистецтв та ін. “Ідейно-образна структура оригіналу може стати в перекладі мертвою схемою, якщо перекладач не уявляє собі того суспільного середовища, у якому виник твір, тих причин, які покликали його до життя, і тих обставин, завдяки яким він продовжує жити в інших середовищах і в інші часи” [7, с. 198].

Важливим у процесі перекладу є також вибір твору, який найчастіше обумовлений внутрішніми потребами сприймаючої літератури, її здатністю певним чином засвоїти іншонаціональне літературне явище, її здатністю певним чином (інтеграційно чи диференційно) зреагувати на його художні особливості [3, с. 129]. Перекладацька діяльність особливо активізується в періоди переходу до нової стильової формації, у періоди нестійких літературних норм і кризових явищ у панівній до цього часу стилістиці. Тоді літературі необхідно заповнити існуючі в її еволюційному потенціалі прогалини. За таких умов найяскравіше виявляється функція перекладу як зв’язок між літературами.

Одна з проблем художнього перекладу – співвідношення контексту автора і контексту перекладача. У художньому перекладі контекст

останнього дуже наближається до контексту першого. Критерієм співпадання або, навпаки, розходження обох контекстів є міра співвідношення даних дійсності і даних, узятих з літератури. Письменник іде від дійсності і свого сприйняття її до закріпленого словами образу. Іншими словами, якщо переважають дані дійсності, то йдеться про авторську діяльність. Перекладач іде від існуючого тексту і відтвореної в уяві дійсності через її “вторинне”, “наведене” сприйняття до нового образного втілення, закріпленого в тексті перекладу [8, с. 655]. Тобто якщо переважають дані літературного походження, то йдеться про контекст перекладача. Таким чином, художній переклад обумовлений не лише об’єктивними факторами (конкретно-історичним літературним каноном, нормативним обиходом), але й суб’єктивними (поетикою перекладача). Жоден переклад не може бути абсолютно точним, оскільки сама мовна система приймаючої літератури за своїми об’єктивними даними не може досконало передати зміст оригіналу, що неминуче призводить до втрати певного обсягу інформації. Тут також замішана особистість перекладача, який при перекодуванні тексту обов’язково випустить щось зі змісту, а також його схильність продемонструвати чи не продемонструвати всі особливості оригіналу [4]. У художньому перекладі до всіх цих факторів додається ще й особистість перекладача який, як уже зазначалося, у цій ситуації є більшою чи меншою мірою й автором. Твір не можна вирвати зі стихії рідної мови і “пересадити” на новий ґрунт, він повинен народитися наново в новій мовній ситуації завдяки здібностям і талантові перекладача. Кожний мовний елемент, послугуючись найтоншими асоціативними зв’язками, впливає на образне мислення носія цієї мови і витворює в його уяві конкретно-чуттєвий образ. Закономірно, що при перекладі твору іншою мовою, з огляду на мовні розбіжності, ці асоціативні зв’язки значною мірою руйнуються. Щоб твір продовжував жити як мистецький витвір у новому мовному середовищі, перекладач повинен перейняти на себе функції автора і в чомусь навіть повторити творчий процес його створення, наповнити твір новими асоціативними зв’язками, які викликали б нові образи, властиві для носіїв даної мови.

Наступна, співвідносна з попередньою, проблема художнього перекладу – проблема точності і правильності. Що з цих двох критеріїв важливіше і чи можливо їх поєднати в одному перекладі? Кожен акт перекладу супроводжується тими чи іншими труднощами. При перекладі прози перед перекладачем постає проблема неспівпадання у смисловому навантаженні та стилістичній виразності слів і зворотів різних мов. Але у прозі слово несе перш за все змістове навантаження і є виразником стилістичного тону, а в поезії слово стоїть у ритмічному ряді поетичного

твору, і це призводить до певної зміни його якостей. Поетичний твір – єдність ідей, образів, слів, звукопису, ритму, інтонації, композиції. Не можна змінити один компонент, щоб це не вплинуло на загальну структуру твору. Зміна одного компонента обов'язково спричиняє зміну всієї системи. Художній твір повинен перекладатися “не від звуку до звуку, не від слова до слова, не від фрази до фрази, а від ланки ідейно-образної структури оригіналу до відповідної ланки перекладу”. [6, с. 260.] У поетичному перекладі чіткіше відображається ця перекладацька концепція. Спроба відтворити в поетичному творі всі конструктивні елементи неодмінно призведе до втрати гармонії твору, отже необхідно визначити, які елементи в даному творі є головними, і відтворити їх з усією можливою точністю, не звертаючи або звертаючи неістотну увагу на інші. Свого часу В. Брюсов запропонував “теорію істотного елемента” (назву запропонував Ю. Левін). Ця теорія якраз і зводилася до виокремлення найважливішого елемента (чи елементів) у поетичному творі і свідомого принесення в жертву інших її елементів. Жертва у будь-якому випадку неминуча, а якщо вона буде осмисленою, то вона буде меншою. “Прекрасне рідко переходить з однієї мови в іншу, зовсім не втрачаючи своєї довершеності: що ж має робити перекладач? Знаходити в себе в уяві такі красоти, які могли б служити заміною, отже, виробляти власне, як і краще [4].

Мистецтво поетичного перекладу знаходиться у владі двох суперечливих тенденцій: з одного боку, перекладні вірші повинні справляти на читача безпосереднє емоційне враження, а з іншого, вони повинні вносити в літературу щось нове, збагачувати читачів невідомими до того часу поетичними образами, ритмами, строфами. У першому випадку вони покликані пристосувати чуже мистецтво до сприйняття вітчизняного читача, у другому – розкрити перед читачем різноманітність мистецтва, показати йому красу відмінних національних форм, історичних нашарувань, індивідуальних творчих систем [12, с. 414]. Як зазначає В. Левик, переклад повинен звучати як оригінальні вірші і це один з елементів точності чи вірності. Але через призму приймаючої мови повинні чітко відчуватися національний дух та національна форма оригіналу, а також індивідуальний стиль поета [9, с. 376]. У цій ситуації важливо, “щоб між автором оригіналу і перекладачем була внутрішня спорідненість, щоб перекладач не був ремісником, який перекладає все, що йому замовлять перекласти, щоб тут доконче був момент творчого вибору” [11, с. 295]. В. Левик порівнює перекладача з талановитим актором: яку б роль не грав актор, його завжди впізнають, і в той же час публіка захоплюватиметься тим, як вдало йому вдалося перевтілитися у граней ним образ. Залишаючись самим собою, він повинен з кожною

новою роллю пропонувати своїм глядачам щось нове, не властиве для нього особисто. Так само й у творчості поета-перекладача: він повинен пропонувати своїм читачам з кожним новим перекладом нові образи, нові форми, нові стилі, але водночас у кожному перекладі повинен вгадуватися його особистий стиль. Ще Максим Рильський з приводу поетичного перекладу писав: “Вважаю неможливим, як дехто цього вимагає, щоб автор поетичного перекладу, отже, й сам поет, цілком забув про себе, цілком підкорився індивідуальності іншого поета. Це навіть, здається мені, небажано: таким способом можна стерти пилок з крилець того метелика, що зветься поезією” [11, с. 240]. За Коптіловим, перекладач має йти “вшир і вглиб” – залучати нові широкі верстви читачів до шедеврів світової літератури й заглиблюватись у поетичні простори світів їх авторів [6, с. 261].

Переклад належить до сфери генетичних контактів, оскільки підтримує зв'язки вітчизняної літератури з іншими літературами. Проте художній переклад має двоїсту природу: з одного боку, він є продуктом міжлітературної комунікації, але в той же час він багато в чому обумовлює і визначає її. Переклад виконує дві основні функції – інформативну (посередницьку) і творчу. Традиційно вважалося, що основною функцією перекладу є посередницька функція, оскільки теорія художнього перекладу не виходила за рамки національно-літературного процесу або розуміла національно-літературний процес надто прагматично, а значить, однобоко [1]. До перекладу ставилися вимоги найадекватнішої передачі іншонаціональних цінностей, тотожності перекладу до оригінала, існувала дилема перекладу “вірного і некрасивого” та “вільного і красивого”.

Як прояв міжлітературного контакту, його можна вважати прикладом “впливу” або сприйняття. Свого часу І.А. Крилов переклав російською мовою байки Лафонтена, до того ж досить точно, якщо говорити про їх особливості та художні прийоми – фабулу, ідейний зміст, композиційний розвиток теми. Але читач відразу їх сприйняв як оригінальні твори, оскільки вони не вірні байками Лафонтена, а відображають російський колорит, дух. Вони мають свою власну поетику, яка не має нічого спільного з поетикою Лафонтена. У даному випадку оригінальні твори Лафонтена відіграли роль стимулу для розвитку в російській літературі жанру байки. Порівнювати їх з оригіналами правомірно лише з позиції “теорії впливу”. В даному випадку простежується внутрішньо-контактний зв'язок [3, с. 163]. Інша визначна постать у російській літературі у сфері перекладу – Жуковський. Він говорив сам про себе: “У меня почти все или чужое, или по поводу чужого, и все, однако, мое” [5]. До творчості Жуковського необхідно

застосовувати оціночні критерії на рівні більш високих історико-літературних одиниць, у першу чергу жанрів і стилів, а також за функціональністю в національній літературі [3, с.166]. Жуковський як автор-перекладач вніс величезний вклад у розвиток російського романтизму як літературного стилю, жанрів російської романтичної балади, віршованої казки, поеми та ін.

Але бувають випадки, коли перекладений твір у контексті сприймаючої літератури виглядає неадекватним її розвитку, а інколи навіть здається анахронічним явищем. У такому випадку переклад належить до зовнішньо-контактної сфери зв'язків. Його можливості “впливу” мінімальні або й зовсім зводяться до нуля.

У певних літературних ситуаціях активізується творча функція перекладу. Це відбувається в умовах тісної літературної спільності, яку утворюють дві чи кілька літератур і в рамках якої функціонує частковий чи повний білінгвізм чи полілінгвізм, посилений певною мірою білітературності чи полілітературності. Це стосується російської, української та білоруської, чеської та словацької, сербської та хорватської літератур. У таких умовах відбувається активізація партнерського ставлення перекладача до оригіналу, обумовлена прагненням до актуалізації художніх цінностей оригіналу в історико-літературній системі приймаючої літератури. Інформаційна функція відступає на другий план, а перше місце займає двомірна, подвійна, тобто вища, збагачена рецепція оригіналу [4]. Оригінальний твір і його переклад сприймаються як два різні твори. Таке сприйняття виливається у двомовні видання, які дають читачам можливість якнайповніше порівняти оригінал і переклад, простежити, а можливо, і проаналізувати роботу перекладача, оцінити цю роботу з позицій точності і правильності, простежити художні прийоми і засоби, якими подібні чи відрізняються оригінал і переклад. Звичайно, такі видання розраховані на двомовного читача і пропонують останньому зайняти партнерську чи навіть певною мірою творчу позицію щодо оригіналу та його автора.

Переклад також може мати двоїсту літературну приналежність, як це можна спостерігати у слов'янській міжлітературній спільності, зокрема в міжлітературній спільності східних слов'ян, серед літератур народів колишнього СРСР, а також у спільності літератур Британських островів та деяких інших. У всіх цих випадках існують об'єктивні передумови для того, щоб переклад деяких творів функціонував у двох чи кількох національних літературних системах і набув, таким чином, статус двоїстої чи множинної літературної приналежності. Утім, двоїста приналежність перекладу – явище не дуже розповсюджене [4].

Висновки. Переклад як літературне явище має багатовікову історію, багато літературознавців та письменників висловлювали свої думки з приводу перекладу. Але сучасне перекладознавство як самостійна наукова дисципліна сформувалося в основному у другій половині ХХ століття. Післявоєнне розширення міжнародних контактів у всіх сферах людського спілкування викликало зростання потреб у перекладах та перекладачах, стало значним стимулом і для збільшення теоретичних досліджень на цю тему. Сучасний стан перекладознавства характеризується великим різноманіттям теоретичних концепцій і методів дослідження.

Список використаних джерел:

1. Дюришин Д. Межлитературные формы художественного перевода / Д. Дюришин // Проблемы особых межлитературных общностей. – М., 1993.
2. Дюришин Д. Посредническая функция художественного перевода / Д. Дюришин // Перевод – средство взаимного сближения народов. – М., 1987.
3. Дюришин Д. Теория сравнительного изучения литературы / Д. Дюришин. – М., 1989.
4. Дюришин Д. Художественный перевод в межлитературном процессе / Д. Дюришин // Проблемы Особых межлитературных общностей ; под общей редакцией Д. Дюришина. – М., 1993.
5. Комиссаров В.Н. Общая теория перевода / В.Н. Комиссаров. – М., 1999.
6. Коптилов В. И. Вширь и вглубь / В. И. Коптилов // Мастерство перевода. – М., 1973.
7. Коптилов В. Першотвір і переклад / В. Коптилов. – К., 1972.
8. Краткая литературная энциклопедия. – М., 1968. – Т.5. – С. 24.
9. Левик В.В. О точности и верности / В.В. Левик // Перевод – средство взаимного сближения народов. – М., 1987.
10. Радчук В. На жертвеннику мистецтва / В. Радчук // “Хай слово мовлено інакше...”. – Проблеми художнього перекладу. – К., 1982.
11. Рильський М. Зібрання творів : у 20-ти томах. Т.16. – К., 1987.
12. Эткінд Е. Поэзия и перевод / Е. Эткінд. – М. – Л., 1963.

Слущка Світлана Геннадіївна,
студентка 4 курсу спеціальності «Філологія»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Рябокінь Наталія Олександрівна,
к. філол. н., доцент кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ЛІНГВОКРАЇНОЗНАВЧИЙ АСПЕКТ У ВИВЧЕННІ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ

Постановка проблеми. У статті розглядаються особливості процесу формування лінгвокраїнознавчої компетенції в людей, які вивчатимуть іноземну мову, що базується на сучасних концепціях її навчання. Пропонуємо основні шляхи вирішення проблеми вивчення іноземної мови та основні шляхи формування матеріалу країни, мова якої вивчається.

Мета статті – виявити та обґрунтувати місце лінгвокраїнознавчої компетенції у процесі вивчення іноземної мови.

Огляд останніх публікацій. Починаючи з 1991 року, коли Україна набула статусу незалежної держави, з року в рік розширюються міжнародні зв'язки, відбувається інтернаціоналізація всіх аспектів суспільного життя, тому іноземна мова є реальною необхідною в різних сферах діяльності людини, вона стає дієвим фактором соціально-економічного, науково-технічного та загальнокультурного прогресу суспільства.

Як відомо, проблеми взаємопов'язаного оволодіння іноземною мовою і відповідною культурою вивчаються лінгвокраїнознавством. У сучасній методичній літературі лінгвокраїнознавство розглядається з двох боків. По-перше, лінгвокраїнознавство – це аспект методики викладання іноземних мов, у якому досліджуються питання відбору та прийомів подачі студентам відомостей про країну, мова якої вивчається, з метою забезпечення їх практичного володіння даною мовою. З іншого боку, лінгвокраїнознавство – це аспект навчання іноземної мови (поряд з фонетичним, лексичним, граматичним), який відбиває національно-культурний компонент мовного матеріалу. Кінцевою метою засвоєння лінгвокраїнознавчого аспекту є формування у слухачів лінгвокраїнознавчої компетенції, тобто "цілісної системи уявлень про основні національні традиції, звичаї та реалії країни, мова якої вивчається, що дозволяє слухачам асоціювати з мовною одиницею ту ж саму інформацію, що й "носії" цієї мови, та досягати повноцінної комунікації" [3, 26].

Лінгвокраїнознавство – відносно молода і поки що недостатньо розроблена і вивчена галузь лінгвістики, основне завдання якої полягає у виявленні зв'язків між мовою і культурою народу, що є носієм цієї мови. Лінгвокраїнознавство співвідноситься із загальним краєзнавством як систематизованою сукупністю наукових знань [2, 40–41].

Наша держава взяла курс на гуманізацію освіти, а це зумовлює відмову від вузьких прагматичних цілей вивчення іноземної мови. У сучасних концепціях навчання іноземна мова розглядається як відображення культури відповідного народу – як оволодіння іншомовною культурою і як засвоєння світових духовних цінностей. Таким чином, соціальне замовлення передбачає не тільки формування в людей, що вивчають іноземну мову, необхідних іншомовних навичок та вмінь, але й ознайомлення через мову з культурою країни, її традиціями, історією та сучасністю. Таке завдання ставить перед собою лінгвокраїнознавство, що досліджує питання відбору та прийомів подачі людям відомостей про країну, мова якої вивчається, з метою забезпечення практичного володіння ними даною мовою. Лінгвокраїнознавство – це аспект методики викладання іноземних мов, який відображає національно-культурний компонент мовного матеріалу.

Виклад основного матеріалу. Практично лінгвокраїнознавство спрямоване на реалізацію кінцевих цілей навчання іноземній мові, а саме – на навчання спілкуванню. Адже без прицеплювання слухачам норм адекватної мовної поведінки у відриві від знань неможливо підготувати їх до іншомовного спілкування та сформувати комунікативну здатність. Це означає, що розробка лінгвокраїнознавчого аспекту в навчанні іноземної мови є надзвичайно актуальною та важливою.

Лінгвокраїнознавчу проблематику складають два великих кола питань – філологічні та лінгводидактичні. По-перше, предметом лінгвокраїнознавства є аналіз мови з метою виявлення національно-культурної семантики. По-друге, предметом дослідження є також пошук викладацьких прийомів презентації, закріплення та активізації національно-специфічних мовних одиниць та культурологічного прочитання текстів на практичних мовних заняттях.

В основі лінгвокраїнознавства лежать п'ять методологічних принципів.

Перший принцип – це суспільна природа мови, яка постає як об'єктивна можливість залучення до нової дійсності.

Єдність мови і національної культури реалізується в ряді функцій, з яких для лінгвокраїнознавства особливо важливі три, а саме: комунікативна функція – зняття передачі інформації від одного учасника акта комунікації іншому (ця функція при вивченні мови не може

бути забезпечена, якщо у процесі навчання не будуть використані відомості про країну, оскільки саме вони нерідко визначають змістовний план як усної, так і писемної мови); культууроносна; накопичувальна.

Другий принцип – засвоєння людиною, що виросла в одній національній культурі, істотних фактів, норм і цінностей іншої національної культури. Потрібно не тільки викласти слухачеві інформацію про країну, щоб він її запам'ятав, але й сформувані в нього позитивне ставлення до неї.

Третій принцип – формування в людей позитивної установки до народу – носія мови, адже вивчення мов починається з метою зближення народів, тих, яких вважають гідними цього.

Четвертий принцип утілює в собі вимоги цілісності й гомогенності мовного навчального процесу: країнознавча інформація підлягає вилучення з природних форм мови і з навчальних текстів і не має привноситися ззовні.

Нарешті, п'ятий принцип також пов'язаний з уточненням специфіки країнознавства: країнознавчий аспект викладання реалізує в навчальному процесі філологічний спосіб вторинного пізнання дійсності.

Кожна національна культура складається з національних та інтернаціональних елементів і не може цілком співпадати з іншою культурою. Тому в процесі викладання іноземної мови ми вимушені витрачати час та енергію на формування у свідомості слухачів поняття про нові предмети і явища, що не знаходять аналогії ні в рідній культурі, ні в рідній мові. Отже, мова йде про включення елементів країнознавства у викладання мови, але це включення якісно іншого роду порівняно з загальним країнознавством. Оскільки ми говоримо про з'єднання в навчальному процесі мови і відомостей зі сфери національної культури, такий вид викладацької роботи пропонується назвати лінгвокраїнознавчим викладанням.

Знання національних реалій важливе при вивченні культури і мови країни. Постійною ознакою належності слова до лінгвокраїнознавчого матеріалу є присутність національно-культурного компонента, якого немає в інших мовах.

Реалії – назви, властиві тільки певним націям і народам, предмети матеріальної культури, факти історії, імена національних героїв, міфологічних істот. Так, наприклад, можна назвати французькі лінгвокультурологічні реалії (лінгвокультуреми), які можуть зустрічатися в іншому вигляді у представників української лінгвокультурологічної спільноти.

Реалії, які є у французькій культурі та відсутні в українській: державні інститути, економічні структури, суспільні організації, засоби

масової інформації, реалії сфери мистецтва, історії, повсякденного життя (DOM, Ordre des médecins, CNRS, grandes écoles). Реалії, що є в обох культурах, але розрізняються якоюсь ознакою, наприклад: *isoloir m* – кабіна для голосування; під час виборів перебування в ній виборців обов'язкове: бюлетень, вкладений у конверт, без заходу виборців у кабінет анулюється.

Невідповідність співставлення «знак – річ» також виявляється як неадекватність однаково названих реалій, наприклад різниця між *esprit gaulois* і українським – галльська дотепність. Перше означає гумор вуличний, відвертий, грубуватий, тоді як друге асоціюється з легкістю і добірністю (веселий невимушений гумор, властивий французам).

Реалії, що мають інтернаціональний характер, але відрізняються при цьому національним наповненням, До них належать народжені у Франції ідеї, концепції, винаходи, що складають внесок цієї країни у світову культуру (*socialisme, style gothique, code civil, curie, impressionisme*); опис національної своєрідності французької культури є неповним без урахування тих особливостей, які отримали на французькому ґрунті деякі загальноєвропейські філософські та художні течії – стилі та жанри, спортивні рухи, історичні події (*romantisme, opérette française, Union européenne*).

Є одні й ті ж реалії, що мають в українській і французькій мові різні назви. Наприклад, бій Великої армії і російської армії у вересні 1812 року для французів – «битва під Москвою», а в нашій історії це «Бородинська битва».

Аспект викладання мови – це, по-перше, мовний матеріал, по-друге, – прийоми викладання, які необхідні для даного мовного матеріалу. Прийоми викладання – різні, залежать від поставлених цілей. Звичайно вони своєрідні для кожного з трьох етапів роботи: презентація, чи первісне ознайомлення слухачів з новим для них матеріалом; закріплення (меморизація), чи переклад первісних знань, умінь і навичок з короткочасної в довготривалу пам'ять, індивідуальну свідомість людини; активізації, чи виведення засвоєного матеріалу в діяльність мовою, яка вивчається.

Лінгвокраїнознавчі прийоми розподіляються на три етапи – презентацію, закріплення та активізацію. У лінгвокраїнознавстві, подібно до стану справ у будь-якому іншому аспекті викладання мови, вирішуються проблеми відбору навчального матеріалу. Із загального лексичного або фразеологічного запасу та із лексичних та фразеологічних мінімумів вибираються одиниці, наділені національно-культурною семантикою. Фонетичний або граматичний устрій обстежується з метою виявлення в ньому потенційних носіїв даних про культуру. Є також такі

самостійні країнознавчі прийоми викладання, як експлікація лексичного фону, додатковість зорового та вербального рядів, виявлення проєктивного країнознавчого змісту художнього тексту, системне та повне коментування.

Таким чином, лінгвокраїнознавство – це самостійний аспект викладання іноземних мов, як і фонетичний, лексичний, граматичний, стилістичний. Тепер ми можемо визначити поняття лінгвокраїнознавства. Лінгвокраїнознавство – це аспект викладання іноземної мови, у якому з метою забезпечення комунікативності навчання та вирішення загальноосвітніх та гуманістичних завдань реалізується кумулятивна функція мови і здійснюється аккультурація адресата, причому методика викладання має філологічну природу – ознайомлення здійснюється за допомогою іноземної мови та у процесі її вивчення.

Важливою умовою у підвищенні пізнавальної активності є інформованість викладача і слухачів не тільки про заходи, спеціально спрямовані на вивчення іноземної мови, яка вивчається (навчальні програми телебачення і радіо), але й про інші можливі способи реалізації комунікативних потреб у навчальній діяльності. Уміння зацікавити, привернути увагу, зробити рекламу фільмові, передачі, безумовно, стимулює самостійну діяльність, створює психологічну готовність до сприйняття нової інформації.

Лінгвокраїнознавчий аспект знаходить своє відображення в цілях та завданнях навчання іноземній мові, а також у змісті та прийомах навчання, що дає можливість цілеспрямовано проводити роботу з формування фонових країнознавчих знань із перших кроків. На наш погляд, можна говорити про лінгвокраїнознавчий компонент змісту підручників, тому що він входить у цілі, зміст та прийоми навчання, які в них викладені. Правомірно вважати лінгвокраїнознавчим компонентом зміст навчально-методичного комплексу в цілому, тому що його складовими частинами є книга для читання, яка значною мірою вирішує ці завдання.

Найважливішим мотиваційним стимулом вивчення іноземної мови є, звичайно ж, прагнення до розширення свого загального кругозору, причому провідну роль відіграє бажання познайомитися з життям країни досліджуваної мови, з її географією, історією, побутом. Важливим є і той фактор, що інтернаціоналізація всіх аспектів життя суспільства, зміна політики держави дає можливість наочно познайомитися з країною, мова якої вивчається, відвідати її чи як турист, чи пройшовши там стажування, навчальний курс, беручи участь у численних міжнародних освітніх програмах.

Справді, іноземна мова робить значний внесок у розширення

загальноосвітнього кругозору слухачів. Його роль можна посилити за рахунок ще більш послідовної і більш широкої реалізації лінгвокраїнознавчого аспекту, що є частиною здійснення міжпредметних зв'язків. Іноземна мова перетинається з багатьма шкільними дисциплінами і перш за все відкриває школярам шлях до додаткових знань з географії, історії, літератури та інших предметів. Тому важливо так побудувати навчання, щоб слухачі оволодівали умінням користуватися іноземною мовою для поповнення своїх знань з цих предметів.

Велика кількість різних факторів, що впливають на навчання іноземних мов, їхній взаємозв'язок і взаємозумовленість призводить до об'єктивної необхідності розглядати навчання іноземній мові як складну систему, що вимагає більш повного виявлення цих факторів і послідовного їхнього обліку. Оволодіння іноземною мовою, як засобом спілкування, має дати школярам безпосередній доступ до культури інших народів, забезпечити у процесі навчання діалог культур, сприяти вихованню, всебічному розвитку школярів, підвищувати якість підготовки їхньої діяльності в різних сферах життя – побутовій, соціально-культурній та ін. Володіння іноземною мовою відкриває більш широкі можливості для науково-технічного прогресу, тобто тут мова йде про підвищення результативності навчання іноземній мові.

Висновки. Очевидно, що тема даного дослідження надзвичайно важлива. Розробка країнознавчого аспекту є однією з актуальних проблем у навчанні іноземній мові.

Організація вивчення іноземної мови в тісному зв'язку з національною культурою народу досліджуваної мови, лінгвокраїнознавче “забарвлення” навчання в цілому, навчальних матеріалів буде сприяти посиленню комунікативно-пізнавальної мотивації людей, розширенню загальнокультурного кругозору, дозволить урізноманітнити прийоми і форми робіт, апелювати до інтелекту, найбільш ефективно реалізувати загальнодидактичні вимоги поєднання навчання з вихованням. Засвоєння лінгвокраїнознавчого аспекту сприяє поглибленню знань у сфері культури країни мови, що вивчається, що знайде своє відображення в адекватності мовленнєвої і соціальної поведінки в іншомовному середовищі.

Список використаних джерел:

1. Васильцова І. Вчимося із задоволенням та користю / І. Васильцова // Іноземні мови в навчальних закладах. – 2005. – №1. – С. 84–89.
2. Верещагин Е.М. Лингвострановедение в преподавании русского языка / Е.М. Верещагин, В.Г. Костомаров // Методика / под ред. А.А. Леотьева. – М., 1988.

3. Оберемко О.Г. Лингвострановедческий аспект обучения французскому языку в V-VII классах средней школы / О.Г. Оберемко. – М., 1989.
4. Зорівчак Р.Г. Реалія і переклад / Р.Г. Зорівчак. – Львів. : Вид-во ЛДУ, 1989.
5. Томахін Г.Д. Фонові знання як основний предмет лінгвокраїнознавства / Г.Д. Томахін. – Ін. мов.в школі, К., 1980.
6. Ощепкова В.В. Культурологические, этнографические и типологические аспекты лингвострановедения / В.В. Ощепкова. – М., 1995. – С. 54–55.
7. Sapir E. The status of linguistics as a science // Language. – 1929. – №3–4. – P. 209–210.

Теличко Ігор Петрович,
студент 4 курсу спеціальності «Філологія»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Данилюк Людмила Всеволодівна,
к. філол. н., доцент кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕКЛАДУ НАУКОВО-ТЕХНІЧНИХ ТЕРМІНІВ НА МАТЕРІАЛІ НІМЕЦЬКОЇ МОВИ

Вступ. У період стрімкого розвитку сучасної науки і техніки спостерігається гостра потреба у передачі великої кількості фахової інформації з іноземних мов. Однією з основних особливостей науково-технічної літератури є використання термінів. Актуальність даної теми пов'язана з науково-технічним прогресом суспільства і, відповідно, – з безперервним поповненням терміносистеми кожної мови, а отже, – зі зростанням потреби у знаннях цього мовного прошарку.

Проблемами утворення і перекладу термінів займалися такі вчені, як В.В. Віноградов, Г.О. Вінокур, О.І. Смірницький, О.С. Ахманова.

Науково-технічні терміни, як мовні знаки, становлять суттєву складову науково-технічних текстів і одну з головних труднощів їх перекладу з огляду на їх неоднозначність, відсутність перекладних відповідників (у випадку термінів-неологізмів). Дослідження термінологічної лексики спирається на визначення терміна. З приводу визначення терміна та вимог до нього в лінгвістичній літературі існують різні, не рідко протилежні, точки зору.

Виклад основного матеріалу дослідження. Частіше за все терміном називають слово, словосполучення, або просто мовний знак, що

репрезентує наукове поняття спеціальної, професійної сфери знань. Сутність мовної (а значить, і термінологічної) номінації полягає в тому, щоб, відображаючи у свідомості носіїв мови їх практичний і суспільний досвід, перетворювати факти позамовної дійсності в мовні значення. При цьому необхідно підкреслити, що терміноутворення (як, утім, і словотвір узагалі) являє собою процес вторинної номінації, результати якої є похідними за змістом чи морфологічним складом.

Звадання перекладача полягає у правильному виборі того чи іншого прийому під час процесу перекладу, щоб якнайточніше передати значення будь-якого терміна. Головним прийомом перекладу термінів є переклад за допомогою *лексичного еквівалента*. Еквівалент – постійна лексична відповідність, яка точно співпадає із значенням слова. Терміни, які мають еквіваленти в рідній мові, відіграють важливу роль при перекладі. Вони служать опорними в у тексті, від них залежить розкриття значення інших слів. Наприклад: *der elektrische Ventilator* – електричний вентилятор, *die Maschine* – машина.

Одним з найпростіших прийомів перекладу терміна є прийом транскодування. *Транскодування* – це побуквенна чи пофонемна передача вихідної лексичної одиниці за допомогою алфавіту мови перекладу. Наприклад: *der Laser* – лазер, *der Barometer* – барометр. При перекладі цим способом не слід забувати і про "фальшивих друзів перекладача" (як-от *der Zentner* – півцентнера, *die Billion* – трильйон), транслітераційний спосіб перекладу яких призводить до грубих викривлень смислу.

Терміни також підлягають іншому лексичному прийому перекладу – *калькуванню* – передачі комбінаторного складу слова, коли складові частини слова (морфеми) чи фрази (лексеми) перекладаються відповідними елементами мови перекладу. Даний прийом застосовується при перекладі складних за структурою термінів. Наприклад: *die Zwiebelkuppel* – цибулинний купол (цибулина), *der Verkaufsleiter* – менеджер з продажу.

До інших трансформаційних прийомів, що застосовуються при перекладі термінів, можна віднести конкретизацію та генералізацію. *Конкретизація* – процес, за якого одиниця більш широкого конкретнологічного змісту передається в мові перекладу одиницею конкретного змісту. В українській мові необхідно робити заміну слова чи словосполучення, що мають більш широкий спектр значень, еквівалентом, який конкретизує значення згідно з контекстом або стилістичними вимогами. Наприклад: *kreisrunde Glasscheibe* – ілюмінатор (а не кругле вікно), *Holz* – дерев'яні бруси (а не деревина).

Загалом перекладач метод перекладу вибирає відповідно до

термінів, з якими він має справу при перекладі. На даному етапі досить продуктивним є описовий метод перекладу, оскільки наука і техніка в Німеччині більш розвинені, ніж в Україні, і тому для багатьох німецьких термінів в українській мові відсутні еквіваленти. Такий прийом застосовується при перекладі новітніх авторських термінів-неологізмів, які подаються зазвичай у лапках, чи за відсутності відповідного терміна в мові перекладу. Наприклад: **die Abnutzungsrate** – процентні параметри матеріальних і людських витрат під час бойових дій в одиницю часу.

Отже, переклад термінів – дуже відповідальне завдання для перекладача. Попри розширення зв'язків між народами на планеті, використання дедалі більш ефективних засобів комунікації, перекладач повинен враховувати те, що кожна мова розвивається самостійно: в ній діють власні мовні реалії, закріплені культурно-історичні реалії, з'являються нові реалії, які ще не мають еквівалентів на момент перекладу іншими мовами. Але й попри це перекладачеві доводиться перекладати матеріали, що містять і такі термінологічні особливості, з якими він не знайомий. Це означає, що, незалежно від ступеня володіння перекладачем обома мовами, обсягу його фонових знань, він так чи інакше матиме справу з неочікуваним у тексті оригіналу, що може бути лінгвістичними чи екстралінгвістичними реаліями. Враховуючи це, перекладачеві потрібно знати і вміти користуватися (окрім словників) різними енциклопедичними довідниками.

Слід зазначити, що при перекладі науково-технічних текстів зазвичай застосовують певну граматичну будову, стилістику тексту, яка відповідає цілям і завданням вихідного наукового тексту. Для технічної мови властива наявність великої кількості термінів, різних видів скорочень, і основною стилістичною межею є стислість та чіткість викладу формулювань. Головною відмінністю технічної літератури від художньої і соціально-політичної літератури є насиченість тексту спеціальними термінами, які просто відсутні не тільки у звичайних, але й термінологічних словниках. Саме точна передача нових термінів рідною мовою є основною перепорою технічного перекладу, і тому, щоб правильно та точно зробити переклад будь-якого науково-технічного тексту, перекладач вимушений витратити багато часу на підготовчі роботи – на консультації з фахівцями, пошук нових термінів у різних довідниках та словниках.

Висновки. Отже, основна складність перекладу науково-технічних текстів, а саме перекладу термінів, полягає в розкритті та передачі засобами української мови іншомовних реалій. Було б неправильно говорити про переклад термінів як таких. Обов'язковою умовою повноцінного перекладу будь-якого спеціального тексту, особливо науково-технічного є повне розуміння його перекладачем.

Список використаних джерел:

1. Коваленко А.Я. Загальний курс науково-технічного перекладу / А.Я. Коваленко. – Київ, 2002.
2. Кияк Т. Р. Теорія і практика перекладу / Т. Р. Кияк. – Вінниця : Нова книга, 2006. – 240 с.
3. Juan C. Sager. Die Übersetzung im Kommunikationsprozeß / Juan C. Sager. – Heidelberg, 1994.

Уварова Олена Вікторівна,
студентка 5 курсу спеціальності «Філологія» (Переклад) »,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Демченко Надія Олександрівна,
к. п. н., доцент, професор кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

МОВНІ ПЕРСПЕКТИВИ НЕОЛОГІЗМІВ ІНТЕРНЕТ-СФЕРИ

Постановка проблеми. Інтернет являє собою велику лексико-семантичну групу, що складається з безлічі дрібніших утворень. Тут складно говорити про єдність приналежності до певної частини мови всіх її компонентів, адже поняття світу Інтернету різноманітні за своєю суттю.

Огляд останніх досліджень і публікацій. Неологізми комп'ютерної сфери є об'єктом постійної і пильної уваги лінгвістів (Н. Виноградова [2], Ю.К. Волошин [3], Т.А. Гуральник [4], О.А. Жиліна [5], Н.А. Князев [7], Ю.А. Сорокін [8], А.Т. Черепанов [9]). Пояснення цього явища лежить на поверхні: дана галузь науки і людської діяльності динамічно розвивається, і це супроводжується виникненням позначень для нових реалій.

Як відомо, при дослідженні нової лексики використовуються різні підходи: когнітивно-прагматичний (Г. Бреклі [10], Ю.Д. Апресян [1] та ін.), лінгво-культурологічний (Т.А. Гуральник [4] та ін.), соціолінгвістичний (Е.В. Комина, А.В. Майорова [6] та ін.). У цілому технологію опису, систематизації та лексикографічну практику неології можна вважати цілком усталеною.

Постановка цілей статті. Ми маємо на меті розглянути деякі семантико-стилістичні особливості неологізмів комп'ютерної сфери (зокрема Інтернет-ресурсів) у руслі традиційних методик, доповнивши їх певними аспектами, які перебувають, на думку авторів, на периферії неологічних пошуків, а саме лінгвістичними перспективами новоутворень. Дане звернення до проблем лінгвістичного прогнозування можна розглядати як постановку проблеми.

З метою цього дослідження на початковому етапі цілком можна застосувати лексико-семантичний підхід, при якому мовні одиниці традиційно об'єднуються в лексико-семантичні групи (ЛСГ), що розуміються як мікросистеми, об'єднують слова і лексико-семантичні варіанти слів за їх лексичним значенням [9, с. 83].

Комп'ютерна лексика може розглядатися з позиції лексико-семантичного поля, під яким традиційно розуміють групу слів, тісно пов'язаних одне з одним за змістом, або ієрархічну структуру безлічі лексичних одиниць, об'єднаних загальним (інваріантним) значенням, що відображають в мові певну понятійну сферу [10, с. 92].

Виклад основного матеріалу. Аналіз досліджуваного матеріалу дозволив виділити наступні ЛСГ неологізмів досліджуваної сфери:

- а) складові частини комп'ютера (hardware);
- б) програмні продукти (software);
- в) роботу з комп'ютером (operating a computer, programming);
- г) користувача або програміста (user, programmer);
- д) Інтернет (Internet).

Майже всі групи (крім групи в), включають у себе субстанціональні неологізми, характеризуються наявністю спільних сем певної групи. Слід також зазначити, що деякі сфери накладаються одна на одну, в їх загальній частині знаходяться мовні одиниці, що включають у своє значення інтегральні семантичні ознаки двох груп. Звернемося до розгляду особливостей ЛСГ останньої групи.

Новоутворену останніми роками групу слів, семантично пов'язаних з глобальною мережею, можна виокремити в наступні підгрупи:

- «явища» світу Інтернету (сайти, програми для пошуку, реклама, Інтернет-портали), наприклад: search engine, spider (програма-пошуковик), sobweb site (застарілий, неоновлований сайт), whack-a-mole windows, spam (назви різних видів нав'язливої реклами в Інтернеті), dot com (компанія, яка веде бізнес виключно в мережі), IRC (Internet Relay Chat) і ICQ (I seek you) (системи інтерактивного спілкування в Інтернеті, що дозволяє партнерам обмінюватися повідомленнями в реальному часі);
- дії, вироблені в мережі, наприклад: surf (переміщатися в Інтернеті), gun (відключити від мережі), download (переносити інформацію з мережі на свій комп'ютер), freak (підключитися до телефонних ліній), log (реєструвати, записувати, протоколювати), dial up (використовувати телефон і модем для виходу в мережу);
- абстрактні поняття, пов'язані зі світом Інтернету, наприклад: cybersickness (почуття хворобливості, викликане тривалим

- використанням Інтернету), flame war (суперечки з порушенням правил у сеансі зв'язку), netiquette (правила поведінки в мережі);
- різноманітні репліки-кліше, які використовуються для спілкування в чатах: IMHO (in my humble opinion) (на мою думку), JAM (Just A Minute) (скрутне незручне становище), TTUL (talk to you later) (поговоримо пізніше).
 - на стику груп 4 і 5 синонімічні назви людей, що «зловживають» Інтернетом: Net surfer, internaut, webhead, netizen.

У цілому розподіл нової лексики комп'ютерної сфери за лексико-семантичними групами являє собою складне і суперечливе завдання, тому що велика кількість слів знаходиться на стику кількох груп, а окремі слова не входять в жодну з них (наприклад, wordrobe – словниковий запас окремого користувача).

А. Меткалф, відомий американський неолог, виділяє п'ять основних чинників, що дозволяють новій лексичній одиниці увійти у словниковий склад мови:

- 1) частотність вживання (frequency of use);
- 2) «ненав'язливість» (unobtrusiveness: «... new words are more successful when we do not notice them »);
- 3) широкий спектр ситуацій і велику кількість людей, що використовують нові слова (diversity of users and situations);
- 4) здатність утворювати нові словоформи і породжувати нові значення (generation of other forms and meanings);
- 5) «виживання» поняття (endurance of the concept: «... words have short lives when they represent short-lived concepts ») [6, с. 63].

Звернемося до неологізмів комп'ютерної сфери, здатних, на нашу думку, стати повноправними складовими словників. До таких належать більшість термінів, що позначають:

- складові частини комп'ютера (motherboard, joystick, floppy disk drive, footmouse й ін.);
- програмні продукти (DOS, utility, browser, antivirus, achiever);
- роботу з комп'ютером (glitch, beam, barf, handshaking, scrog);
- користувача (application developer, system administrator, program analyst, netter);
- Інтернет (spam, dot com, surf, ICQ, netiquette, netizen).

Окремого дослідження у плані лінгвістичного прогнозування заслуговують жаргонізми комп'ютерної сфери, де центрами семантичної абстракції безумовно є Інтернет, користувач або фахівець зі сфери інформаційних технологій: mouse potato (переосмислення словосполучення «couch potato»), wirehead (дослівно «голова з проводів»), sys-frog (гумористична назва для system administrator), pain in the net

(невдаха- користувач Інтернету), muddie (назва гри MUD плюс продуктивний суфікс -ie з позначенням діяча) і т. д.

Висновки. Значну частину неологізмів комп'ютерної сфери складають споконвічно англійські слова або ранні запозичення, які мають високий поріг виживання і здатність до розширення лексико-граматичної парадигми.

Лексико-семантичні групи, які виділяються в даній роботі, «приречені» на тривалу лінгвістичну, а отже, і перекладацьку перспективи самим фактом «довголіття» об'єкта реальної дійсності, що підлягає найменуванню ними.

Список використаних джерел:

1. Апресян Ю.Д. Избранные труды / Ю.Д. Апресян. Т. I. – М. : Языки русской культуры, 1995. – 715 с.
2. Виноградова Н.В. Компьютерный жаргон в аспекте гендер лингвистических исследований / Н.В. Виноградова // Исследования по славянским языкам. – 2002. – № 7. – С. 111–124.
3. Волошин Ю.К. Новообразования и собственно неологизмы современного английского языка : автореф. дис. ... на здоб. наук. ступ. канд. филол. наук : / Ю.К. Волошин. – М. : Моск. пед. ин-т им. В.И. Ленина, 1971. – 16 с.
4. Гуральник Т.А. Лингвистические маркеры социокультурного пространства в сфере неонимации : автореферат дис... на здоб. наук. ступ. канд. филол. наук : / Т.А. Гуральник. – Самара: Самарский гос. ун-т, 2006. – 19 с.
5. Жилина О.А. Лингвостилистическая норма в аспекте компьютерных технологий : автореферат дис... на здоб. наук. ступ. канд. филол. наук : / О.А. Жилина – М. : Моск. гос. горный ун-т, 2003. – 17 с.
6. Комина Е.В. Роль социо маркероув появиении неологизмов / Е.В. Комина, А.В. Майорова // сб. «Языковая динамика» – Тверь: Тверской гос. ун-т, 1996. – С. 34–38.
7. Князев Н.А. Английские лексические новообразования в сфере компьютерных технологий : автореферат дис. ... на соиск. научн. степ. канд. филол. наук : / Н.А. Князев. – Пятигорск : Пятигорский гос. лингв. ун-т, 2006. – 18 с.
8. Сорокин Ю.А. Креолизованные тексты и их коммуникативная функция / Ю.А. Сорокин, Е.Ф. Тарасов // Оптимизация речевого воздействия. – М. : Высш. шк., 1990. – С. 180–196.
9. Черепанов А.Т. Англо-русский словарь сокращений по компьютерным технологиям, информатике, электронике и святы / А.Т. Черепанов. – М. : Рус. яз., 2000. – 800 с.

10. Brekle H.E. Reflections on the conditions for coining, use and understanding of nominal compounds / H.E. Brekle // Proceedings of the 12th International Congress of Linguistics. – Innsbruck, 1978. – P. 68–77.
11. Metcalf Allan. Predicting New Words: The Secrets of Their Success / Allan Metcalf. – Boston, NY. : Houghton Mifflin Company, 2002. – 207 p.

Чунадра Вікторія Сергіївна,
студентка 5 курсу спеціальності «Філологія (Переклад)»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Демченко Надія Олександрівна,
к. п. н., доц., проф. кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

СОЦІОКУЛЬТУРНИЙ КОМПОНЕНТ ПЕРЕКЛАДАЦЬКОЇ КОМПЕТЕНЦІЇ

Постановка проблеми. Підготовка перекладачів є важливим соціальним завданням, яке відповідає сучасним потребам суспільства. Навчання перекладачів передбачає розвиток перекладацької компетенції і виконує загальнолінгвістичні та загальноосвітні функції [1; 2].

Огляд останніх досліджень і публікацій. Поняття “перекладацька компетенція” зустрічається в працях багатьох науковців [1; 2; 3; 4; 5; 6; 7] і розглядається як здатність перекладати (усно або письмово) на професійному рівні.

Формулювання цілей. До змісту перекладацької компетенції входить цілий ряд компонентів – комунікативний, текстоутворюючий, професійно-технічний, прагматичний, стратегічний та морально-етичний [1; 2; 7], які ми будемо досліджувати в цій роботі.

Комунікативна компетенція [1; 2; 8; 9] складається з трьох складових – мовної (лінгвістичної), мовленнєвої, соціокультурної.

Виклад основного змісту статті. Мовна компетенція передбачає оволодіння знаннями про системну організацію мов і закономірностями їх функціонування і являє собою готовність використовувати мову як засіб мовленнєво-розумової діяльності. Мовленнєва компетенція присутня в усіх видах мовленнєвої діяльності і забезпечує не тільки сприйняття та породження текстів, але й фазу „перекодування” в умовах усного або письмового перекладу. Соціокультурна компетенція складається з країнознавчої, лінгвокраїнознавчої [8] та предметної субкомпетенцій [9]. Країнознавча складова – це знання про культуру

країни, мова якої вивчається (знання історії, географії, економіки, державного устрою, особливостей побуту, традицій та звичаїв країни) [8; 10]. Лінгвокраїнознавча субкомпетенція передбачає володіння особливостями мовленнєвої та немовленнєвої поведінки носіїв мови в різних ситуаціях спілкування [8]. Предметна (галузева) субкомпетенція – певний „багаж” фонових знань у різних галузях, а також оволодіння професійною мовою і термінологією в цих галузях [5; 6; 11], що досягається у процесі навчання та удосконалюється в ході практичної діяльності.

Текстоутворююча компетенція включає правила побудови різних видів текстів, які відображають ситуацію та сферу спілкування. Тексту властиві зв'язність, логічність та організація. Текстоутворююча компетенція забезпечує створення цілісного тексту з використанням різних засобів смислового та формального зв'язку [1; 2].

Професійно-технічна компетенція [1; 2] передбачає знання загальних принципів перекладу і включає спеціальні уміння і навички, необхідні для його здійснення.

Прагматична компетенція [1; 2] включає поняття „прагматичний потенціал” [1; 2] (потенційний вплив тексту перекладу на рецепієнтів), який залежить від мети та завдань перекладу і який по-різному реалізується в конкретних актах комунікації. Перекладач постійно вирішує завдання, пов'язані з досягненням необхідного комунікативного ефекту.

Стратегічна компетенція [1; 2; 7] будується на глибокому розумінні тексту оригіналу і реалізується в пошуку, виборі та прийнятті послідовних перекладацьких рішень.

Морально-етичний компонент включає особистісні якості, які є визначальними для перекладача [1; 2], – відповідальність, комунікабельність, об'єктивність, презентабельність, психологічну стійкість та інші.

Формування соціокультурного компонента перекладацької компетенції розглядається як одна з основних цілей навчання перекладу. Сучасні концепції навчання перекладу в мовному вищому закладі освіти розглядають соціокультурну складову перекладацької компетенції, з одного боку, як невід'ємний компонент фахової підготовки перекладача, а з іншого, – як підґрунтя ефективного розвитку такої компетенції. У загальній теорії навчання іноземних мов проблема формування соціокультурної складової не є новою. Проте цього не можна сказати про методіку навчання перекладу, в якій це питання не одержало належної уваги з огляду на практичну відсутність глибоких досліджень у цій галузі.

Таке становище суттєво стримує розвиток теорії і практики навчання перекладу.

У зв'язку з цим ми поставили завдання проаналізувати існуючі роботи, щоб узагальнити досвід та визначити відсутні ланки для подальшої розробки цілісної концепції підготовки перекладачів.

Загалом ідея фонових знань не є новою. Ще в 70-х роках теорія фонових знань (*schemata theory*) здобула велику популярність у методиці навчання читання. Суть теорії полягає в тому, що при читанні індивід сприймає та розуміє текст залежно від індивідуальної системи фонових знань, досвіду та світогляду. Щодо теорії та практики перекладу, то теорія фонових знань не одержала належної уваги.

Аналіз робіт дозволяє нам стверджувати, що в основі соціокультурного компонента лежать фонові знання (*background knowledge*), які визначаються як знання, що є спільними для учасників комунікативного акту, тобто це загальна для комунікантів інформація, що забезпечує взаєморозуміння при спілкуванні. Така інформація сприяє виконанню кумулятивної функції мови, завдяки якій, власне, існує можливість перекладу. В цій функції мова є з'єднувальною ланкою між поколіннями, скарбницею та засобом передачі позамовного колективного досвіду, оскільки вона не лише відображає сучасну культуру, але й фіксує її минулий стан.

Фонові знання є неоднорідними. За ступенем поширеності розрізняють три їхні види – загальнолюдські, регіональні та країнознавчі. Сюди можна також додати соціально-групові знання, притаманні певним соціальним спільнотам – педагогам, лікарям, юристам та ін.

Розвиток сучасної науки і техніки породив велику кількість вузькоспеціальних текстів, переклад яких вимагає від перекладача певного обсягу фонових знань, причому якість перекладу безпосередньо залежить від їхнього обсягу. Важливість фонових знань за тематичною ознакою неодноразово підкреслювалася багатьма методистами, перекладознавцями, лінгвістами [1; 2]. Вони зазначали, що більшість перекладачів апріорно виходять з того, що будь-який текст оригіналу не приховує герменевтичні смисли і є завжди зрозумілим для перекладачів, але це не так. Протягом кількох десятиліть питання щодо засобів перекладу майже витіснило проблему розуміння тексту оригіналу [27, с. 516]. Адже загальновідомо, що розуміння передує самому процесу перекладу. Саме розуміння базується на фонових знаннях та особистому досвіді перекладача. Тому неусвідомлене нерозуміння або часткове нерозуміння тексту оригіналу впливає на якість перекладу і призводить до спотворення інформації, порушень норм перекладу і, зрештою, – непорозуміння або навіть конфлікту між комунікантами. Отже, одним із

завдань методики навчання перекладу є пошук шляхів розширення діапазону тематичних блоків навчання, а також відбір автентичних репрезентативних текстів, аби полегшити адаптацію майбутніх перекладачів до практичної діяльності, де їм часто доводиться змінювати галузі перекладу.

Структура фонових знань носія мови формується під впливом низки чинників і складається з різних компонентів (інформації та почуттів, накопичених протягом дошкільного, шкільного та післяшкільного періодів; досвіду особистого, політичного та мистецького спілкування; досвіду практичного життя). Важко навіть перелічити всі джерела, що формують свідомість носія мови, але результатом є знання, обсяг яких, хоч і значно коливається від людини до людини, характеризується певним ядром, який пересічно знають усі освічені носії мови. Попри всю абстрактність цього гіпотетичного ядра слід дійти висновку, що воно має бути об'єктом засвоєння при навчанні перекладачів [5; 6].

Деякі дослідники робили спроби конкретизувати зміст згаданого ядра [5; 6], внаслідок чого перелік галузей знань, що в ідеалі мають бути засвоєні перекладачем, був досить вражаючим (від Палестини часів Ісуса Христа до ідіом, прислів'їв та приказок та від структури, походження і персонажів Біблії до гуманітарних та природничих наук). Такий обсяг породив скепсис у певної кількості дослідників, які висловили сумнів щодо можливості його засвоєння при навчанні перекладачів. Виходом вважається використання резерву координації предметів змісту навчання перекладу, починаючи від дисциплін спеціалізації і закінчуючи загальноуніверситетськими дисциплінами, у межах яких майбутні перекладачі мали б складати поняттєві схеми та двомовні глосарії [5; 6]. Незалежно від реальності засвоєння основного обсягу фонових знань носія мови в межах університетського курсу навчання сама спроба окреслення такого обсягу видається надзвичайно корисною, адже вона є орієнтиром, який спонукає до пошуків шляхів досягнення такої далекої, але разом з тим такої бажаної мети.

Для успішного перекладу спеціального тексту перекладачеві немає потреби мати відповідну освіту, а достатньо такого ступеня орієнтації в предметі, яка б дозволяла йому розуміти термінологію та логіку викладання змісту [5; 6]. Таким чином, зміст підготовки майбутніх перекладачів має включати засвоєння достатнього обсягу передумов (фонових знань та термінів) у галузях, які є найбільш вірогідними ділянками їхньої практичної роботи (наприклад економіки, права, природознавчих наук, медицини та ін.).

Ступінь розуміння соціокультурного компонента змісту повідомлення визначається не лише фоновими знаннями перекладача, а

залежить також від його орієнтації у стилевих реєстрах [5; 6]. Це пов'язано із значним розмаїттям текстів, з якими доводиться мати справу в процесі перекладу. Сучасному перекладачеві доводиться мати справу з найрізноманітнішою тематикою і стилістикою. З одного боку, перекладачі працюють з текстами, авторами яких є видатні майстри слова, що користуються багатими ресурсами мови, рясно вживають крилаті вислови та цитати, алюзії на популярні анекдоти і міфологічні сюжети, дитячі вірші та висловлювання з Біблії. З іншого, – іноді доводиться працювати з недбалими текстами, автори яких недостатньо логічно й чітко викладають власні думки, включаючи інструкції до користування приладами, технічну документацію тощо [5; 6]. Лише знання теми і контексту та наявність відповідних знань може допомогти перекладачеві в таких випадках.

Кореляція різних типів знань визначає індивідуальну картину світу перекладача, яка є умовою успішної реалізації міжмовної та міжкультурної комунікації. Відповідно, ступінь повноти системи знань (фонових, тематичних, контекстних, термінологічних) визначає ступінь розвиненості соціокультурного компонента перекладацької компетенції.

Важливою передумовою навчання перекладу є усвідомлення необхідності перебування майбутніх перекладачів одночасно у двох різних соціокультурних площинах. З метою реалізації посередницької функції перекладу та збереження впливу оригіналу перекладач має розпізнати соціокультурну інформацію в оригіналі, а потім знайти шляхи її реалізації в перекладі. Перекладач упорається з таким завданням лише за умови здатності оперативно координувати інформаційно-соціальні складові площин двох культур. Не менш важливим є розуміння глибинного змісту тексту оригіналу, що можливе лише за умови наявності достатнього обсягу знань контактуючих культур, а також відповідної адаптації тексту оригіналу залежно від конкретного адресата. Ці чинники є важливими складовими соціокультурного компонента перекладацької компетенції [1; 2].

Висновки. Отже, процес навчання перекладу повинен проходити в контексті „діалогу культур”, тобто адаптації майбутніх перекладачів до іншомовної культури. Таким чином, соціокультурний компонент перекладацької компетенції включає систему специфічних для культури мови, що засвоюється, знань (фонових, теми тощо) та відповідні термінологічні одиниці, що позначають поняття, які належать до згаданої системи. Звідси випливає важливість визначення переліку галузей та відбору автентичних репрезентативних текстів, які б задовольняли потребу засвоєння максимально можливого обсягу фонових знань та

термінології, а отже, сприяли б формуванню соціокультурного компонента фахової компетенції майбутніх перекладачів.

Список використаних джерел:

1. Комиссаров В.Н. Теоретические основы методики обучения переводу / В.Н. Комиссаров. – М. : РЕМА, 1997. – 112 с.
2. Комиссаров В.Н. Современное переводоведение : учебное пособие / В.Н. Комиссаров. – М. : ЭТС, 2002. – 424 с.
3. Алексеева И.С. Профессиональный тренинг переводчика / И.С. Алексеева. – СПб. : Союз, 2001. – 288 с.
4. Цвиллинг М.Я. Методика обучения переводу / М.Я. Цвиллинг // Обучение иностранному языку как специальности. – 2-е изд. – М. : Высш. школа, 1982. – 225 с.
5. Черноватий Л.М. Принципи складання вправ для навчання галузевого перекладу / Л.М. Черноватий // Вісник Сум. держ. ун-ту. Серія : Філологічні науки. – 2002. – №3(36). – С. 101–105.
6. Черноватий Л.М. Особливості навчально-методичних матеріалів для підготовки перекладачів / Л.М. Черноватий // Вісник Сум. держ. ун-ту. Серія : Філологічні науки. – 2002.– №4 (37). – С.184–188.
7. Латышев Л.К. О некоторых составляющих переводческой компетенции и их формировании / Л.К. Латышев // Региональный открытый социальный институт. Ученые записки. Серия : Лингвистика. Межкультурная коммуникация. Перевод. – Курск : Изд-во РОСИ. – 1999. – Вып.3. – С. 3–12.
8. Методика навчання іноземних мов у середній школі. – К. : Ленвіт, 1999. – 320 с.
9. Щукин А.Н. Методика обучения иностранным языкам : курс лекцій / А.Н. Щукин. – М. : Изд-во УРАО, 2002. – 288 с.
10. Методика обучения иностранным языкам в начальной и основной общеобразовательной школе : учебное пособие [для студентов педагогических колледжей] / под ред. В.М. Филатова. – Ростов-на-Д. : „Феникс”, 2004. – 416 с.

Шаравара Роман Іванович,
студент 5 курсу спеціальності «Філологія (Переклад)»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Демченко Надія Олександрівна,
к. п. н., доцент, професор кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ПОЛІТИЧНИЙ ДИСКУРС У СУЧАСНІЙ ЛІНГВІСТИЦІ

Із позицій сучасних підходів дискурс – це складне комунікативне явище, що включає, крім тексту, ще й екстралінгвальні чинники – знання про світ, думки, установки, цілі адресата, необхідні для розуміння тексту. Поняття «дискурс» характеризується параметрами завершеності, цільності, зв'язності, тобто всіма властивостями тексту, він також розглядається одночасно і як процес, і як результат у вигляді фіксованого тексту.

Постановка проблеми. Динамічний розвиток сучасного англomовного політичного дискурсу зумовлює зацікавленість дослідників у вивченні особливостей та характерних рис його функціонування в різних культурних середовищах. Увага дослідників прикута до різноманітних мовних явищ, серед яких політична фразеологія становить одне з найактуальніших питань сучасних наукових розвідок.

Огляд останніх досліджень та публікацій. Зростання ролі політичного спілкування не тільки у сфері політики, але й в інших галузях людського життя зумовило розвиток нового напрямку мовознавства – політичної лінгвістики. Вивченню політичного дискурсу, як особливої форми спілкування, розкриттю механізмів складних взаємовідношень між мовою, владою та суспільством, дослідженням жанрово-стилістичних особливостей текстів політичних промов і вербальних засобів ефективного впливу політичної промови на свідомість широких мас присвячено праці багатьох учених.

Політичний дискурс – особливе використання мови для вираження ментальності та ідеології за допомогою особливої граматики і лексики [8]. А. М. Баранов і Є. Г. Казакевич вважають, що політичний дискурс утворює сукупність усіх мовленнєвих актів, використаних у політичних дискусіях, а також правил публічної політики, освячених традицією і перевірених досвідом [3]. За такого вузького розуміння політичний дискурс обмежується інституційними формами спілкування [7, с. 57].

Визначення мети статті. Мета політичної комунікації – боротьба за владу, адже під політичною комунікацією розуміється будь-яка передача повідомлень, призначена вплинути на розподіл і використання

влади в суспільстві, особливо якщо ці повідомлення виходять з офіційних урядових інституцій [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**9].

У контексті нашого дослідження *політичний дискурс* розуміємо як складну мисленнєво-комунікативну діяльність, яка є сукупністю процесу й результату і включає як позалінгвальний, так і власне лінгвальний аспекти [4; 6] та зорієнтована не стільки на передачу інформації політичного характеру, скільки на здійснення впливу на електорат (переконавання, перетягування на свій бік, спонукання до дії) через реалізацію відповідних стратегій і тактик [5].

Виклад основного матеріалу. До основних суспільно значущих із соціально-психологічної точки зору можна віднести наступні функції політичного дискурсу.

1. *Регулятивна функція* підкреслює роль мови в регулюванні поведінки адресата через спонукання його до дії, повідомлення адресату інформації, яка змінює його наміри. Серед функцій мовленнєвої регуляції В. Г. Борботько виділяє таку складову, як «інспіратив» (надихання). «Інспіратив», на відміну від «прескриптива», не нав'язується адресату, а досягається шляхом повідомлення йому відповідних диспозицій, на базі яких згодом формується спрямування до дії [4, с. 39]. Інспіратив є особливо ефективним у сфері ідеологічного впливу під час агітації й пропаганди. На нашу думку, ця функція є однією з найголовніших для політичного дискурсу, оскільки вона передбачає певний вплив на адресата із зміною його діяльності чи поглядів надалі.

2. *Інструмент політичної влади.* Дискурс передбачає боротьбу за владу, оволодіння владою, її збереження, утримання, здійснення, стабілізацію та перерозподіл. Найбільш важливим проявом цієї функції є мобілізація до дії. Цей процес може відбуватися у вигляді прямого звернення, погроз, обіцянок, звинувачень і за допомогою створення відповідного емоційного настрою (надії, страху, тривоги, гордості за державу, відчуття єдності) [4].

3. *Ретроспективна та проспективна функції.* Значна частина політичної комунікації присвячена прогнозуванню і відтворенню минулого. Минуле має приклади позитивного чи негативного досвіду, який використовується як аргумент. Проекція в майбутнє включає прогнозування наслідків вибору певного кандидата чи партії. Функціональна специфіка політичного дискурсу полягає в його базовій громадсько-політичній функції – боротьбі за владу [4].

Вагомим прагматичним фактором у політичному дискурсі є:

1) потреба уникати конфліктності у спілкуванні, адже невизначеність виступає як засіб подолання комунікативних ускладнень, який дозволяє мовцю уникати крайнощів, займати помірковану

нейтральну позицію під час обговорення спірних питань, чим сприяє згладжуванню суперечностей;

2) намагання уникнути контролю за власними діями через використання багатозначних, невизначених понять, що є ефективним прийомом, що ускладнює в майбутньому ефективний контроль за виконанням взятих зобов'язань і дозволяє успішно лавірувати, підпорядковуючи свої дії моральним нормам ситуативної етики [2].

Однією з особливостей політичної мови є її театральність, що обумовлена специфікою основного адресата (масового спостерігача) політичного дискурсу і виявляється в сюжетно-рольовому компоненті та метафоричності, а також її полемичність – своєрідна агресія, спрямована на навіювання негативного ставлення до політичних супротивників, на нав'язування інших цінностей і оцінок. Лексика політичного дискурсу є достатньо динамічною, оскільки політична ситуація може кардинально змінюватися, і на певному історичному етапі розвитку держави певна лексика буде вживатися досить часто. Разом із тим понятійна точність, з одного боку, і смислова невизначеність, із іншого боку, є головними прагматичними факторами, що визначають вибір певних мовних засобів.

Політичний дискурс розглядається лінгвістами як об'єкт лінгвокультурологічного вивчення, як вторинна мовна підсистема, з функціями, тезаурусом та комунікативним впливом. Політичний дискурс може бути визначений як сукупність усіх мовленнєвих актів у політичних дискусіях, а також правил публічної політики, які оформилися згідно з існуючими традиціями та перевірені досвідом. Політичний дискурс реалізується в усній та писемній формах. До нього можна віднести публічні виступи, заяви політиків, політичних оглядачів та коментаторів, промови, звернення, публікації у ЗМІ, матеріали спеціалізованих видань, що мають справу з різними аспектами політики.

О. Й. Шейгал розглядає жанри політичного дискурсу за шкалою інституційності як міжособистісну та інституційну комунікації. Політичний дискурс має інституційний характер. Суб'єктами мовленнєвих жанрів політичного дискурсу можуть бути тільки політичні лідери. Щодо виокремлення жанрів політичного дискурсу, то А. Г. Алтунян пропонує наступну класифікацію основних жанрів політичного дискурсу: реклама, лозунг, листівка, політична промова, політична стаття, політична публіцистика, інформаційна стаття, політичні новини [Ошибка! Источник ссылки не найден.1, с. 21]. У контексті нашого дослідження ми зосередили увагу на особливостях жанру політичної промови.

Політична промова належить до інформативно-переконувального типу політичних текстів. Виокремлення різновидів політичної промови

стає можливим завдяки таким факторам:

- 1) місця реалізації промови;
- 2) тематичного змісту текстів;
- 3) аудиторії, на яку спрямована промова.

Політична промова розглядається як текст особливого типу, який відображає специфіку комунікативної ситуації тексту та характеризується такими лінгвостилістичними параметрами, як аргументативний характер розгортання тексту, об'єктно-суб'єктний спосіб організації інформації, відверта авторська інтенція, безпосередня й постійна апеляція до адресата, специфіку якого теж визначають односпрямовані та спеціально організовані мовленнєві засоби й набір релевантних комунікативно-прагматичних настанов.

Побудова політичної промови відбувається за античною трихотомічною схемою – вступ, основна частина, заключна частина. Вступ є необхідним для привертання уваги аудиторії. Основна частина складається традиційно з висунення та доведення тези, вона орієнтована на інформаційний аспект. У заключній частині підбивають підсумки основних положень і роблять висновки. Якщо темою політичної промови є вирішення певної проблеми, то у вступі або на початку основної частини чітко визначається ця проблема, а далі йде перелік тих явищ, що її спричинили, заходи для її усунення. Заключна частина містить заклик до аудиторії за допомогою запропонованих заходів вирішити цю проблему.

Для тексту політичної промови в цілому характерні наступні специфічні особливості:

- часте вживання фразеологічних сполучень, що мають характер своєрідних мовних штампів;
- використання конструкцій типу "дієслово+that" при викладі чужого висловлення, коментуванні заяв політичних діячів і т. д., наприклад: «The President argues that this decision will seriously handicap the country's economy» – «Президент вважає, що це рішення завдасть серйозної шкоди економіці країни»;
- уживання фразеологічних сполучень типу "дієслово + іменник", наприклад: to have a discussion замість to discuss, to give support замість to support, to give recognition замість to recognize;
- уживання неологізмів, утворених за допомогою деяких продуктивних суфіксів, наприклад: -ism (Bevinism), -ize (to atomize), і префіксів: anti- (anti-American campaign), inter- (inter-European relations) [1];

- широке використання безособових зворотів як вступної частини повідомлень, наприклад: it is officially announced that – офіційно повідомляється, що, it is reported that – повідомляють, що;
- часте вживання скорочень, наприклад: M.P.= Member of Parliament, T.U.C.= Trades Union Congress, TV= Television [1].

Для створення впливового ефекту на аудиторію використовуються афективні синтаксичні моделі речень з окличними словами, аргументативний повтор, сегментовані речення, парцельовані конструкції, емфатичні конструкції [1].

Висновки: Отже, політична промова є найбільш типовим жанром політичного дискурсу. Політична промова, як вияв політичного дискурсу, – це публічний виступ, який є ефективним засобом для одержання визнання та демонстрації лідерства, це політичний текст, який проголошується перед масовою аудиторією, ставить нарізлі завдання в тій чи іншій сфері громадського життя, дає рекомендації щодо здійснення поставлених завдань. Вона виконує функції переконання, агітації, вітання, має завчасно створений сценарій, який залежить від комунікативної ситуації. Кількість учасників цієї комунікативної ситуації точно не визначена, оскільки йдеться про масову комунікацію, де основна частина мовленнєвої дії (промови) відводиться промовцю.

Список використаних джерел:

1. Алексеева І.С. Професійний тренінг перекладача / І.С. Алексеева .– СПб. : Союз, 2001.– 288 с.
2. Баран Г. П. Дискурсивные особенности веб-сайтов политических партий США и Великобритании // Международный научный журнал Общества за культурный и научный прогресс в Восточной и Центральной Европе "Science and Education a New Dimension." [Електронний ресурс] / Г. П. Баран. – Режим доступу : <http://scaspee.com/6/post/2013/10/websites-of-american-and-british-political-parties-as-polycode-texts-baran-h-p.html>
3. Баранов А. Н. Политический дискурс : прощание с ритуалом / А. Н. Баранов // Человек. – 1999. – №6. – С. 108–118.
4. Борботько В. Г. Принципы формирования дискурса : от психолингвистики к лингвосинергетике / В. Г. Борботько. – М. : Ком. книга, 2005. – 280 с.
5. Борисова А.О. Джерела лексичних труднощів при перекладі текстів суспільно-політичного характеру українською мовою з англійської мови / А.О. Борисова // Придніпровський научний вестник. – 2010. – С. 226–230.
6. Демьянков В. З. Політичний дискурс як предмет політологічної

- філології / В. З. Дем'янков // Політична наука. Політичний дискурс: історія й сучасні дослідження. – 2002. – №3. – С. 48.
7. Попов А. Ю. Основные отличия текста от дискурса / А. Ю. Попов // Текст и дискурс. Проблемы экономического дискурса : сб. науч. ст. – СПб. : Изд-во СПбГУЭФ, 2001. – С. 38–45.
 8. Сорокин Ю. А. Политический дискурс: попытка истолкования понятия / Ю. А. Сорокин // Политический дискурс в России. – М., 1997. – С. 57.
 9. Степанов Ю. С. Константы мировой культуры / Ю. С. Степанов. – М. : Наука, 1993. – 156 с.
 10. Чудинов А.П. Политическая лингвистика : учеб. пособие / А.П. Чудинов. – Москва : Изд- ва «Флинта», «Наука», 2006. – С. 7–12.

Шахова Валерія Володимирівна,
студентка 5 курсу спеціальності «Філологія (Переклад)»,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»
Науковий керівник: Демченко Надія Олександрівна,
к. п. н., доцент, професор кафедри перекладу та іноземних мов,
Полтавський інститут економіки і права Університету «Україна»

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕКЛАДУ ТЕРМІНІВ (НА МАТЕРІАЛІ ТЕКСТІВ ЮРИДИЧНОГО ДИСКУРСУ)

Постановка проблеми. Прогрес людства, розвиток науки і техніки передбачає активну дослідницьку діяльність у галузі термінологічної лексики, явищ і процесів номінації та термінологізації. Проблеми перекладу, становлення, семантики, деривації та тенденції розвитку термінології, як прошарку наукової лексики, привертають увагу дослідників. Учені доходять висновку, що для підтримання орієнтації та одностайності при зображенні фахових знань сучасний стан науки вимагає поглибленого вивчення таких питань, як особливості перекладу термінів, генезис, процеси формування термінологічних систем, семантизація термінів, стандартизація термінів та їх прагматистична реалізація в науковій літературі та науковій комунікації.

Аналіз наукової літератури за темою засвідчив, що незважаючи на величезний інтерес сучасних лінгвістів до поняття «дискурс», його трактування залишається неоднозначним та в багатьох роботах обумовлюється завданнями досліджень. Дуже влучним є висловлювання

Т. ван Дейка: «Часто найбільш розпливчасті поняття та ті, що найважче піддаються визначенню, стають найбільш популярними» [1]. Найбільш адекватним та повним є визначення дискурсу, запропоноване Н. Аругоновою, – «зв'язний текст у сукупності з екстралінгвістичними, прагматичними, соціокультурними, психологічними та ін. факторами; мовлення, що занурене в життя».

Визначення мети статті. Юридичний дискурс належить до типу інституційного дискурсу сфери врегулювання соціальних взаємовідносин та характеризується жорсткою організацією та ієрархічною структурою. Він є орієнтованим на всі верстви суспільства та вважається одним з найбільш актуальних дискурсів сучасності. Право – це не тільки сукупність нормативних актів та законів, але й найважливіше досягнення культури всієї цивілізації, яке має бути твердим фундаментом життя як суспільства в цілому, так і окремого індивідуума. Проте з перекладацької точки зору найбільший інтерес дослідників привертають саме юридичні терміни.

Основний зміст. За визначенням А. Коваленко, терміном є емоційне нейтральне слово чи словосполучення, яке вживається для точного вираження понять та назв предметів [3]. Передача англійських термінів українською мовою вимагає знання тієї галузі, якої стосується переклад, розуміння змісту термінів англійською мовою і знання термінології рідною мовою. При перекладі науково-технічної та юридичної літератури важливе значення має взаємодія терміна з контекстом, завдяки чому виявляється значення слова [3].

Юридичний переклад, як і будь-який переклад галузевої літератури, потребує значної бази знань перекладача та обізнаності у різних сферах діяльності і наукових галузях. Особливо, якщо справа стосується перекладу текстів англійської мови українською і навпаки, адже Україна і Великобританія (і, звичайно ж, США) належать до різних правових систем. Як наголошує О. Скакун, Україна належить до романо-германської або континентальної юридичної системи, а Великобританія і США до англосаксонської. Це зумовлено особливостями географічного положення, історичного розвитку і культурних традицій країн і, як наслідок, юридичні документи – контракти, договори, угоди, домовленості – значно різняться за своєю структурою і відрізняються вживаною лексикою, існуючими поняттями тощо [6].

Часто трапляються випадки комбінування трансформацій у процесі перекладу однієї термінологічної одиниці. Через деякі розбіжності у граматичних, синтаксичних та морфологічних будовах англійської й української мов дуже часто доводиться під час перекладу використовувати різноманітні трансформації. Більшість випадків підбору

лексичних відповідників, залежно від контексту правознавчих текстів, визначаються культурологічними й соціологічними факторами. У різних етнічних спільнотах спостерігаються абсолютно різні, іноді несумісні, підходи до явищ і предметів [6, с. 34]. Наприклад:

<p>1) <i>The liability of the carrier is to three exception at common law. The first is the act of God, by which is understood some unforeseen accident of natural cause which could not have been prevented by any reasonable foresight [5].</i></p>	<p>Відповідно до загального права перевізник звільняється від відповідальності у трьох випадках. По-перше, в умовах форс-мажору (стихійного лиха), під яким розуміються непередбачені обставини природного характеру, яким неможливо запобігти за допомогою розумної передбачливості.</p>	<p>лексичний відповідник</p>
<p>2) <i>Trial - in law, a judicial examination of issues of fact or law for determining the rights of the parties involved [2].</i></p>	<p>Суд (у юриспруденції) – судовий розгляд деталей справи або закону для встановлення прав залучених сторін.</p>	<p>еквівалент</p>
<p>3) <i>In the U.S., the president, vice president, and other federal officers, including judges, may be impeached by the U.S. House of Representatives [3]</i></p>	<p>У США Палата Представників може піддати імпичменту президента, віце-президента та інших федеральних чиновників, включаючи суддів.</p>	<p>еквівалент</p>
<p>4) <i>The Constitutions separation of the legislative, executive, and judicial branches of government, the checks and balances of each branch against the other, and the explicit guarantees of individual liberty were all designed to strike a balance between authority and liberty [6].</i></p>	<p>Розподіл законодавчої, виконавчої і судової гілок влади, передбачений Конституцією, взаємний контроль і збереження рівноваги між ними, а також чіткі гарантії особистих свобод – усе це було розроблено з метою підведення балансу між владою і свободою.</p>	<p>еквівалент</p>

Продовження таблиці

<p>5) <i>Attorneys for the plaintiff and the defendant make opening statements to a judge or jury, then the attorney for the plaintiff makes his case by calling witnesses, whom the defense attorney may cross-examine [2].</i></p>	<p>Адвокати позивача і відповідача виступають зі вступним словом перед суддею або присяжними, потім адвокат позивача висловлює свою позицію і викликає свідків, яких адвокат захисту може піддати перехресному допиту.</p>	<p>еквівалент</p>
<p>6) <i>The courts are the branch of government that must make decisions about problems of civil and criminal law with fairness and strength. Otherwise some people would be tempted to take the law into their own hands, creating a social atmosphere of violence and anarchy [5].</i></p>	<p>Суд – це гілка влади, яка повинна ухвалювати рішення з питань цивільного і кримінального права справедливо і твердо, інакше деякі люди захочуть узяти правосуддя у свої руки і створять тим самим атмосферу насильства й анархії.</p>	<p>еквівалент</p>

У наведених прикладах адаптивного перекладу фрагментів юридичного тексту інформація передається за допомогою засобів іншої мови. При виконанні перекладу правових документів особлива увага повинна приділятися безеквівалентній лексиці, оскільки у всіх мовах існують слова і стійкі словосполучення, що не мають більш-менш повних відповідників у мові перекладу у вигляді лексичних одиниць. Під впливом екстралінгвістичних факторів, а саме культурологічних і соціологічних аспектів, у мові перекладу з'являються нові слова, які відображають ті поняття, що існують у вихідній мові, але не властиві мові перекладу [4]. Таким чином, наступним поширеним методом є запозичення. Багато еквівалентних відповідників, що відображають англійські реалії і створені свого часу перекладачами, міцно увійшли до вжитку і стали невід'ємною частиною української мови як запозичення. Наприклад, barrister – баррістер, адвокат, що має право виступати у вищих судах; solicitor – солісітор, адвокат, який веде справи в судах графств і готує матеріали для баррістерів; bill - законопроект.

7) <i>Barristers engage in advocacy (trial work), and only they may argue cases before a high court [5].</i>	Баррістери займаються адвокатською діяльністю (беруть участь у судовому розгляді), і лише вони можуть аргументувати судові прецеденти у Верховному Суді.	запозичення
8) <i>Solicitor - British lawyer who advises clients, represents them in the lower courts, and prepares cases for barristers to try in higher courts [5].</i>	Соліситор – юрист, адвокат у Великобританії, що дає поради клієнтам, представляє їх у судах нижчої інстанції і готує справи для баррістера для ведення слухання в судах вищої інстанції.	запозичення
9) <i>In certain circumstances a Bill may become law without the concurrence of all the component parts of Parliament [2].</i>	За певних обставин Біль може стати законом без згоди всього складу парламенту.	запозичення
10) <i>A solicitor, acting under a general retainer, has an implied authority to accept service of process for his client...[5]</i>	Соліситор , який діє на підставі загального договору з адвокатом, має повноваження брати на себе обслуговування клієнта в ході судового розгляду, що береться до уваги.	запозичення

З іншого боку не всі існуючі поняття в англійській юридичній літературі можна передати за допомогою запозичення, тобто прийому транслітерації, приклади якої наведені вище. Тоді перекладач звертається до описового перекладу, при застосуванні якого не обійтися без додаткових екстралінгвістичних знань з галузі права та культурологічних особливостей народу. Наприклад:

11) <i>The juries are selected from a larger panel of citizens, commonly known as the venire [5]</i>	Судові присяжні обираються з широкого кола громадян, зазвичай відомого як категорія осіб, що можуть виконувати функції присяжних	описовий переклад
12) <i>The prospective jurors are generally subject to further interrogation about their possible biases. In England jurisprudence this examination is known as vior dire [2]</i>	Передбачувані присяжні зазвичай піддаються подальшому допиту на предмет їх можливої упередженості . В англійській юриспруденції ця процедура має назву vior dire	описовий переклад

Достатньо поширеним методом для передачі реалій, що існують у вихідній мові, є прийом калькування – переклад англійського слова чи словосполучення за його частинами з наступним складанням цих частин. Такий переклад відтворює англійські лексеми дослівно. Наприклад:

13) <i>The Privy Council developed from a small group of royal advisers at court into the chief source of executive authority [5]</i>	Тасмна Рада, яка розвинулася з маленької групи королівських радників у суді, сьогодні є головним джерелом виконавчої влади	калькування
14) <i>The office of Privy Councilor is an honorary one, conferred, for example, on former Prime Ministers [2]</i>	Місце Тасмного Члена радника є почесним, він радиться, наприклад, з колишніми Премер-міністрами [5]	калькування
15) <i>New legislation in Britain usually starts in the Houses of Lords, in each house a bill is considered in three stages, called readings [2]</i>	Нове законодавство у Великобританії розпочинається в Палаті Лордів, у кожній палаті закон проходить три етапи, що називаються читаннями	калькування

Висновки. Із вищенаведених прикладів можна побачити, що способи і прийоми перекладу юридичних документів можуть варіюватися і комбінуватися залежно від наявності в тексті мови перекладу юридичної термінології, будови речення, наявності сполучників і вставних слів, лінгвокультурологічних особливостей іншомовного тексту тощо. Також слід пам'ятати, що існує маса документів, які призначені не для юристів, а для людей, які можуть не зрозуміти юридичну термінологію і лексику, що також слід враховувати при перекладі.

Список використаних джерел:

1. Ван Дейк Т.А. К определению дискурса [Электронный ресурс] / Ван Дейк Т.А. – Режим доступа : <http://psyberlink.flogiston.ru/internet/bits/vandijk2.htm>.
2. Климзо Б.Н. Ремесло технического переводчика / Б. Н. Климзо. – М. : Р. Валент, 2006. – 286 с.
3. Коваленко А.Я. Науково-технічний переклад : навчальний посібник / А.Я. Коваленко. – Тернопіль : Вид-во Карлюка, 2001. – 284 с.
4. Комиссаров В.Н. Практикум по переводу с английского языка на русский : учеб. пособие [для ин-тов и фак. иностр. яз.] / В.Н. Комиссаров. – М. : Высш. шк., 1990. – 253 с.
5. Назаров В. Ф. Курс юридического перевода / В. Ф. Назаров. – М. : МГУ, 2000. – 166 с.
6. Скакун О.Ф. Теорія держави і права : підручник / О. Ф. Скакун. – Х. : Консул, 2005. – 656 с.

ЗМІСТ

СЕКЦІЯ 1. ТЕОРІЯ, МЕТОДИ ТА ТЕХНОЛОГІЇ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З ОКРЕМИМИ ГРУПАМИ КЛІЄНТІВ

Брижак М.В. Голованова Д. В.	Соціальна робота з девіантними підлітками: зарубіжний досвід	3
Васильченко О.В. Бацман О.С.	Прояви насильства в сучасній українській сім'ї (за результатами соціологічних досліджень)	6
Герасименко С. В. Бацман О.С.	Вітчизняні і зарубіжні концепції самоефективності особистості	13
Кравченко О.О. Голованова Д. В.	Алкоголізм як форма девіантної поведінки підлітків: теоретичний аспект	20
Малінська В.В. Голованова Д. В.	Вільний час та його використання як інтегративний чинник розвитку молоді	24
Марченко Ю.В. Бацман О.С.	Сім'я як інститут сексуального виховання	28
Мітіна І.О. Бацман О.С.	Соціальна норма та девіація: поняття та сутність	33
Окара Ю.Ю. Бацман О.С.	Форми та методи соціальної роботи з формування різних типів комунікацій людей похилого віку	40
Онуфрей О.П. Бацман О.С.	Соціальна інтеграція нечуючих та слабочуючих людей: постановка проблеми	47
Павловська Я. В. Глоба С.М.	Сімейне насильство над жінками: сучасний стан проблеми	56
Полянська Н. С. Бацман О.С.	Материнство як соціальний феномен	62
Причина Я. О. Голованова Д. В.	Явища булінгу: теоретичний аспект	70

Рубаєва Н.В. Голованова Д. В.	Соціально-психологічні проблеми в літньому і старечому віці як передумова організації соціальної роботи з даною категорією клієнтів	75
Рустамян А. С. Бацман О.С.	Інклюзивне навчання в Україні	82
Свінтославська А.В. Скляр Т. П.	Міжнародний досвід організації соціальної роботи з багатодітними сім'ями	87
Хом'як Н. М.	Теоретичні аспекти дослідження проблеми технології соціальної роботи з профілактики та корекції поведінки підлітків	94
Щур Н.М. Голованова Д. В.	Шляхи розвитку комунікативної компетентності соціального працівника	104

СЕКЦІЯ 4. АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, СПОРТУ І ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

Брижак Світлана Василівна	Особливості лікувальної фізичної культури при оперативному розродженні	109*
Веклич О. О.	Методики лікування сколіотичної хвороби за допомогою засобів ЛФК	112
Веприк М. О.	Рухова активність як засіб подолання розумової втоми молодших школярів	116
Вишницька Д.О.	Особливості адаптивного фізичного виховання та реабілітації дітей шкільного віку з ураженням мітрального клапана, хворих на ревматизм у стадії ремісії	120
Гординський Д. В.	Лікувальна гімнастика та фізіотерапія при остеохондрозі поперекового відділу хребта	124
Горошко В.О.	Проблеми розвитку адаптивного фізичного виховання в Україні	128
Заяц Т.Р.	Методи фізичної реабілітації при бронхіальній астмі в дітей	132

Кислий О. О.	Теоретичні аспекти фізичної реабілітації при переломах ліктьового суглоба	136
Ковалько Ю.С.	Фітбол-гімнастика – універсальний засіб оздоровчої фізичної культури	137
Колінко А.В.	Організація адаптивного фізичного виховання дітей із вадами зору з урахуванням стану їхнього фізичного розвитку	140
Колісник Б. О.	Фізіотерапевтичні методи лікування пацієнтів із хронічною серцевою недостатністю	142
Кондратенко А. С.	Особливості лікувальної фізичної культури у післяпологовому періоді	146
Кравченко Д.Р.	Особливості адаптивного фізичного виховання розумово відсталих підлітків	150
Кравченко Н.А.	Особливості фізичного розвитку та фізичної працездатності дітей із порушенням слуху	154
Крагель Л.В.	Сучасні підходи до фізичної реабілітації при ДЦП	158
Купріян Т.А.	Сучасні аспекти фізичної реабілітації хворих із патологією жовчовивідної системи	161
Курило Є.В.	Використання засобів фітнесу в рекреаційно-оздоровчих заняттях	165
Любич І.Г.	Фізична реабілітація вагітних з артеріальною гіпертензією	168
Палішко К.А.	Сучасні уявлення про профілактику та корекцію функціональних порушень опорно-рухового апарату дітей молодшого шкільного віку у процесі фізичного виховання	172
Пащенко О.І.	Особливості проведення занять з фізичного виховання для студентів з артеріальною гіпертензією	175
Переверзева А.О.	Методи фізичної реабілітації при невриті лицьового нерва	179
Пилипенко Ю.С.	Значення кінезітерапії та масажу в реабілітації пацієнтів із вегетативним дисбалансом	183

Радченко К. В.	Фізична культура як засіб формування здорового способу життя	187
Рева А.А.	Фізична реабілітація при травматичній хворобі спинного мозку нижньогрудного та поперекового відділів хребта	189
Рязанова І.К.	Вплив психологічної підготовки на плавців у передзмагальний період	193
Сауся М.С.	Особливості фізичної реабілітації при дископатії шийного відділу хребта	197
Солод Ю.А.	Використання масажу та апаратної фізіотерапії при варикозній хворобі вен нижніх кінцівок	201
Стародуб А.В.	Лікувальна фізична культура при остеоартрозі колінного суглоба	205
Стрельчик А.М.	Особливості адаптивної фізичної культури молодших школярів із депривацією зору	208
Ткаченко А.М.	Механізм впливу фізичних вправ на організм хворих з артеріальною гіпертензією	211
Ткаченко В.А.	Особливості загартування у фізкультурно-оздоровчій роботі учнів молодших класів	215
Ткаченко В.М.	Краніосакральна терапія при попереково-крижовій декомпресії	219
Харитонов П. В.	Фізична реабілітація при вегето-судинній дистонії	221
Харченко Ю. О.	Профілактика та корекція плоскостопості в дітей дошкільного віку засобами фізичного виховання	224
Чернецька Н.П.	Фізична реабілітація дітей зі сколіозом у спеціалізованих закладах	228
Шевченко А.О.	Організація раціонального рухового режиму дітей дошкільного віку	232
Шкляр О.М.	Організація самостійних занять фізичною культурою для студентів із міопією	235

СЕКЦІЯ 5. **СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ПЕРЕКЛАДОЗНАВСТВА** **(СУСПІЛЬНО-ПОЛІТИЧНИЙ ДИСКУРС)**

Белиба Я.В.	Особливості молодіжного сленгу англійської мови	239
-------------	---	-----

Бова Є.Ю.	Репрезентація соціально-культурного феномена «магія» у британській картині світу	241
Голуб А.Г.	Складнощі передачі значення німецьких фразеологізмів українською мовою	246
Жорник І.І.	Особливості перекладу фразеологічних одиниць сучасної німецької мови	249
Зінченко О.В.	Компонентний аналіз фразеологічних одиниць (на матеріалі творів Агати Крісті)	254
Золотарьова Д.М.	Фразеологізми в англомовних текстах газетно-інформаційного жанру: проблеми перекладу	260
Карпенко С.С.	Особливості перекладу німецької науково-технічної літератури	264
Кетрушка П.П.	Особливості перекладу наукових текстів	268
Крайник К. В.	Стилістичні особливості перекладу ділового дискурсу	274
Кривохижа А. О.	Порівняльний аналіз перекладів коротких оповідань Е. Хемінгуея	282
Лифар А.С.	Essential communication tools for understanding cultural differences in the modern society	285
Малимон І. О.	Класифікація фразеологічних одиниць на позначення різних характеристик людини	290
Метельська Н.Й.	Художній переклад як чинник міжкультурної взаємодії	296
Назаренко А.В.	Основні відмінності фразеологічних і лексичних одиниць в американському та британському варіантах англійської	299
Науменко А. Ю.	Особливості перекладу метафоричних термінів у науково-технічній літературі	305
Павельєва А.К.	Художній текст та особливості його перекладу	307
Радіонова Т.О.	Деякі особливості перекладу та редагування наукових статей медичної тематики	312
Сарана С.В.	Особливості перекладу туристичних рекламних слоганів	317
Селезень І.О.	Переклад як форма літературних взаємин	321

Слуцька С.Г.	Лінгвокраїнознавчий аспект у вивченні іноземної мови	328
Теличко І.П.	Особливості перекладу науково-технічних термінів на матеріалі німецької мови	334
Уварова О.В.	Мовні перспективи неологізмів інтернет-сфери	337
Чунадра В.С.	Соціокультурний компонент перекладацької компетенції	341
Шаравара Р.І.	Політичний дискурс у сучасній лінгвістиці	347
Шахова В.В.	Особливості перекладу термінів (на матеріалі текстів юридичного дискурсу)	352

Наукове видання

**Інноваційний потенціал та правове забезпечення
соціально-економічного розвитку України:
виклик глобального світу**

Матеріали
Міжнародної науково-
практичної конференції

м. Полтава, 19 – 20 квітня 2017 року

У трьох томах

Том II

Верстка	Скляр Т.П.
Редагування	Дорошенко В.М.
Дизайн обкладинки	Глоба А.С.

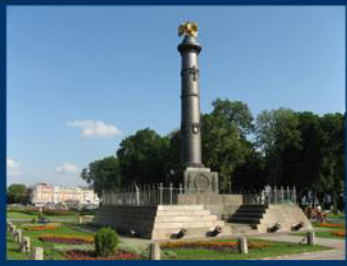
Матеріали подано в авторській редакції

Редакційна колегія не несе відповідальність за зміст матеріалів

Полтавський інститут економіки і права вищого навчального закладу
«Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»:
36011, м. Полтава, проспект Першотравневий, 19/2
Тел.- (0532) 50-99-66
E-mail: piel-admin@ukr.net

Формат 60x84/16. Ум. друк. арк.. 21,16.
Наклад 300 пр. Зам. № 33.04-17

*Видавець і виготовлювач Університет «Україна»
03115, м. Київ, вул. Львівська, 23, Тел./факс (044) 424-40-69, 424-56-26
E-mail: ukraina.vdk@email.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 405 від 06.04.2001*



ПОЛТАВСЬКИЙ ІНСТИТУТ ЕКОНОМІКИ І ПРАВА

**ВНЗ “Відкритий міжнародний університет
розвитку людини “Україна”**

- **СПЕЦІАЛЬНА ОСВІТА (АДАПТИВНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА)/
ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ЕРГОТЕРАПІЯ**
- **ФІЛОЛОГІЯ (ПЕРЕКЛАД)**
- **ПРАВО**
- **ФІНАНСИ, БАНКІВСЬКА СПРАВА ТА СТРАХУВАННЯ**
- **СОЦІАЛЬНА РОБОТА**

**36011, м.Полтава
просп.Першотравневий, 19/2**

050-404-28-04; 0532-50-99-66

www.pl.vmurol.com.ua • piel-admin@ukr.net
