

Рівненський державний
гуманітарний університет

Студентський дайджест

Збірник наукових матеріалів
здобувачів вищої освіти

№ 10
2024

Рівненський державний гуманітарний університет
Психолого-природничий факультет

Студентський дайджест

збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти

Випуск 10

Рівне, 2024

Головний редактор:

Павелків Роман Володимирович – доктор психологічних наук, професор, в.о.ректора, завідувач кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету.

Виконавчий редактор:

Корчакова Наталія Вікторівна – доктор психологічних наук, професор кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету.

Члени редакційної колегії:

Павелків Віталій Романович – доктор психологічних наук, професор кафедри загальної психології, психодіагностики та психотерапії, декан психолого-природничого факультету Рівненського державного гуманітарного університету.

Безлюдна Валентина Іванівна – кандидат педагогічних наук, доцент, професор кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету.

Юрчук Олена Сергіївна - здобувач ступеня PhD кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету за спеціальністю 053 «Психологія»..

*Друкується за рішенням Вченої Ради РДГУ
(протокол №12 від 5 грудня 2024 р.)*

Частина 1.
ТЕОРЕТИКО-ЕМПІРИЧНИЙ КОНТЕНТ МОЛОДІЖНИХ ПОШУКІВ

УДК 159.98:[331.54:61]:355.422(477)

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Аладько Тетяна, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальності 053 «Психологія» (Практична психологія), 4 курс, РДГУ

Керівник: Кулакова Л. М., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. Професійне вигорання медичних працівників є однією з найбільш актуальних психосоціальних та професійних проблем у сучасній медицині, особливо в умовах війни. Це важливе явище проявляється через емоційне, фізичне та психічне виснаження, викликане тривалим стресом і надмірним професійним навантаженням. Медичні працівники, як ключові учасники надання медичних послуг, знаходяться під постійним тиском: необхідністю ухвалювати швидкі рішення, відповідальність за життя пацієнтів, часто у ситуаціях коли ресурси обмежені, коли ситуація на передовій змінюється швидко, а працівники змушені працювати в екстремальних умовах. Проблема професійного вигорання медичних працівників набуває глобального масштабу, оскільки не лише ставить під загрозу медичних працівників, але й прямо впливає на ефективність медичних послуг в умовах війни.

Мета дослідження - дослідити основні психологічні чинники, які сприяють розвитку професійного вигорання медичних працівників в умовах війни.

Виклад основного матеріалу дослідження. Професійне вигорання - це стан психічного та фізичного виснаження, який виникає внаслідок тривалого стресу, перевантаження та невдоволеності на роботі. Це може виявлятися в емоційному виснаженні, відчутті втрати ентузіазму та мотивації, а також відчутті безсилля та безнадійності. Люди, які стикаються з професійним вигоранням, втрачають інтерес до своєї роботи, мають низьку працездатність, відчувають великий рівень стресу та втоми [2].

У 1969 році термін «вигорання» було згадано Гарольдом Б. Бредлі у кримінальній статті в якій він описував виснажений персонал, який проводить програму лікування неповнолітніх правопорушників. Це була перша академічна робота, яка використовує цей термін для визначення цього поняття. Герберт Фройденбергер, американський психолог написав наукову статтю «Вигорання персоналу», яка заклала основу для ведення цієї концепції. В ній описано про спостереження автора за переважно молодим, ідеалістично налаштованим волонтерським персоналом у безкоштовній клініці для наркозалежних. Він помітив, що багато з них відчували поступове зниження енергії, втрату мотивації та відданості що супроводжувалося широким спектром психічних і фізичних симптомів. Через рік вибрав слово: вигорання.

Приблизно 1976 року Христина Масlach, соціальний психолог, описала в журналі вплив міжособистісного стресу на працівників сфери обслуговування людей. Він проявлявся в таких симптомах як: поступове виснаження, цинізм до людей, яким мали допомогти та втрата відданості їхніх колег. Також від Масlach та Сьюзан Джексон походить найбільш цитоване визначення цього терміну: «Вигорання - це синдром емоційного виснаження, деперсоналізації та спрощення особистих досягнень, який може виникнути серед людей, які виконують певну «людську роботу»[5, с. 1].

Емоційне виснаження - це стан хронічної втоми, відчуття спустошеності та виснаження емоційних ресурсів.

Деперсоналізація - це розвиток цинічного ставлення до роботи, відсторонена реакція до інших людей.

Редукція - спрощення особистих досягнень відчуття неефективності, нездатності досягати поставлених цілей та втрати почуття професійної компетентності.

Ще однією моделлю є виснаження ресурсів, яка акцентує увагу на дисбалансі між вимогами роботи та ресурсами індивіда.

Пайнс та Аронсон (1988) пропонують дещо ширше визначення вигорання. Ці автори включають фізичні симптоми і не обмежують вигорання професіями, що допомагають. Вони описують вигорання як: стан фізичного, емоційного та психічного виснаження спричинений довготривалою втягненістю в емоційно складні ситуації. Фізичне виснаження характеризується низькою енергією, хронічною втомою, слабкістю. Емоційне виснаження стосується розвитку негативного ставлення до себе, роботи та самого життя [4, с. 314-315].

Медичні працівники відіграють ключову роль у підтримці здоров'я та життя людей під час військових конфліктів. Війна створює екстремальні умови, які значно підвищують ризик психологічного вигорання серед представників цієї професії. Постійний фізичний і емоційний стрес, висока відповідальність за життя пацієнтів, а також робота в умовах обмежених ресурсів і небезпеки для власного життя формують значний психологічний тиск. Нестача медичних засобів, перебої з постачанням води, електрики та опалення, обстріли, бомбардування та інші військові дії поблизу медичних закладів, робота у прифронтових або тимчасово окупованих районах - умови які роблять великий вплив на психічне благополуччя медичних працівників.

Психічне здоров'я медичних працівників у зонах конфліктів є критично важливим. Вони часто стикаються з постійним стресом та тривогою, пов'язаними з непередбачуваністю ситуації та постійною небезпекою, що може призводити до розвитку тривожних розладів. Високий ризик розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР) є наслідком травматичних подій та переживань, які можуть спричинити стійкі симптоми, такі як нав'язливі спогади, нічні кошмари та емоційне оніміння. Синдром співпереживання травми може виникати через постійний контакт з травмованими пацієнтами та їхніми історіями, викликаючи у медиків симптоми, схожі до тих, що спостерігаються у самих потерпілих [1]. Ці фактори значно підвищують ризик розвитку професійного вигорання. Психологічними чинниками, що сприяють вигоранню є:

1. Хронічний стрес. Постійна загроза обстрілів, вибухів та інших бойових дій, які створюють постійний стан тривоги та напруження. Відсутність чіткого розуміння майбутнього, що посилює відчуття невпевненості та страху. Швидке прийняття рішень у критичних ситуаціях без достатньої інформації та ресурсів.

2. Емоційне навантаження. Постійний контакт з постраждалими, які зазнали важких фізичних та психологічних травм (поранення, ампутації, втрата близьких тощо). Вторинна травматизація, яка полягає в переживанні емоційного болю разом із пацієнтами, що може призвести до розвитку симптомів посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Також отримання кумулятивного ефекту, тобто навіть, якщо медик не зазнав прямої травми, накопичення переживань із часом погіршує його психологічний стан. Емпатія, тобто необхідність підтримувати пацієнтів у найскладніших обставинах виснажує емоційний ресурс.

3. Відчуття безпорадності та провини, відсутність можливості надати необхідну допомогу всім пацієнтам через нестачу медикаментів, обладнання чи часу. Необхідність приймати складні етичні рішення, наприклад, вибір пацієнтів для надання пріоритетної допомоги та відчуття відповідальності за негативні наслідки чи смерті, які не вдалося попередити.

4. Соціальна ізоляція, яка полягає у вимушеному відриві від сім'ї через евакуацію, мобілізацію чи тривалі робочі зміни. Також через високий рівень завантаженості відсутність часу або можливостей спілкування з близькими, друзями чи колегами і відсутність емоційної підтримки з боку оточення може сприяти ізоляції.

5. Необхідність приймати критичні рішення у стислі терміни, які можуть безпосередньо впливати на життя людей. Додатковий стрес від відповідальності за благополуччя та безпеку колег у зоні бойових дій та відчуття, що будь-яка помилка може

привести до катастрофічних наслідків може дуже вплинути на психологічне здоров'я медиків та розвинути професійне вигорання.

6. Недостатність або відсутність часу на відновлення. Через те, що медики працюють понаднормово без достатнього відпочинку може спричиняти фізичну та емоційну втому. Також через високий попит на медичну допомогу лікарі часто не мають часу для релаксації та сну. Унеможливорює повноцінно відпочити й обмеження умов, тобто перебування в польових умовах, укриттях тощо.

7. Відсутність доступу до кваліфікованих психологів чи психотерапевтів у зонах бойових дій або перенавантаження таких фахівців.

Це все може розвинути негативні наслідки професійного вигорання такі, як: хронічний стрес, тривожність, депресія, розлади сну (безсоння, часті пробудження, кошмарів), зниження професійної мотивації та підвищення емоційного відсторонення, а також психосоматичних захворювань (серцево-судинних, шлунково-кишкові проблеми тощо).

Вигорання не є проблемою окремого працівника. Воно впливає на пацієнтів, медичну установу і всю галузь охорони здоров'я. У медичних закладах погіршується якість послуг та більшає лікарських помилок, припиняється професійний розвиток медичного персоналу, порушуються взаємовідносини у трудовому колективі. Відповідно, пацієнти отримують неякісні послуги, а подекуди «застарілу» і неефективну медичну допомогу. Проблема професійного вигорання негативно впливає на загальну організаційну культуру і моральний дух медичної спільноти, порушує ефективність розподілу ресурсів, підриває довіру громадськості до системи охорони здоров'я загалом [3].

Висновки. Професійне вигорання медичних працівників під час війни зумовлене комплексом психологічних чинників, таких як хронічний стрес, нервові навантаження, відчуття безпорадності, соціальна ізоляція. Екстремальні умови праці та постійна відповідальність за життя людей значно підвищують ризик розвитку цього стану.

Наслідки вигорання проявляються як на індивідуальному рівні (емоційне визнання, тривожність, депресія, психосоматичні захворювання), так і на професійному (зниження продуктивності, внутрішньої мотивації, ризик професійних помилок). Усе це може мати серйозні наслідки для системи охорони здоров'я в цілому, менша енергія медиків впливає на якість медичної допомоги та загальну ефективність роботи.

Щоб подолати ці виклики, необхідно забезпечити:

- доступ до психологічної допомоги та програми реабілітації;
- організацію ротації кадрів і створення умов для повноцінного відпочинку;
- психоосвітні програми підвищення стресостійкості;
- забезпечення належної соціальної та організаційної підтримки, яка враховує специфіку роботи в умовах війни.

Захист психічного здоров'я медичних працівників є завданням, яке вимагає комплексного підходу. Лише за умов належної підтримки та уваги до їх потреб можна зберегти професійний потенціал медиків і забезпечити якісну медичну допомогу навіть у найскладніших умовах.

Список використаних джерел

1. Професійне вигорання медичних працівників в умовах війни: історичний аналіз, сучасні дослідження та авторське визначення. *Volodymyr Rusanov* +. URL: <https://surl.li/caxdhd> (дата звернення: 28.11.2024)
2. Центр громадського здоров'я МОЗ України. URL: <https://surl.li/iowpcn> (дата звернення: 28.11.2024)
3. Центр громадського здоров'я МОЗ України. URL: <https://surl.li/lufeol> (дата звернення: 28.11.2024)
4. Wilmar B. Schaufeli, Bram P. Buunk, Professional Burnout. URL: <https://surl.li/dzapnp> (дата звернення: 28.11.2024)

5. Christina Maslach, Susan E. Jackson. The Measurement of Experienced Burnout. *Journal of Organizational Behavior*. 1981. № 2 (2). P. 1-14. URL: <https://surl.li/jgurma>

УДК 159.9.612.821

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕХОДУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ВІД УМОВ БОЙОВИХ ДІЙ ДО ЦИВІЛЬНОГО ЖИТТЯ

Бондар Альона, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія», 1 курс, РДГУ

*Науковий керівник: Безлюдна В.І., кандидат педагогічних наук, доцент,
професор кафедри*

Постановка проблеми. Протягом більш ніж дев'яти років в Україні тривають бойові дії, майже два роки – повномасштабна війна. Наслідком цього є тисячі військовослужбовців, які після військових дій повертаються у звичайне життя. Враховуючи це, виникає складний процес соціально-психологічної адаптації, оскільки перехід від кризових умов воєнних дій до спокійних умов може значним чином вплинути на психічний стан військового. Враховуючи це, наразі, у наукових колах активно досліджується питання психологічних особливостей переходу військовослужбовців від умов бойових дій до цивільного життя.

Мета повідомлення є теоретичний аналіз особливостей процесу адаптації фронтовиків до цивільного життя.

Виклад основного матеріалу. Підкреслимо, що до досліджуваного питання зверталася низка вітчизняних та зарубіжних вчених. У першу чергу, увагу вітчизняних психологів привертають питання соціально-психологічної адаптації військових, що брали участь у бойових діях на Сході нашої держави, до початку повномасштабного вторгнення. Серед дослідників, що звертались до цього питання, варто відмітити С. М. Кучеренко, Н. М. Хоменко, О. А. Орловську та ін. Окрім цього, існують не менш актуальні дослідження, присвячені питанню адаптації демобілізованих військових з лав ЗСУ та інших військових формувань за умов повномасштабної війни, зокрема – дослідження М. Цимбалюка та Н. Жигайло. Враховуючи це, підкреслимо актуальність вивчення даного питання насамперед серед українських науковців.

Загалом, зазначимо, що психологічний стан військового, який перебуває на етапі переходу від кризових умов життєдіяльності до цивільного життя має низку особливостей. По-перше, військовослужбовці це особи, що мають підвищений ризик розвитку психогенних порушень, зокрема – психічної бойової травми та бойового стомлення. Згідно з С. М. Кучеренко та Н. М. Хоменко, близько 25-30% військовослужбовців, які повертаються до цивільного життя, характеризуються наявністю посттравматичних стресових станів у хронічній формі, причиною яких є стрес, у стані якого вони перебували під час бойових дій. Окрім цього, характерним станом для військових за таких умов є криза ідентичності, що негативно впливає на поведінку військових під час соціальної взаємодії. Тобто, характерними проблемами є негативні психічні стани, які впливають на соціальні комунікації військових із іншими членами суспільства, у тому числі і з близьким оточенням [1].

Такої ж думки дотримується О. А. Орловська. Згідно з дослідженням вченої, негативні хронічні посттравматичні стани є характерними для четвертої частини (25%) демобілізованих військових. Такі стани мають наступні прояви: підвищена збудливість, дратівливість, нестримне реагування на подразники, схильність до некерованих агресивних реакцій тощо. Разом із тим, особливо важливо відзначити, що однією з найбільш характерних психічних проблем, із якою зустрічаються військовослужбовці, є посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), симптомами якого, на думку дослідниці, є: повторне переживання, уникнення і емоційне заціпеніння, надмірне збудження [2].

Окрім цього, серед інших проблем психологічного характеру, з якими стикаються військові під час адаптації до цивільного життя, можна виокремити:

- психогенний біль;
- схильність до самогубства;
- проблеми зі сном;
- погіршення сприйняття психічного здоров'я;
- відчуття обтяження життя близьких;
- епресивні та тривожні розлади тощо [3].

При цьому, найбільш поширеними розладами серед військових, окрім ПТСР, є депресивні та тривожні розлади: частка військових, що страждає на дані проблеми, складає 21,1% та 16,2% відповідно [4]. Окрім цього, характерною проблемою для військових, що повертаються до мирного життя, також є емоційне вигорання, що проявляється у якості сильного емоційного виснаження, відсутності професійної мотивації, зниженням соціальної активності, а також супроводжується іншими психологічними проблемами [5]. Також слід звернути увагу на досвід закордонних вчених. R. Cesur, J. Sabia та E. Tekin зазначають, що найбільш характерною проблемою військових, під час переходу до цивільного життя, є посттравматичний стресовий розлад, що є більш характерним для тих військових, які брали безпосередню участь у бойових діях [6]. При цьому важливо зазначити, що серед американських військових-ветеранів частка випадків ПТСР складає близько 2-17%, у залежності від того, у яких кампаніях вони брали участь [7]. Окрім цього, серед ізраїльських військових, які беруть участь у сучасному конфлікті у секторі Газа, частка ПТСР складає близько 18% [8].

Серед українських вчених також є різні думки щодо того, яка саме частка військових страждає на ПТСР. Зокрема, на думку О. Л. Корольчук, таких військових близько 20%, а на думку О. А. Орловської, дослідження якої було розглянуто вище, – 25%. [9]. Також слід зауважити, що спостерігається прямий зв'язок між участю військових у бойових діях та виникненням ПТСР: на цей розлад страждають безпосередньо ті, хто брав участь у бойових зіткненнях, хто став свідком смерті товаришів, у кого стріляли, хто отримав фізичні травми, тощо. Усе це впливає на подальшу адаптацію фронтовиків до цивільних умов.

Висновки. Отже, виконаний аналітичний огляд літератури дозволяє стверджувати, що перехід фронтовиків до цивільного життя є складним періодом їхнього життя. Військовослужбовці у цей час стикаються з низкою проблем, які негативно впливають на процес їх соціально-психологічної адаптації. Найбільш поширеними психологічними проблемами є: посттравматичний стресовий розлад, тривожний розлад, депресивний розлад, емоційне вигорання, схильність до самогубства, проблеми зі сном тощо. Окрім цього, мають місце погіршення соціальних зв'язків, відчуття самотності та непотрібності близьким, погіршення соціальної комунікації, а також криза ідентичності. Подібні проблеми негативно впливають на адаптацію військових до нових умов, тому вони потребують кваліфікованої допомоги з боку психологів та психотерапевтів, соціальної допомоги та підтримки з боку родини. Саме наявність психологічного супроводу та уважне ставлення оточуючих можуть покращити процес адаптації фронтовиків та зменшити прояви існуючих проблем.

Список використаних джерел

1. Кучеренко С. М., Хоменко Н. М. Організаційні особливості соціально-психологічної адаптації військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, до особистого життя. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. Вип. №21. 2017. С. 66-74
2. Орловська О. А. Особливості адаптації військовослужбовців до умов цивільного життя. *Молодий вчений*. Вип. №8 (72). 2019. С. 45-49
3. Коструба Н. Психічне здоров'я військовослужбовців. *Психологічні перспективи*. Вип. №41. 2023. С. 20-132
4. Рогачко В. О. Гендерні особливості поведінки в стресових ситуаціях [Електронний ресурс]. URL: <https://surl.li/myvnei>
5. Вержевська Х., Кихтюк О. Психологічні аспекти емоційного вигорання військовослужбовців збройних сил України [Електронний ресурс]. URL: <https://surl.li/jrjqvt>

6. The psychological costs of war: Military combat and mental health. 2013 [Електронний ресурс]. URL: <https://surl.li/qjtsyj>
7. Prevalence Estimates of Combat-Related PTSD: A Critical Review. 2011 [Електронний ресурс]. URL: <https://surl.li/gijvgw>
8. Over 2800 Israeli soldiers receive rehabilitation treatment amid attacks on Gaza [Електронний ресурс]. URL: <https://surl.li/bunagt> Корольчук О. Л. Посттравматичний стресовий розлад як новий виклик сучасній Україні. *Інвестиції: практика та досвід*. Вип. №17. 2016. С. 104-111

УДК 316.66

ОСОБЛИВОСТІ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ДЕМОБІЛІЗОВАНИМ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМ

Бондар Альона, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія», 1 курс, РДГУ

Науковий керівник: Безлюдна В.І., кандидат педагогічних наук, доцент,
професор кафедри

Постановка проблеми. Реалії сьогодення вимагають особливого ставлення всіх верств населення до демобілізованих військовослужбовців, які повертаючись у мирне життя потребують не лише турботи, підтримки рідних та близьких, відновлення соціальних зв'язків, але і кваліфікованої психологічної допомоги. Для забезпечення оптимальних умов ресоціалізації військовослужбовців вивчається досвід країн, які мають вагомі напрацювання в даному напрямку, проте, кожен окремий випадок потребує індивідуального підходу та ресурсів і не завжди є ефективним. Крім того, з 2014 р. на психологічну реабілітацію та соціалізацію учасників бойових дій щорічно здійснюються видатки з державного бюджету України, що свідчить про власні напрацювання. Зокрема, постійно ведеться пошук дієвих методів допомоги, розробляються тренінгові програми ресоціалізації, які спрямовані на роботу не лише з демобілізованими військовослужбовцями, але і їхніми сім'ями та близьким оточенням. Оскільки така співпраця, як показує досвід і час, є більш дієвою і сприяє їх врівноваженості, свідомому відновленню, контролю своїх почуттів та емоцій, нормалізації внутрішніх станів, орієнтує на постановку нових цілей, завдань та досягнень. Звісно тривалість та успішність роботи психологів залежить від фізичного стану демобілізованого військовослужбовця, змін у психологічному світогляді та налаштованості на посилену роботу і результат.

Мета дослідження – проаналізувати особливості надання психологічної допомоги демобілізованим військовослужбовцям.

Виклад основного матеріалу дослідження. До роботи з надання допомоги демобілізованим військовослужбовцям залучені реабілітологи, соціальні працівники, волонтери, лідери громадських організацій, психологи, а також самі військовослужбовці, які вже пройшли шлях відновлення. Однак за сучасних умов та методів ведення війни кількість військовослужбовців, які потребують допомоги значно збільшилася, що зумовило нестачу кваліфікованих фахівців. Відповідно активізували роботу центри волонтерської психологічної допомоги, які насамперед акцентують увагу на збереженні та відновленні фізичного і психічного здоров'я, зниження рівня депресії, невизначеності, розгубленості, соціальної незахищеності демобілізованого військовослужбовця, а також забезпечення його адаптації та повернення до нормального цивільного життя з усіма важливими соціальними потребами.

Важливо зауважити, що найбільш поширеними розладами у демобілізованих військовослужбовців, з якими працюють психологи, є посттравматичні. Вони кардинально впливають не лише на життя демобілізованого військовослужбовця, але і близьке оточення, що створює соціальну напругу та може ще більше поглиблювати посттравматичний

стресовий розлад. Також важливу роль займають проблеми, які пов'язані з фізичними травмами демобілізованих військовослужбовців. Оскільки потрібно враховувати причини та наслідки фізичних змін (отримали, беручи участь у бойових діях, в полоні, зазнали катувань чи насильства тощо), які обумовлюють і психічні зміни [1]. Часто після звільнення з полону у військовослужбовців можуть зберігатися набуті в полоні стратегії виживання (наприклад, парадокс контролю), що призводить до додаткових ускладнень у процесі повернення до нормального життя в соціумі. Також катування та насильство завжди спрямовані на руйнування особистості. Відбувається втрата відчуття безпеки, ідентичності та приналежності до різноманітних соціальних груп, стабільності, з'являється недовіра не лише до себе, але і до світу. Свідома відмова від приналежності до тієї чи іншої групи сприймається людиною крізь призму зменшення ризиків та чинників, що можуть поглибити її вразливість, проте, відбувається навпаки. Тому для демобілізованих військовослужбовців важливо при наданні допомоги забезпечити реалізацію базових потреб і стабілізувати ситуацію, відновити відчуття людської гідності, самоідентичності, а також сенсу самого життя. Проте робота психологів з цією категорією осіб інколи ускладнюється відсутністю будь якого бажання співпрацювати або ж відбувається погіршення стану демобілізованого військовослужбовця внаслідок повторного переживання початкового травматичного досвіду через неусвідомлене чи усвідомлене нагадування про пережиту травму, психотравмуючу ситуацію.

Демобілізовані військовослужбовці часто не виявляють бажання спілкуватися з тими людьми, з якими дружили раніше. Навіть коли і починають спілкування, то не завжди можуть себе контролювати і виражають надмірну емоційність, агресію, як вербальну та фізичну, роздратованість, різкі зміни настрою. Відповідно таке спілкування призводить до провокативних запитань, висловлювань, конфліктів, бійок, що ще більш поглиблює стресовий стан військовослужбовця і перешкоджає соціалізації. Саме тому, працюючи з такими людьми психологу необхідно налаштувати контакт та рекомендувати не включатися у активне життя відразу, а поступово, щоб підготувати оточення і людину до можливих різноманітних ситуацій. Для ефективної роботи та забезпечення належних умов ресоціалізації демобілізованих військовослужбовців психологу важливо з'ясувати індивідуально-особистісні особливості поведінки, визначити рівень розладів психіки, емоційні та вольові можливості, рівень продуктивності, можливості працювати, а також підібрати ефективні заходи індивідуальної та групової психологічної допомоги, що спрямована в першу чергу на контроль негативних психічних проявів [2].

В пошуках рішень відповідно до потреб демобілізованих військовослужбовців постійно розробляються нові тренінгові програми. Наприклад, авторами [3] запропонована авторська програма розвитку духовних цінностей, яка спрямовує на дві фундаментальні потреби – ідеальної потреби пізнання та соціальної потреби жити й діяти для інших. Основними показниками розвитку духовності особистості є чинники саморегуляції (воля, совість та віра), а також пізнавальні, емоційно-вольові психічні процеси, психічні стани і властивості, психічна діяльність тощо. Оскільки прагнення до постійного духовного зростання особливо притаманне українському народу, такий підхід має допомогти людині знайти правильний шлях опираючись на закони правди, справедливості та віри, особливо в тих випадках коли складно відновити чи знайти новий сенс життя.

Висновки. Надання психологічної допомоги демобілізованим військовослужбовцям є дуже складним процесом, оскільки потребує чіткого врахування як фізичного, так і психічного стану. Найважче розвіяти ілюзію демобілізованих військовослужбовців, що уникнення спілкування з соціумом зможе зцілити їх від травм та вберегти від повторного травмування. Розроблені тренінгові програми роботи з демобілізованими військовослужбовцями проходять апробацію, проте, немає єдиного універсального підходу надання психологічної допомоги, що ефективно поєднує вправи швидкого результату зменшення посттравматичного стресового розладу, депресії, підвищеної збудливості, паніки, безпорадності, провини, роздратування, соціального включення до нормального життя тощо. Робота на позитивний результат вимагає індивідуального підходу до ситуації, часу і

наполегливих зусиль як самого демобілізованого військовослужбовця, так і близького його оточення та звісно залежить від компетентності психолога.

Список використаних джерел

1. Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Олійник В.О., Хоружий С.М., Ларіонов С.О., Сириця М.В. Особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям, ветеранам та членам їхніх сімей цивільними психологами : метод. посіб. Київ : 7БЦ, 2023. 175с.
2. Лесков В. О. Соціально-психологічна реабілітація військовослужбовців із районів військових конфліктів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.09. Хмельницький, 2008. 22 с.
3. Цимбалюк М., Жигайло Н. Психологічна адаптація до цивільного життя демобілізованих з лав ЗСУ та інших військових формувань. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2023. Випуск 16. С. 46–55.

УДК 159.923.3 : 316.474

ПРАГНЕННЯ ДО КРАСИ ТА ПРИВАБЛИВОСТІ У КОНТЕКСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ

Боярчук Мар'яна, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія», 1 курс, РДГУ

*Науковий керівник: Безлюдна В.І., кандидат педагогічних наук, доцент,
професор кафедри*

Постановка проблеми. Прагнення до краси і привабливості є фундаментальним аспектом людської природи, що глибоко вплетений у психологічну структуру особистості та соціальні взаємодії. У сучасному суспільстві, де візуальні образи набувають все більшого значення, це прагнення часто стає джерелом як позитивних змін, так і психологічного дискомфорту, що зумовлює необхідність професійного психологічного супроводу осіб, орієнтованих на досягнення певних естетичних стандартів

Мета повідомлення – простежити психосоціальні основи ставлення людини до своєї зовнішності та психологічний супровід особистісної стратегії. Виклад основного матеріалу дослідження. Розуміння краси, як соціокультурного феномену, постійно еволюціонує, відображаючи зміни в суспільних цінностях та ідеалах. Сучасні дослідження показують, що сприйняття привабливості формується під впливом численних факторів, включаючи культурні традиції, медіа-простір, соціальні мережі та особистісні установки. Психологічний супровід у цьому контексті має враховувати складну взаємодію між індивідуальним прагненням до краси та соціальними очікуваннями, допомагаючи людині знаходити баланс між самовдосконаленням самоприйняттям та соціальним прийняттям [1, С. 272].

У епоху цифрових технологій та соціальних мереж стандарти краси стають все більш уніфікованими та часто недосяжними, створюючи підвищений психологічний тиск на особистість. Прагнення відповідати цим стандартам може призводити до розвитку тривожних станів, зниження самооцінки та порушень у сприйнятті власного тіла. Психологічний супровід має зосереджуватися на формуванні здорового ставлення до своєї зовнішності, розвитку критичного мислення щодо нав'язаних стереотипів краси та підтримці психологічного благополуччя особистості.

Важливим аспектом психологічного супроводу є робота з внутрішніми мотивами прагнення до краси. Дослідження показують, що бажання бути привабливим може бути пов'язане з глибинними психологічними потребами в прийнятті, визнанні та самореалізації. Професійний супровід допомагає людині усвідомити справжні причини свого прагнення до краси, відрізнити здорове бажання самовдосконалення від компульсивного прагнення відповідати зовнішнім стандартам [2, С. 320]. Сучасні підходи до психологічного супроводу

осіб, орієнтованих на досягнення краси, включають комплексну роботу з самооцінкою, образом тіла та соціальною тривожністю. Важливим компонентом такої роботи є розвиток навичок емоційної регуляції та стресостійкості, що допомагає протистояти соціальному тиску та зберігати психологічну рівновагу в умовах постійної експозиції до ідеалізованих образів краси. Психологічний супровід має створювати безпечний простір для дослідження власних почуттів та переживань, пов'язаних із зовнішністю.

Особлива увага в процесі психологічного супроводу приділяється формуванню реалістичного самосприйняття та прийняття природних особливостей своєї зовнішності. Це включає роботу з когнітивними викривленнями щодо власної зовнішності, розвиток позитивного ставлення до свого тіла та формування адаптивних стратегій догляду за собою. Важливим аспектом є підтримка клієнта у встановленні здорового балансу між прагненням до вдосконалення та прийняттям себе [3].

В контексті психологічного супроводу значна увага приділяється розвитку внутрішніх ресурсів особистості та формуванню стійкої самооцінки, незалежної від зовнішніх оцінок. Це передбачає роботу над розширенням уявлень про власну цінність, яка не обмежується лише фізичною привабливістю, але включає особистісні якості, досягнення та здібності. Такий підхід дозволяє знизити залежність самооцінки від відповідності стандартам краси.

Психологічний супровід також включає роботу з соціальним аспектом прагнення до краси, допомагаючи клієнтам розвивати навички критичного аналізу медіа-контенту та протистояння соціальному тиску. Важливим є формування розуміння того, як культурні стандарти краси впливають на самосприйняття, та розвиток здатності зберігати автономність у визначенні власних естетичних преференцій [4, 563]. Значна увага приділяється розвитку навичок самопрезентації та впевненої поведінки, які не залежать виключно від зовнішньої привабливості. Психологічний супровід допомагає клієнтам знаходити альтернативні джерела впевненості та самоповаги, розвивати комунікативні навички та будувати гармонійні міжособистісні стосунки.

У процесі психологічного супроводу важливо враховувати гендерні аспекти прагнення до краси, оскільки соціальні очікування щодо зовнішності можуть суттєво відрізнятися для чоловіків і жінок. Це включає роботу з гендерними стереотипами, дослідження впливу соціальних ролей на самосприйняття та розвиток гендерно-чутливих стратегій підтримки психологічного благополуччя. Особлива увага в психологічному супроводі приділяється профілактиці та корекції дисфункціональних форм прагнення до краси, таких як обсесивно-компульсивні розлади, пов'язані із зовнішністю, або розлади харчової поведінки. Це включає раннє виявлення ознак психологічного дистресу, пов'язаного з незадоволеністю зовнішністю, та своєчасне надання професійної допомоги. [5, 450]. Важливим компонентом психологічного супроводу є робота з віковими аспектами прагнення до краси, оскільки ставлення до зовнішності та пов'язані з цим психологічні проблеми можуть змінюватися протягом життєвого циклу. Це включає підтримку в прийнятті вікових змін зовнішності, розвиток адаптивних стратегій догляду за собою та формування позитивного ставлення до процесу старіння.

Психологічний супровід також передбачає роботу з сімейною системою та близьким оточенням клієнта, оскільки ставлення до краси та зовнішності часто формується під впливом сімейних установок та моделей поведінки. Важливим є створення підтримуючого середовища, яке сприяє формуванню здорового ставлення до зовнішності та розвитку адекватної самооцінки.

Висновок. Отже, психологічний супровід осіб, орієнтованих на досягнення краси і привабливості, є комплексним процесом, спрямованим на формування гармонійного ставлення особистості до власної зовнішності, розвиток психологічної стійкості та підтримку загального благополуччя особистості. Ефективність такого супроводу залежить від врахування індивідуальних особливостей клієнта, соціокультурного контексту та професійної компетентності фахівця.

Список використаних джерел

1. Лебон Л. Г. Психологія натовпу: підручник. Київ: Освіта, 2024. 272 с.
2. Суємі В. І. Психологія краси і привабливості: тренінг привабливості: підручник. Київ: Освіта, 2020. 320 с.
3. Краса в очах споглядача: як стандарти краси впливають на ментальне здоров'я. Психологічний портал. URL: <http://surl.li/ojxurw>
4. Крилова С. В. Краса людини в життєвих практиках культури: підручник. Київ: Освіта, 2019. 563 с.
5. Кайд Л. В. Більше ніж тіло. Ваше тіло - знаряддя, а не прикраса: підручник. Київ: Освіта, 2023. 450 с.

УДК 159.922.73

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ ДОШКІЛЬНИКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

Василюк Марія, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальності 012 «Дошкільна освіта», 3 курс, РДГУ

Науковий керівник: Луцик Г. О., старший викладач, здобувач ступеня PhD

Постановка проблеми. Сьогодні виховання всебічно розвиненої особистості є одним із важливих завдань дошкільної освіти. Процес становлення особистості досить складний. Дошкільний вік сприймається як важливий етап у розвитку дитини, який формує основу емоційної сфери особистості. У цей період закладаються якісно нові психологічні механізми поведінки та діяльності, відбуваються зміни у психіці дитини дошкільного віку, розширюються знання про різні предмети та явища, які дитина до цього не спостерігала.

Проблемі розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку приділяли увагу багато педагогів, психологів, серед них Н. Борщенко [1], Л. Василенко [6], О. Вальдамірова [2], В. Волкова [3], О. Віденіна [3], І. Карабаєва [8], І. Мельничук [5], М. Савчин [6], Л. Терещенко [8], Н. Трофаїла [7], А. Хаустова [8]. Питання емоційного розвитку дітей дошкільного віку є актуальним на сьогодні, адже емоційний світ відіграє важливу роль у житті кожної людини, особливо під час війни.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати особливості розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку.

Виклад основного матеріалу. До періоду дошкільного віку дитина має відносно багату емоційну сферу. Вона досить активно реагує на радісні та сумні події, легко переймається настроєм оточуючих людей. Вираз емоцій має у неї безпосередній характер. Саме емоційний розвиток дітей дошкільного віку є значним критерієм для забезпечення результативності процесу виховання. Механізм виховання передбачає активний вплив дорослого на дитину, роботу самої дитини, що має власні цілі, спрямованість, стимули. Кожна дитина має потенційні можливості, а для їх визначення та повноцінного розвитку необхідно створювати оптимальні умови.

О. Вальдамірова вказує, що емоційний розвиток дитини відбувається у процесі взаємодії з людьми, починаючи з раннього віку. Відповідні форми поведінки дорослих та сприятлива оточуюча атмосфера створюють умови для формування емоційної сфери дитини. У цей період дитина здатна навчитися розрізняти зовнішні вияви емоцій, переживати їх, розуміти емоційний стан інших людей, проявляти почуття емпатії до оточуючих [2]. М. Савчин та Л. Василенко наголошують, що протягом усього життя людина відчуває різноманітні емоції, почуття, настрої. Ці стани перебувають у взаємодії, взаємозумовленості, утворюючи емоційну сферу людини [6]. Під емоційною сферою розуміють складну систему взаємодіючих та взаємопов'язаних переживань людиною емоцій, емоційних станів, почуттів та настроїв. В. Волкова та О. Віденіна підкреслюють, що емоційний розвиток дитини дошкільного віку відбувається у зв'язку зі змінами в її житті, він тісно пов'язаний з появою у дитини нових інтересів, мотивів та потреб. У дитини дошкільного віку також з'являються

нові переживання, виникають нові взаємини у суспільстві, змінюється емоційне ставлення до багатьох речей. Дитина дивиться на світ по-іншому. Тому починають інтенсивно розвиватися соціальні емоції [3]. І. Мельничук додає, що дитиною-дошкільником освоюються форми вираження емоцій – міміка, пантоміміка, інтонація, жестикуляція. Навчання цим виразним засобам допомагає дитині глибше розуміти переживання та емоційний настрій іншої людини [5]. Н. Борщенко наголошує, що в дітей дошкільного віку формується емоційне передбачення, яке змушує їх переживати з приводу можливих результатів її особистої діяльності, допомагає передбачити реакцію інших людей, членів сім'ї за свої вчинки. Якщо до цього дитина дошкільного віку на раніше відчувала радість через те, що отримувала бажаний результат, то тепер вона радіє тому, що може отримати цей результат [1]. Поступово дитина дошкільного віку починає передбачати інтелектуальні результати своєї діяльності та емоційні, наприклад, як зрадіє бабуся, коли дитина зробить їй приємний подарунок, який вона приготувала на день її народження.

Включення мовлення у розвиток дитини забезпечує її інтелектуалізацію, у той час, коли мовлення стає усвідомленим, узагальненим. Дитина в цьому віці відчуває радість, позитивні емоції при впізнанні чогось нового, здивування і замилювання. Вже в 3-4 роки у дитини можна помітити перші спроби стримати свої почуття, наприклад у зовнішньому їх прояві - сльози, хоча малюкові це ще погано вдається. Дитина старшого дошкільного віку в певній мірі починає керувати вираженням емоцій, впливаючи на себе за допомогою слова. У 5 років дитина все ще перебільшує свої можливості, а до 6 років завищена самооцінка все ще має властивість зберігатися, проте наприкінці старшого дошкільного віку діти хвалять себе вже не так відкрито, як було раніше. Самооцінка дедалі стає адекватнішою.

Емоційні порушення дітей під час війни - це одна з найбільш гострих проблем не тільки для психологів, педагогів, але і для суспільства загалом. Нині практичні психологи констатують багато порушень розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку в умовах воєнного стану. Насамперед, це невідповідність реального віку дитини та розвитку новоутворень у емоційній сфері дитини: сучасна дитина дошкільного віку не здатна диференціювати власні емоційні переживання, у неї не формується емоційна децентрація, здатність до співчуття та співпереживання. Н. Борщенко до деяких симптомів порушень емоційної сфери у дітей дошкільного віку відносяться емоційна нестійкість, ворожість, агресивність, тривожність, не вміння керувати своїми емоціями та переживаннями, страхи. Ці симптоми та переживання найчастіше призводять до конфліктів з однолітками, батьками, вихователями. Для дітей дошкільного віку прояв даних емоцій і переживань є єдиним способом привернення уваги батьків і вихователів, а спілкування з однолітками — це єдиний спосіб висловити свою симпатію-антипатію [1].

Крім цього, на тлі таких проявів можуть виникнути й інші порушення, які мають вторинний характер. Насамперед, це відхилення у розвитку особистості дитини, її самоставлення, самооцінки, а також деструктивні моделі поведінки та спілкування, деформація особистісного зростання дитини в цілому. В. Волкова та О. Віденіна наголошують, що в дошкільному віці навіть в умовах війни інтенсивно продовжує розвиватися спілкування з дорослими та однолітками, з'являються нові форми колективної діяльності та, головним чином, сюжетно-рольові ігри призводять до подальшого розвитку симпатії, співпереживання, формування товариства однолітків. Саме тому сюжетно-рольова гра є важливим чинником розвитку гуманних почуттів, емоцій в умовах війни. Рольові дії та соціальні взаємини допомагають дитині зрозуміти іншого члена сім'ї, друга та врахувати їхнє самопочуття, настрій, бажання [3].

Величезну роль в зниженні впливу війни на розвиток емоційної сфери дошкільників відіграють казки, які інтенсивно розвивають вищі почуття: моральні, естетичні, пізнавальні. Л. Терещенко та І. Карабаєва вказують, що на розвиток емоційної сфери дитини впливають усі види форм та засобів виховання, але особливе місце у поповненні емоційного досвіду дитини відіграє казка [8]. Казка допомагає дитині виявляти емоції, почуття, містить у собі фантазію та мудрість, у ній закладені основи моральності, етики, толерантності.

А. Хаустова вважає, що казка у процесі формування та розвитку особистості дитини допомагає створювати з допомогою того чи іншого казкового героя свій внутрішній світ, за яким формується темперамент і емоційні нахили дитини. Казка це те, що в дитині пробуджує і «виносить назовні» такі риси, як доброта, любов, співчуття, бажання допомогти один до одного. Таким чином, казка формує в дитини дошкільного віку симпатію до позитивних героїв, допомагає виявити бажання допомогти, поспівчувати, поділитися. А симпатія та співчуття мотивують дитину до здійснення перших моральних вчинків [9].

Сюжетно-рольова гра, наслідування героям казкових сюжетів і є діяльністю дитини, у якій вона освоює функції дорослих, моделюють взаємини між дорослими і сприяє подоланню негативного впливу війни на розвиток емоційної сфери дошкільників.

Висновки. Емоційні переживання викликаються глибоким внутрішнім змістом, пов'язаним з провідним мотивом діяльності дитини. У дошкільному віці дитина починає передбачати інтелектуальні та емоційні результати своєї діяльності. Сюжетно-рольові ігри та казки відіграють величезну роль в зниженні впливу війни на розвиток емоційної сфери дошкільників.

Список використаних джерел

1. Борщенко Н.О. Формування емоційної стійкості дошкільників як педагогічна проблема. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка. Серія : Педагогічні науки*. 2019. Вип. 2. С. 89-93.
2. Вальдамірова О.П. Емоційна сфера дошкільника та її корекція. *Освіта Донбасу*. 2013. № 4. С. 61-66.
3. Волкова В., Віденіна О. Емоційні порушення у дітей старшого дошкільного віку та умови їх подолання. *Науковий вісник мелітопольського державного педагогічного університету. Серія «Педагогіка»*. 2018. №1. С. 63–69.
4. Дмитріюк Н.С., Кордунова Н.О. Психологічні проблеми емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. Харків : КЦ ФОП Іванової М.А., 2020. Том IV: Психологія розвитку дошкільника. Випуск 16. С. 46–58.
5. Мельничук І.В. Генеза емоційних особливостей у сучасних дітей. *Наука і освіта*. Одеса, 2012. № 5. С. 42-44.
6. Савчин М.В., Василенко Л.П. Вікова психологія. Київ : Академія, 2021. 376 с.
7. Трофаїла Н.Д. Емоційна сфера дитини-дошкільника: її розвиток та особливості. *Актуальні проблеми сучасної дошкільної та вищої освіти : збірник наукових праць*. Одеса : ПНПУ ім. К.Д. Ушинського, 2014. Спецвипуск. С. 349–356.
8. Терещенко Л.А., Карабаєва І.І. Психологічні особливості емоційної сфери дітей дошкільного віку. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. Київ, Том 10. Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. Випуск 33. 2019. С. 214–234.
9. Хаустова А.В. Розвиток емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку засобами казки. *Наукові записки : Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського*. Вінниця : «Фірма «Планер», 2018. С. 199-203.

УДК: 331.108.4:005.336.2-051:159.9+001.891

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ УПРАВЛІНСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МЕНЕДЖЕРА

Верстляр Ярослава, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія», 1 курс, РДГУ

Науковий керівник: Березюк Т.П., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. Психологія управління є ключовою галуззю психологічної науки, що вивчає психологічні закономірності управлінської діяльності, зокрема взаємозв'язок особистісних характеристик і психологічних аспектів управління, розподіл професійних і соціальних ролей у групах, лідерство, керівництво, а також процеси інтеграції та згуртованості учасників організаційного процесу. Актуальність дослідження даної області обумовлена необхідністю розробки методів психологічного супроводу в процесі адміністрування, особливо в умовах соціально-психологічної адаптації та ефективного управління людськими ресурсами.

Одним із основних викликів, з якими стикається сучасне керівництво, є інтеграція психологічних знань з іншими дисциплінами, що сприяє глибшому розумінню процесів управління та їх соціально-психологічних механізмів. Міждисциплінарний зв'язок психології управління з іншими галузями, такими як організаційна психологія, психологія праці, психологія менеджменту, психологія комунікації, організація праці менеджера, відкриває нові можливості для ефективного вирішення управлінських проблем.

Мета дослідження. Аналіз психологічних особливостей управлінської діяльності менеджера, зокрема вивченні взаємозв'язку особистісних характеристик керівників та соціально-психологічних механізмів в управлінському середовищі.

Виклад основного матеріалу. Важливо зазначити, що *психологія управління* – результат взаємодії двох тісно пов'язаних між собою протилежних процесів: диференціації (поділ психології управління на складові) та інтеграції її з іншими (не лише психологічними) галузями знання [4, с. 23-24].

Діяльність – це спосіб існування та розвитку суспільства і людини, всебічний процес перетворення нею оточуючої природної і соціальної реальності (включаючи саму людину) у відповідності з її потребами, цілями та завданнями [5, с. 8].

Водночас, *людині притаманна праця як цілеспрямована діяльність і підприємливість*. Її розвиток й формування відбувалося на протязі багатьох тисячоліть разом з розвитком індивіда і суспільства. Цей процес продовжується і донині.

Професійна діяльність містить багато аспектів – економічний, соціологічний, етичний, психологічний, фізіологічний і інші. Для нашого огляду найважливішим виступає етичний. Його зміст полягає у тому, що сфера моральних відносин людей виявляється у професійній діяльності, їх моральних і ціннісних настановах, поведінкових пріоритетах, морально-етичних критеріях вчинків, здійснюваних людиною в контактах з колегами по роботі, в колективі, суспільстві [1].

Професія – спеціалізована діяльність, об'єктивно необхідна для функціонування суспільних систем, яка існує незалежно від суб'єкта, заздалегідь дана, зумовлена процесами розподілу праці й вимогами технології та структури виробництва і суспільства [5, с. 9].

Професійний характер управлінської діяльності є важливою складовою, яка є основою загальнонаукового розуміння менеджменту. Поняття «менеджмент» досить широко трактується у науковій літературі з управління. У Оксфордському словнику англійської мови термін «менеджмент» визначається як спосіб або манера спілкування з людьми, влада і мистецтво управління, вміння організовувати ефективну роботу апарату управління; адміністративна одиниця. У вітчизняному словнику іноземних слів «менеджмент» перекладається як управління з метою підвищення ефективності виробництва і його прибутковості [6, с. 7].

Праця менеджера – це цілеспрямований специфічний вид розумової діяльності щодо забезпечення ефективної роботи керованої системи. *Засобами організації праці* менеджера є сукупність організаційної та облікової техніки для отримання, фіксації, передавання, копіювання, розмноження, опрацювання інформації, яка необхідна для здійснення процесу управління системами [Скібіцька, с. 13 –14]. Можемо сміливо стверджувати, що *управлінська діяльність* є видом свідомо здійснюваної людської діяльності, спрямованої на ефективне функціонування здійснюваних робіт (індивідуально чи колективно) з досягнення тих чи інших цілей, вирішення відповідних завдань, виконання функцій (рис. 1) [Скібіцька, с. 11]:



Рис. 1. Процес менеджменту

Отже, *управління* передбачає керівництво людьми і відносинами між ними в системі ділового спілкування та взаємодії, координацію й організацію їх діяльності, ефективне використання всіх ресурсів, спрямованих на досягнення місії організації раціонально ефективним шляхом.

До психологічних характеристик управлінської діяльності менеджерів ми відносимо такі: *мотивація* (створення колективу однодумців, готових виконувати делеговані їм обов'язки з метою досягнення мети); *командна робота* (колективна генерація ідей та створення умов для виникнення синергетичного ефекту); *партнерська взаємодія* (уміння слухати й передавати інформацію, здатність розуміти співрозмовника, вироблення єдиної стратегії взаємодії); *емоційний інтелект* (здатність усвідомлювати та керувати власними емоціями, уміння добре розуміти та керувати емоціями підлеглих); *креативний потенціал* (продукування ідей та проєктів, відкритість до перебудови, упровадження інновацій); *суб'єктивне благополуччя* (оцінювання задоволеності різними сферами свого життя); психологічне здоров'я (уміння розпізнавати свої емоційні стани, мотиви поведінки, наслідки вчинків, умінням знаходити власні ресурси у складній ситуації); *стиль управління* (гнучка манера поведінки щодо підлеглих залежно від ситуації) [2, с. 38].

Отже, наявність відповідних якостей у керівника, які залежать від характеру особистості, його структури, спрямованості, від досвіду, здібностей, умов праці та інших чинників, мають великий вплив на *управлінську діяльність керівника*. Важливо розуміти, що якості керівника формуються від взаємодії різних факторів та особистісних особливостей, і вони є ключовим елементом в успішному управлінні. Так, обов'язковими *компонентами особистості ефективного управлінця* називають: компетентність; наявність високої відповідальності та власної гідності, самоповаги; відчуття та опанування нового, вміння розумно ризикувати та сміливість у прийнятті рішень, творчо розв'язувати проблеми; гнучкість, розуміння ситуації, гостре сприйняття нових потреб, відчуття часу, подій; високу працездатність, прагнення до самовдосконалення та виконання роботи якнайкраще; прояв уваги до підлеглих [3, с. 477].

Висновки. На закінчення слід підкреслити, що досконале розуміння основ *психології управління* дозволяє глибше зрозуміти механізми взаємодії менеджерів і підлеглих, а також налагодити ефективність оптимізаційної складової процесу управління людськими ресурсами. Проте залишається низка невирішених проблем, зокрема *адаптація психологічних методик* до різних умов організаційного впливу і потреб кожного керівника. Поза увагою наукових дослідників залишається проблема розкриття сутності *професійного становлення менеджерів та місце в цьому процесі професійно-управлінського самовизначення*. Адже в умовах сьогодення в сферах управління важливо переосмислити засади керівництва і адаптувати їх до нових складних реалій. Недостатнє розуміння та ментальне відчуження менеджерів від своїх професійних норм має негативний вплив на функціонування колективу і продуктивність організації в цілому. Подальшим напрямом дослідження вбачаємо *вивчення ролі професійно-управлінського самовизначення менеджерів* у формуванні ефективної управлінської діяльності, що дозволяє підвищити продуктивність та стійкість організацій у сучасному бізнес-середовищі.

Список використаних джерел:

1. Аболіна Т. Г., Нападиста В. Г., Рихліцька О. Д. та ін. Прикладна етика : навч. посіб.; за наук. ред. В. І. Панченко. К. : «Центр учбової літератури», 2012. 392 с.
2. Клочко А. Психологічні особливості управлінської діяльності менеджерів освітніх організацій в умовах інноваційних змін. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Психологія*. Вип. 1 (54). 2022. С. 35–40. DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.1.5>.
3. Ковальська Н., Попова Д., Індивідуально-психологічні особливості сучасного керівника. *Grail of Science*, (35). 2024. С. 476–478. DOI: <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.19.01.2024.086>.
4. Орбан-Лембрик Л. Е. Психологія управління : посіб. К. : Академвидав, 2003. 140. с.
5. Скібіцька Л. І. Організація праці менеджера : навч. посіб. К. : Центр учбової літератури, 2010. 360. с.
6. Шкільняк М. М., Овсянюк-Бердадіна О. Ф., Крисько Ж. Л., Демків І. О. Менеджмент : підручник. Тернопіль : ЗУНУ, 2022. 258 с.

УДК159.923.38

ПРОБЛЕМА ОБ'ЄКТИВНОСТІ В ОЦІНЦІ ПРЕТЕНДЕНТІВ НА ПОСАДУ У ПРОЦЕСІ КАДРОВОГО ВІДБОРУ

Горшковська Лілія, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія», 1 курс, РДГУ

*Науковий керівник: Безлюдна В. І., кандидат педагогічних наук, доцент,
професор кафедри*

Постановка проблеми. Відбір кадрів – це процес вивчення професійних і ділових якостей кожного претендента, з метою встановлення його придатності для виконання обов'язків на певному робочому місці або посаді. Це оцінка кандидатів із залученого резерву на відповідність вимогам, що ставить професія; вибір із сукупності претендентів найбільш придатних, із урахуванням відповідності їх спеціальності, кваліфікації, особистих якостей і здібностей характеру діяльності та інтересам організації [1, С. 240].

Однією із проблем відбору професійних кадрів є явище суб'єктивізму, своєрідне упереджене ставлення до потенційних працівників. Суб'єктивізм – розповсюджений бар'єр, який може виникати як при оцінюванні кандидата на посаду самим роботодавцем, так і спеціалістами з відбору і оцінки кадрів. Варто зазначити, що суб'єктивізм, певною мірою, може спричинятися і особливістю діагностичного інструментарію, що призначається для відбору персоналу та процедурою його розробки [1, С. 244].

Метою нашого повідомлення є вивчення психологічних чинників, які перешкоджають об'єктивній оцінці потенційних працівників у процесі проходження професійного відбору.

Вітчизняна і зарубіжна практика оцінки кандидатів на вакантну трудову посаду виділяє чотири напрямки аналізу, які визначають зміст оціночної процедури, а саме: аналіз анкетних даних; одержання довідок про працівника з місця попередньої роботи; проведення співбесіди; випробувальний термін. Варто зазначити, що у процесі відбору всім залученим спеціалістам необхідно оцінювати професійні компетенції (технічні знання та навички) та особистісні компетенції (особисті якості) кандидатів. І якщо рівень професійності можна успішно оцінити за вимірюваними результатами роботи або рівнем знань, то виявити особисті якості людини за 1-2 інтерв'ю видається нелегким завданням, тому що вони не завжди відкриті для аналізу і, відповідно, інтерпретації. При цьому, саме відсутність чи недостатність особистісних компетенцій нового співробітника найчастіше стає причиною виникнення проблем на робочому місці. Тому сучасні прогресивні підприємства при підборі персоналу роблять акцент саме на особистих якостях пошукача, пояснюючи це тим, що технічним навичкам людину майже завжди можна навчити.

Найчастішими перешкодами на шляху до об'єктивної оцінки кандидата стають когнітивні упередження – пастки мислення, систематичні помилки, які заважають мислити раціонально. Вони можуть бути обумовлені суб'єктивними упередженнями та стереотипами, соціальними, моральними та емоційними та іншими причинами. У рекрутерів когнітивні упередження можуть проявлятися в таких формах:

- ефект ореолу – позитивні якості або враження від кандидата в одній сфері впливають на загальну оцінку його здібностей;
- ефект прив'язки до первинного враження від кандидата;
- стереотипізація – використання стереотипів щодо рейтингових кандидатів, часто заснованих на їхній расі, статі чи віці;
- ефект первинності – запам'ятовування першого та останнього кандидатів краще, ніж інших;
- упередженість підтвердження – схильність шукати саме ту інформацію, яка підтверджує свою точку зору;

- селективне сприйняття – прийняття до уваги лише тих фактів, які узгоджуються з очікуваннями; «beauty bias» (упередження до краси) – схильність надавати перевагу фізично привабливим кандидатам або кандидатам із певними якостями;
- помилка подібності (або упередженість симпатії), коли ви ставитеся до людини краще, якщо вона схожа на вас (вік, стать, походження, приналежність до певної культури) [3].

Першим способом уникнення упередженості при підборі персоналу є обізнаність, психоедукація всіх залучених до процесу фахівців. Другим – докладний опис необхідних компетенцій кандидатів на вакантне місце, встановлення чітких вимог та однозначних критеріїв оцінки цих компетенцій. Не менш важливим способом є і встановлення довірливих стосунків між пошукачем та рекрутером.

До сучасних перевірених методів оцінки, які допомагають отримати інформацію про професійні та особистісні компетенції кандидата належать:

- оцінка попереднього досвіду: кандидати можуть розповісти про свій досвід у інших компаніях та свій внесок на проєктах. Аналізуючи їхні досягнення та, за необхідності, додатково запитавши про рекомендації з попереднього місця роботи, можна зробити попередню оцінку особистісних компетенцій;
- оцінка за допомогою кейсових та проєктивних запитань під час співбесіди: проведення інтерв'ю дозволяє перевірити навички кандидатів в реальному часі. Запитання повинні бути пов'язаними із завданнями посади, сформульовані зрозуміло та комплексно [2].

Отже, правильно побудований процес підбору, довірлива комунікація з пошукачами та психологічна обізнаність фахівців з персоналу можуть забезпечити неупередженість в оцінці кандидатів на вакантну посаду.

Список використаних джерел

1. Ведерніков М. Д., Волянська-Савчук Л. В., Глушко Т. В., Зелена М. І., Данілкова А. Ю. Теоретичні засади визначення процесів пошуку, добору та відбору персоналу підприємства. *Вісник Хмельницького національного університету. Економічні науки*. 2021. № 1. С. 239-251.
2. Коробчук К. Як оцінити софт скіли ІТ-фахівців без довгих тестів на визначення особистості та матриць долі: поради ІТ-рекрутера. 2023. URL: <https://surl.li/ykkniz>
3. 5 понять із психології, про які повинні знати HR, рекрутери та роботодавці. 2019. URL: <https://surl.li/fbktfj>

УДК 159.922.75

ОСОБЛИВОСТІ СПРИЙМАННЯ КАЗОК ДІТЬМИ СТАРШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Гуцуляк Ангеліна, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальності 053 «Психологія», 2 курс ПНУ імені Василя Стефаника;

Опанасюк Ірина, кандидат психологічних наук,
викладач ПНУ імені Василя Стефаника

Постановка проблеми полягає у значущості казок як одного з основних інструментів психолого-педагогічного впливу на дітей старшого шкільного віку. Сучасний етап розвитку освіти вимагає від педагогів інтеграції різних методів навчання, де казки можуть бути не тільки частиною культурної спадщини, а й потужним засобом розвитку моральних, когнітивних та емоційних якостей. Тому, дослідження сприймання казок є надзвичайно важливим для розуміння процесів становлення особистості підлітка, оскільки він має схильність до глибшого аналізу моральних аспектів поведінки персонажів, а також формування основ власного критичного мислення.

Метою повідомлення є виявлення особливостей сприймання казок дітьми старшого шкільного віку, зокрема аналіз емоційних реакцій, моральних уявлень та рівня критичного мислення при аналізі художніх творів. Це дозволить зрозуміти, як казки можуть сприяти розвитку важливих особистісних якостей підлітків, таких як емпатія, моральність і креативність.

Гіпотеза полягає у припущенні, що вік підлітків, їх емоційне та когнітивне дозрівання, а також соціокультурне середовище, в якому вони перебувають, значною мірою впливають на сприймання казок. Очікується, що підлітки старшого шкільного віку будуть виявляти більш складне, багаторівневе розуміння казкових текстів, зокрема усвідомлення глибших моральних уроків та здатність аналізувати поведінку персонажів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Старший шкільний вік (12-15 років) - це період інтенсивних змін в психологічному розвитку дитини. На цьому етапі відбуваються значні зміни в процесі когнітивного розвитку, формування особистості, а також морального сприйняття і самовираження. Психологічний розвиток старшокласників є результатом взаємодії біологічних і соціальних факторів, де відбувається формування рефлексів - здатності розуміти свої думки, почуття і дії. Підлітки починають позитивно мислити про те, хто вони такі, яке їхнє місце в суспільстві, які їхні вчинки. Це важливий момент у розвитку особистості, оскільки виникають питання про мораль, етику та самоідентифікацію[1]. У той же час діти у віці від 10 років часто стикаються з внутрішнім конфліктом між власними уявленнями про світ і новим, більш дорослим поглядом на реальність. Цей процес може викликати як почуття інтелектуального зростання, так і занепокоєння, яке часто характеризується екстремальними емоційними реакціями.

Когнітивні зміни в середній школі сприяють розвитку комплексного мислення (формалізоване абстрактне мислення, критичне мислення), які дозволяють підліткам краще розуміти навколишній світ, сприймати інформацію та оцінювати її. Соціальні зміни на цьому етапі полягають у формуванні більш складних відносин з однолітками, батьками та іншими важливими соціальними групами. Підлітки починають приділяти більше уваги друзям та одноліткам, встановлюючи міжособистісні стосунки, які часто стають важливішими, ніж стосунки з членами сім'ї. Авторитет батьків залежить від здатності розуміти потреби та інтереси підлітка, який прагне до незалежності, "відокремлення" від батьківського керівництва.

Моральні уявлення, які формуються у підлітків, значною мірою залежать від їх здатності розпізнавати і розуміти етичні дилеми, пов'язані з казками. 10-річні діти здатні краще зрозуміти контекст морального вибору персонажа, усвідомити глибину моральних уроків, що містяться в сюжеті казки, і порівняти їх зі своїми власними переконаннями. Вони критично ставляться до стереотипних уявлень про добро і зло, можуть переосмислити ці уявлення в процесі особистісного розвитку, прагнуть до більш складних моральних парадоксів і ситуацій, в яких рішення неясне, а у персонажів є внутрішні протиріччя. Підлітки починають порівнювати образи з казок із реальними ситуаціями в своєму житті, шукаючи аналогії й схожість між вигаданим світом і світом реальним; піднімають тему соціальної справедливості, рівності та відповідальності (що стає важливим аспектом моральної дилеми казок); звертають увагу на соціальну нерівність між персонажами, антагонізм між різними соціальними групами; вивчають, як персонажі долають ці проблеми; методи поведінки, що відповідають їхнім власним уявленням про мораль й справедливість.

На цьому етапі у підлітків зазвичай починають формуватися свої погляди на життя, що впливає на їх майбутній напрямок і стратегію поведінки. Казка, яка змушує їх задуматися про вибір, самопожертву і взаємини між людьми, може стати потужним фактором розвитку внутрішньої моральності підлітка. Вони розуміють, наскільки важливі якості того чи іншого персонажа (вірність, доброта, сміливість, рішучість) і як їх можна проявити в реальному житті. Саме завдяки таким історіям підлітки вчаться відрізняти "хороше" від "поганого", а також розвивати розуміння соціальних норм, етики взаємодії з іншими людьми і змінюватися в цьому контекст. Таким чином, підлітки починають по-новому оцінювати мотиви персонажа, його вчинки, і це може вплинути не тільки на його внутрішні

переживання, але й на його здатність аналізувати соціальну ситуацію[2]. Звідси, казки сприяють розвитку критичного мислення, де підліток аналізує не тільки емоційний зміст казки, а й реальні деталі, які створюють додатковий контекст або пояснюють поведінку персонажа. Вони розуміють, чому ті чи інші події відбуваються саме так, чому герой вибирає певну стратегію, і що сталося б, якби ситуація розвивалася по-іншому[3].

Для вивчення сприйняття казок дітьми старшого шкільного віку було використано методики, щоб отримати відповідь як підлітки сприймають казки на різних рівнях - когнітивному, емоційному і моральному. Аналіз дозволив виявити важливі аспекти сприйняття казок старшими школярами.

Одним з ключових аспектів дослідження стало вивчення емоційної реакції підлітків на різні казки. Згідно з дослідженням, молоді люди у віці 10 років продовжують активно переживати героїчні вчинки своїх персонажів, їх переживання і емоційні моменти, пов'язані з моральними дилемами.

Однак рівень емоційної реакції залежав від багатьох факторів :

- Гендерні відмінності: дівчата виявляли більшу емоційну сприйнятливості до ситуацій, пов'язаних із співчуттям, дружбою та підтримкою персонажів, які мали важливе моральне значення. Вони частіше згадували моменти, коли плакали або відчували співчуття до персонажа.

- Індивідуальні відмінності: учні з більш високим рівнем емоційного розвитку демонстрували більш глибокі переживання при читанні казок. Вони здебільшого згадували моменти, коли персонаж переживав суворі моральні випробування або перемагав зло.

- Усвідомлення моральних уроків: підлітки засвоїли моральні уроки про чесність, мужність, доброту, боротьбу за справедливість та важливість наслідків негативної поведінки. Вони часто посилялися на певні казки, в яких персонаж приймав правильне чи неправильне рішення, що було важливо для їх подальшого розвитку.

- Розвиток морального мислення: старші підлітки стали більш критично ставитися до уроків, в тому числі і до казок. Вони змогли більш точно оцінити не тільки правильність рішення персонажа, але і мотивацію його вчинків, усвідомивши, що кожен вибір має наслідки. Це свідчить про розвиток абстрактного мислення і здібностей до морального аналізу.

- Вплив сімейних цінностей: сімейні цінності та соціальне оточення були важливими факторами, що впливали на сприйняття уроків моралі. Діти, які виросли в сім'ях, де активно обговорювалися питання моралі, відзначають, що вони змогли проаналізувати моральну сторону казок, обговорити моральні дилеми та порівняти їх з реальними ситуаціями.

- Підлітки з низькими моральними рефlekсами: діти, які демонструють нижчий рівень критичного мислення та розвитку моральних концепцій, часто потрапляють у казки з глибокою мораллю і більше зосереджуються на зовнішніх аспектах казок (сюжетах та персонажах), ігноруючи підказки.

Ставлення до казкових персонажів визначалося наступними факторами :

Співпереживання героям: більшість підлітків заявили, що можуть співпереживати героям казок, особливо тим, хто переживає важкі ситуації або бореться зі злом. Вони часто ототожнюють себе з персонажами, які страждають або проходять моральні випробування, і сприймають їх як "своїх" персонажів. Це дозволяє їм краще розуміти проблеми казкових персонажів і оцінювати їх поведінку.

Ставлення до антагоністів: викликає різні реакції у підлітків. Вони не тільки сприймали антагоніста як "поганого", але й часто намагалися зрозуміти його негативну поведінку, що свідчить про здатність критично оцінювати й аналізувати причини зла.

Ідеалізація героя: діти у віці 10 років часто ідеалізували героя казки, вважаючи його зразком для наслідування. Вони підкреслювали такі якості, як мужність, чесність, рішучість і справедливість. Однак, старші підлітки іноді складали складніші стосунки зі своїми

персонажами, оскільки вони починали помічати недоліки й неоднозначність у прийнятті рішень.

Ставлення до уроків моралі через персонажа: важливою особливістю є те, що багато підлітків не тільки пам'ятають поведінку персонажа, але й активно обговорюють його моральну сторону. Наприклад, 10 - річна дитина часто порівнювала персонажів один з одним: "чи Справедливо те, що зробив головний герой?", "Чи Справедливо це?", "Що б я зробила на його місці". Це свідчить про високий рівень саморефлексії і здатності проводити моральні оцінки[4].

У результаті проведених емпіричних досліджень було виявлено кілька важливих аспектів сприйняття казок дітьми старшого шкільного віку, що свідчить про складний і багатогранний процес цього впізнавання. Аналіз результатів дослідження дозволяє зробити наступні висновки:

1. Емоційна реакція на казки: більшість підлітків позитивно реагують на казки, особливо коли мова йде про героїчні або драматичні моменти сюжету, що свідчить про збереження здатності співпереживати персонажу і емоційно ототожнювати себе з ним, що є важливим компонентом розвитку емоційної сфери у підлітковому віці.

2. Розвиток моральних уроків і критичного мислення: дорослі діти старшого шкільного віку відзначають важливість моральної сторони казок, часто вдаючись до аналізу поведінки персонажів і співвіднесенню їх з реальними ситуаціями. Рівень розвитку критичного мислення безпосередньо впливає на здатність підлітків розуміти складні моральні дилеми, з якими стикаються їхні герої.

3. Ставлення до персонажа: старшокласники демонструють більш глибоке розуміння своїх мотивів, вчинків, і як наслідок, стає можливим поглиблений аналіз характеру. Вони часто оцінюють своїх персонажів не лише за своїми вчинками, а й за внутрішнім спокоєм, складністю характеру та моральними дилемами, з якими вони стикаються. Цей аспект дозволяє нам зрозуміти, як змінюється сприйняття казок у міру розвитку когнітивних та емоційних процесів у підлітковому віці.

4. Культурні та соціальні фактори: Діти з різним соціальним статусом можуть по-різному інтерпретувати одні й ті ж казки, особливо через призму власного життєвого досвіду і культурних цінностей (казка, що розповідає про боротьбу добра і зла, може сприйматися ними як відображення реальних соціальних проблем або як метафора для розуміння складних соціальних відносин).

Аналіз емпіричних результатів підтверджує існування тісного взаємозв'язку між сприйняттям казок і психологічними особливостями підлітків. Теоретичний підхід, який був спрямований на моральне виховання, розвиток емоційної чутливості і формування уявлень за допомогою казок, знайшов практичне підтвердження в дослідженні. Підлітки дійсно використовують казки для морального самовизначення і емоційного розвитку, при цьому у них формується високий рівень критичної оцінки ситуацій і персонажів.

Підлітки продовжують активно переживати емоційні моменти під час читання казок [5], усвідомлюючи моральні уроки, що закладені в сюжеті. Вони здатні не тільки сприймати казки на поверхневому рівні, а й критично оцінювати поведінку персонажів, що свідчить про особистісний розвиток.

Висновок. Використання казок в освітньому процесі є важливим інструментом виховання, розвитку емоційної чутливості, критичного мислення і моральних якостей дітей в старшому шкільному віці. Казки не тільки викладають важливі життєві уроки, а й допомагають формувати внутрішній світ підлітка та сприяють розвитку його особистості й соціальних здібностей.

Таким чином, сприйняття казок дітьми старшого шкільного віку є важливим аспектом у формуванні ідей, цінностей, що дозволяє краще зрозуміти механізми емоційного, когнітивного і морального розвитку підлітків.

Список використаних джерел

1. Бівол О. С. Проблемно-пошукові методи навчання на уроках у початкових класах як засіб активізації пізнавальної діяльності учнів. *Таврійський вісник освіти*. 2012. № 3. С. 103-107.
2. Богуш А. М., Лисенко Н. В. Українське народознавство в дошкільному закладі : навчальний посібник. Київ : Вища школа, 1994. 398 с.
3. Лещенко О. М. Методика навчання рідної мови і грамоти. Київ : Вища школа, 2008. 301-302 с.
4. Попова І. Н. Діагностика розвитку образного мовлення старших дошкільників. *Вихователь-методист дошкільного закладу*. 2013. № 3. 22-28 с.
5. Сарапулова Є. Складання розповідей у дитсадку і в школі. *Дошкільне виховання*. 2011. № 10. 22-24 с.

УДК 159.923-057.87:004.738.5

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ІНТЕРНЕТ-ТЕХНОЛОГІЙ НА СТУДЕНТСЬКУ МОЛОДЬ

Данильченко Олександр, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія», 2 курс РДГУ

Науковий керівник: Яцюк Н.О., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. Кінець ХХ – початок ХХІ століття ознаменувались суттєвим цивілізаційним зрушенням, пов'язаним з розвитком та широким використанням людьми інтернет-технологій. Це кардинально вплинуло на можливості людини отримувати та опрацьовувати інформацію, налагоджувати миттєві зв'язки з іншими людьми, розширювати свої знання та розвивати мислення, що суттєво впливає на її розвиток, характер життєдіяльності, взаємодію з оточенням.

Внаслідок безпрецедентного розвитку інтернет-технології увійшли майже у всі сфери нашої життєдіяльності, зокрема життєдіяльності однієї з найбільш інтелектуальних соціальних груп – студентської молоді, що не могло не позначитись на психологічних аспектах її функціонування. Якщо на початковому етапі використання цього здобутку виникли психологічні проблеми, пов'язані із засвоєнням нових технологій, пошуком і опрацюванням великого обсягу інформації, опануванням новими способами спілкування на відстані, то сьогодні виникають питання стосовно їх раціонального використання з урахування впливу на психіку людини. Адже попри вагомі свої значимі переваги, які полягають передусім у забезпеченні швидкого доступу студентів до різних джерел інформації, спрощенні рутинних операцій, сприянні удосконаленню процесів пізнання та, зокрема, мислення, що утворює широкі можливості для навчання, інтернет-технології призводять до негативних наслідків: збіднення уяви, зменшення або зникнення інтересу до читання книг, зниження рівня свідомого сприйняття інформації. Водночас не варто забувати про те, що інтернет-технології можуть бути психологічним чинником впливу на комунікативні якості молодих людей, котрі все більше занурюються у світ віртуального спілкування, на засвоєння ними загальнолюдських цінностей, що можуть бути спотворені неякісною але доступною інформацією, функціональний стан особистості, яка нерідко не справляється з надлишковою інформацією або стає залежною від неї (інтернет-залежною). Ці та інші проблеми зумовили інтерес учених та психологів-практиків до психологічних аспектів впливу інтернет-технологій на особистість, пошуку шляхів подолання негативних наслідків такого впливу.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні особливості впливу інтернет-технологій на студентську молодь.

Виклад основного матеріалу дослідження. Психологічний вплив інтернет-технологій на особистість аналізують В. Бондаровська, І. Гаркуша, О. Горошко, О. Губенко, В. Джаноянц, О. Землянська, О. Ісакова, В. Кайко, О. Кочарян, С. Максименко, А. Мгалобішвілі, О. Немеш, Н. Пов'якель, О. Шпортко, В. Юскович-Жуковська, М. Янг. Особливості такого впливу на студентську молодь висвітлюють Л. Аніщенко, О. Буковська, В. Бурлака, Т. Галіч, Н. Дідик, Л. Засєкіна, О. Костюк, О. Кудашкіна, О. Кулешова, Т. Мазур, С. Максименко, М. Махній, Л. Міхєєва, О. Немеш, О. Набочук, Л. Онуфрієва, Т. Прохоренко, В. Симхович, О. Чеканська, Т. Четверикова. Проблеми подолання негативних впливів інтернет-технологій на особистість приділяють увагу Ю. Асєєва, Т. Вакулич, Н. Гуштіна, О. Друзь, О. Камінська, А. Кочарян, А. Мгалобішвілі, Т. Прохоренко, А. Рижанова, Н. Серєєва, Х. Турецька.

У розумінні сутності інтернет-технологій звертаємось до визначення О. Шпортка та В. Юскович-Юсенко, котрі зазначають, що це «технології створення і підтримки різних інформаційних ресурсів в глобальній мережі Інтернет: сайтів, блогів, форумів, чатів, електронних бібліотек та енциклопедій тощо» за допомогою комплексу взаємопов'язаних інформаційних, комунікаційних, комп'ютерних технологій та сервісів, які дають змогу користуватись Інтернетом, виконувати у ньому певну діяльність [4]. Визначення відповідного поняття було сформульовано організацією Federal Networking Council USA, згідно з яким Інтернет вважається глобальною інформаційною системою, яка «складається з логічно взаємозалежних частин з унікальним адресним простором, заснованим на протоколі IP або його подальших розширень, ... яка забезпечує або робить доступним, публічно або приватним чином, комунікаційний сервіс або інфраструктуру високого рівня» [3].

Згідно з висновками С. Максименка інтернет-простір зосереджує в собі найбільшу кількість інформації, що перетворює його на основну технічну платформу «пошуку, зберігання, розповсюдження та виробництва нових знань», головний майданчик світового рівня, який забезпечує інформацією, необхідною для навчання і самоосвіти [2]. Завдяки наявності великого обсягу інформації користувачі отримують змогу розширити свою ерудицію, інтернет-технології, дозволяючи швидко переключатись на різні джерела, змінювати теми перегляду, роблять людині погану послугу – вона не встигає усвідомити сприйняту інформації. Відтак її мислення стає більш активним, але менш розсудливим, нові блоги і сайти відображають нову реальність – діяти відразу, а усвідомлювати пізніше. Великі інформаційні потоки створюють надлишкову інформацію, яка не допомагає, а ускладнює її засвоєння та отримання знань, а «система гіперпосилань, реклама, флуд, спам, вільний вибір джерела інформації та напрямки пошуку можуть направити користувача на хибний шлях, у результаті чого не буде досягнута початкова мета» [1].

Незважаючи на очевидні переваги інтернет-технологій, їх використання може призвести до багатьох негативних наслідків. Найбільш помітними з них є такі, як: вплив на свідомість надзвичайно великого обсягу інформації, що може призвести до виснаження, дезорієнтації користувачів, деформації їхніх уявлень і цінностей, хибних дій і вчинків; віртуалізація свідомості; зниження мотивації до самостійних роздумів та продукування інтелектуальних продуктів; плагіат; сприйняття реальності як проблемної, несприятливої; регресія особистості; інтернет-залежність.

Емпіричне дослідження психологічних особливостей впливу інтернет-технологій на студентську молодь мало на меті визначити ставлення учасників експерименту до інтернет-технологій, з'ясування різних аспектів їх використання, визначення рівнів інтернет-залежності та факторів впливу на її розвиток. Досягнення мети дослідження забезпечувалося використанням комплексу психодіагностичних методів: анкета «Інтернет та соціальні мережі» (авторський варіант), методика Методика «Тест на інтернет-залежність» («Internet Addiction Test») (К.Янг), методика «Тест комунікативних вмінь» (Л.Міхельсон), методика «Самооцінка психічних станів» (Г.Айзенк), t-критерій Стьюдента.

В ході емпіричного дослідження було встановлено, що більше 80% учасників експерименту постійно користуються інтернетом та соціальними мережами,

використовуючи при цьому соціальні мережі та платформи для спілкування (Instagram, Facebook), веб-браузери (Chrome, Firefox), месенджери (Telegram, Viber), сайти, платформи відеозв'язку (Zoom, Google Meet), електронну пошту, хмарні сервіси (Google Drive, Dropbox), блоги, чати, штучний інтелект, інтернет-бібліотеки. Для навчання учасники експерименту використовують різноманітні пошукові системи, сайти, форми, мобільні освітні застосунки, месенджери, соціальні мережі, відеоконференції, хмарні технології, платформи для створення інтерактивного контенту, системи управління навчанням, електронні бібліотеки для доступу до навчальних матеріалів, онлайн-курси, інтерактивні сайти, вебінари. Для спілкування найчастіше використовуються соціальні мережі, месенджери, електронна пошта, хмарні сервіси для спільної роботи, платформи для відеозв'язку. Найбільш мотивуючими факторами для користування соціальними мережами було виявлено цікавість, намагання дізнатися про щось нове, необхідність перебувати в референтному колі друзів. Загалом інтернет-технології для учасників експерименту є засобом спілкування, джерелом інформації, місцем для розваг, можливістю для самовираження, працевлаштування, знайомства з іншими людьми.

При цьому в 14,8% респондентів було виявлено надмірний ступінь інтернет-залежності, що характеризується формуванням нових стосунків лише в мережі, відчутним погіршення якості та успішності навчання, підвищенням агресивності, дратівливості, погіршення самопочуття, стомлюваністю, постійними думками про повернення в мережу, відчуттям пригніченості, спаду настрою, нервозності поза мережею. В майже половини респондентів із помірним ступенем залежності часто проявляються такі ознаки, як порушення часових рамок для користування інтернетом, нехтування виконанням домашніх обов'язків заради часу в мережі, надання переваги спілкуванню в інтернеті, замість живого спілкування, заміна зайняття улюбленими хобі, інтересами, захопленнями, прогулянок з друзями, проведення часу в сімейному колі. В 11,1% учасників дослідження не спостерігається ознак інтернет-залежності.

Серед учасників експериментального дослідження найбільш вираженою була залежна позиція в спілкуванні, а найменш вираженою - агресивна позиція в спілкуванні, які є факторами прагнення віртуального спілкування. Щодо вираженості психічних станів, більшість опитуваних мали середній рівень тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності. Проте було виявлено достатньо велику кількість осіб із високим рівнем за показниками тривожності й фрустрації, що свідчило про їх схиленість до надмірних переживань та посиленої реакції на ситуації травмуючого для них характеру.

Результати проведеного аналізу отриманих даних свідчать про необхідність розробки та впровадження програми психопрофілактики психологічного впливу інтернет-технологій на студентську молодь.

Висновки. Внаслідок користування інтернет-технологіями змінилися не лише можливості доступу до інформації, але й принципи її споживання, сценарії поведінки молодих людей. Забезпечуючи доступ до кібер-простору, інтернет-технології стали важливим засобом отримання освіти, сприяють підвищенню активності студентів. Проте користування мережею може призвести до негативних наслідків, які полягають у переорієнтації інтересів і прагнень особистості на перебування у ній, її норми і цінності, що відриває її від реального життя, знецінює його та спонукає до проведення часу у віртуальному просторі, який дає змогу швидко отримати потрібну (проте не завжди достовірну) інформацію, вільно спілкуватись з людьми нерідко з використанням вигаданих образів, отримати задоволення від розваг, що загрожує розвитком інтернет-залежності. Результати проведеного аналізу отриманих даних свідчать про необхідність розробки та впровадження програми психопрофілактики психологічного впливу інтернет-технологій на студентську молодь. Перспективи подальших наукових досліджень з окресленої проблеми ми вбачаємо у більш глибокому вивченні факторів та методів запобігання негативним психологічним впливам інтернет-технологій на студентську молодь та розробці на цій основі ефективних програм корекції їх емоційної та комунікативної сфери.

Список використаних джерел

1. Юскович-Жуковська В. І., Шпортко О. В. Застосування сучасних інтернет-технологій у вищій школі. Дослідження інновацій та перспективи розвитку науки і техніки у XXI столітті : матер. Міжнар. наук.-практ. конф. (10 листоп. 2022 р., м. Рівне) / Міжнар. економ.-гуманіт. ун-т ім. акад. Степана Дем'янчука. Львів ; Торунь : Liha-Pres, 2022. С. 101–104.
2. Самсонов В. В., Єрохін А. Л. Методи і засоби Інтернет-технологій : навч. посіб. Харків : Компанія СМІТ, 2008. 264 с.
3. Максименко С. Д. Психологічні деремінанти цифровізації освіти в Україні. *Вісник НАПН України*. 2022. № 4 (2). С. 1–7.
4. Землянська О. В., Джаноянц В. О. Психологічні аспекти впливу інформаційних технологій на людину. URL: [file:///D:/USER/Downloads/224154-%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%96-508201-1-10-20210129%20\(1\).pdf](file:///D:/USER/Downloads/224154-%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%96-508201-1-10-20210129%20(1).pdf)

УДК 159.947

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ У ПЕРІОД ВІЙСЬКОВОГО СТАНУ

Дем'янюк Любов, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія», 2 курс РДГУ

Науковий керівник: Бабак К.В., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми: стресостійкість особистості є особливо актуальною в умовах військового стану, коли люди щодня піддаються підвищеним ризикам та психоемоційним навантаженням. В умовах загрози втрати близьких, фізичної безпеки, зміни в умовах життя, невизначеність майбутнього посилюють вплив стресу. Це все призводить до психологічного напруження не лише у військових, але й у цивільного населення, яке також стикається з наслідками бойових дій, такими як евакуація, втрата домівки, соціальна ізоляція тощо, оскільки втрачається стійкість до стресу. Таким чином, актуалізується питання розвитку стресостійкості особистості у період військового стану. Аналіз проблеми розвитку стресостійкості передбачає насамперед визначення основних наукових підходів до дослідження цього питання в умовах складних життєвих ситуацій.

Питання стресу досліджувалася багатьма вченими (Г. Сельє, Р. Лазарус, Дж. Еверлі і Р. Розенфельд, С. Фолкман, Ш. Коен та ін.). Основоположником вчення про стрес є Г. Сельє (1907-1982), який протягом п'ятдесяти років розробляв проблеми загального адаптаційного синдрому і стресу. Річард С. Лазарус - перший, хто спробував розмежувати фізіологічне і психологічне розуміння стресу. Ш. Коен та його колеги створили Шкалу сприйнятого стресу PSS для визначення ступеня стресу.

Проблеми стресостійкості досліджували науковці Д. Брайт, Ф. Джонс, І. Меньшикова, Г. Васильченко, Н. Жигайло, Т. Титаренко, А. Фомінова, О. Кокун, Ю. В. Крайнюк, В. Щербатих, питання особливості стресостійкості у період військового стану висвітлено у працях Н. Жигайло, М. Цимбалюк, тощо.

У той же час, потребують систематизації й уточнення основні теоретичні підходи до розуміння особливості стресостійкості з урахуванням реалій сьогодення.

Мета дослідження: виявлення та аналіз психологічних особливостей стресостійкості особистості у період військового стану, зокрема факторів, що сприяють підтримці внутрішньої стійкості до стресових ситуацій. Досягнення цієї мети включає ідентифікацію внутрішніх ресурсів (психологічних, емоційних, поведінкових), а також розгляд можливих способів підвищення стресостійкості в умовах військового стану.

Виклад основного матеріалу дослідження. В основу дослідження покладено теорію стресу та адаптаційних ресурсів (Р. Лазарус, Г. Сельє), які розглядають стресостійкість як здатність особистості адаптуватися до змінних умов, підтримуючи стабільний психологічний стан. У роботі розглядаються такі ключові аспекти стресостійкості:

Психологічні фактори стресостійкості, а саме: внутрішні ресурси (самооцінка, самоконтроль, емоційна регуляція), когнітивні установки, які допомагають особистості долати стресові ситуації. Особливу увагу приділено здатності до прийняття, мотивації та адаптації до нових умов. Емоційні аспекти: здатність особистості контролювати свої емоційні реакції, такі як страх, тривога, розгубленість, зокрема у небезпечних або непередбачуваних ситуаціях. Позитивне налаштування і оптимізм виступають важливими компонентами стійкості. Соціальна підтримка та ресурсна база: аналіз того, як підтримка сім'ї, друзів та суспільства загалом сприяє зміцненню стресостійкості. Окрему увагу приділено волонтерським ініціативам, які допомагають цивільному населенню під час війни.

Копінг-стратегії: у дослідженні розглядаються різні стилі подолання стресу, які застосовуються під час військового стану, включаючи активне прийняття дій, когнітивну переоцінку, уникнення та інші підходи до зменшення стресу. Крім того, на формуванні стресостійкості особистості впливають як позитивні, так і негативні психологічні чинники [6]. Одним із таких, на думку вчених Л. Гіссен, Ч. Спілбергер, І. Фейнгерберг, Ю.Щербатих, М. Смірнова, Р. Шагієв та ін. є тривожність. При цьому, І. Кон, К. Матені, О. Молчанов, В. Петровський розглядають самооцінку особистості як чинник стресостійкості. Це пов'язано з тим, що самооцінка характеризується впевненістю або не впевненістю в собі, що у свою чергу впливає на активність людини і її готовність діяти в стресових ситуаціях. Ще одним чинником є саморегуляція, яка являє собою важливу якість, що допомагає зберегти внутрішню рівновагу, контролювати власні емоції та поведінку та не допускати негативні впливи [6].

Разом з тим, на стресостійкість людини впливає усвідомлення фрустрації, її ситуативних причин, свідомих дій з усунення стресорів в діапазоні набутих знань та вмінь. Тобто, можна визначити стресостійкість як «здатність швидко та ефективно долати перешкоди на шляху до мети» [3]. Отже, феномен стресостійкості особистості у період військового стану є досить важливим та актуальним для подальшого експериментального дослідження.

Висновки. Психологічна стресостійкість особистості в умовах військового стану є багатокомпонентним явищем, яке визначається не лише індивідуальними психологічними особливостями, але й впливом зовнішнього середовища. В умовах підвищеного ризику та невизначеності особливо важливими стають такі риси, як емоційна регуляція, оптимізм, здатність адаптуватися до нових умов та здатність формувати конструктивні стратегії подолання. Соціальна підтримка є критично важливим компонентом, який дозволяє людині зберігати стійкість. Основними внутрішніми психологічними чинниками стресостійкості особистості дорослих у період військового стану є наявність повної сім'ї, роботи, копінг-ресурси, тощо

Зважаючи на отримані дані, для підвищення стресостійкості важливо розробляти програми психологічної підтримки, а також навчати навичкам саморегуляції та конструктивного реагування на стресові ситуації.

Список використаних джерел

1. Кудінова М. С. Концепт стресостійкості у сучасному психологічному дискурсі. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». 2016. № 6 (25). С. 48–54.
2. Максименко С.Д. Психологія особистості : підручник. Київ : КММ, 2007. 296 с.
3. Смольська Л. М. Стресостійкість та життєстійкість: креативна модель формування в сучасних умовах. Науковий вісник Ужгородського національного університету, 2021. №4 С. 113 – 117 DOI: 10.32782/psy-visnyk/2021.4.22

4. Шаран Ю. В. Психофізіологічні детермінанти стресостійкості особистості. Актуальні проблеми психології. Том V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. С.Д. Максименка. К.: ДП «Інформаційно аналітичне агенство», 2007. №7. С. 143–148.

5. Щорічник Стокгольмського міжнародного інституту дослідження миру (СППІ) 2022 «Озброєння, роззброєння та міжнародна безпека» Київ, 2023 URL : <https://surl.li/lkdtnb>. Ярош Н. С. Саногенне мислення як чинник стрес-долаючої поведінки особистості : дис. канд. псих. наук : 19.00.01. Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна Київ, 2018. 235 с.

7. Hobfoll S. E. Conservation of resource caravans and engaged settings. Journal of Occupational and Organizational Psychology. 2011. №84. P. 116-122.

8. Selye, H. (1987). Stress without distress. In L. Levi (Ed.), Society, stress, and disease, Vol. 5. Old age (pp. 257–262). Oxford University Press.

УДК 316.648

ПСИХОЛОГІЯ РОБОТИ З СІМ'ЯМИ В СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ ОБСТАВИНАХ

Карпова Жанна, здобувач ОС «магістр»,
спеціальності 053 «Психологія», 2 курс РДГУ

Науковий керівник: Ставицька О.Г., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. Аналіз останніх наукових досліджень і публікацій підтвердив, що багато вчених присвятили увагу загальним проблемам допомоги сім'ям, які опинились у складних життєвих обставинах. Деякі імена науковців, які внесли вагому цінність у цю галузь досліджень, включають А. Капську, І. Пінчука, І. Трубавіну та С. Харченка. Окремі аспекти, пов'язані з оцінкою потреб дітей і їхніх сімей, досліджено в роботах І. Зверевої, З. Кияниці та Ж. Петрочко.

Технології індивідуального супроводу сімей у складних життєвих обставинах представлені в наукових працях О. Безпалько, В. Кузьмінського та С. Лукашова. Професійні компетенції фахівців соціальної роботи розглядаються у роботах І. Козубовської, Г. Лактіонової та Є. Холостової. Ці наукові дослідження та публікації важливі для розуміння проблем, пов'язаних зі сім'ями в складних ситуаціях та розвитку ефективних підходів до їхньої підтримки. Сім'я в складних життєвих обставинах – це сім'я, яка через різні об'єктивні або суб'єктивні причини втратила можливості для належного виховання дитини, створюючи негативні умови для її розвитку.

Ефективне виховання, зокрема сімейне, повинно бути спрямоване на внутрішню усвідомленість норм, правил і цінностей дитини. Це означає, що дитина має бути визнана суб'єктом виховання і самопоширення цих цінностей. Важливо враховувати індивідуальні особливості дитини і її морально-етичні потреби, передавати інформацію про цінності, на які слід орієнтуватися, спрямовувати розвиток певних якостей і відносин, а також стимулювати відповідну поведінку. Проте, існують певні недоліки у розв'язанні цієї проблеми, на які варто звернути увагу. Замало уваги приділяється важливому аспекту вибору методів активного навчання, що використовуються для навчання батьків, які виховують своїх дітей. Тренувальні та ігрові методи можуть бути ефективними в цьому процесі. Індивідуальна робота з сім'ями в складних життєвих обставинах часто акцентується на подоланні зовнішніх проявів неблагополуччя, таких як надання гуманітарної допомоги або допомога в оформленні документів, замість розгляду причин, що призвели до цього неблагополуччя.

Проблеми, пов'язані з психологічним мікрокліматом і внутрішніми сімейними стосунками, можна віднести до психолого-педагогічних чинників, що впливають на функціонування сім'ї. Ці проблеми включають в себе відсутність позитивного сімейного досвіду серед членів родини, конфлікти між різними поколіннями сім'ї, відсутність

розуміння та навичок задоволення потреб дитини, нестійкий емоційний стан, труднощі у спілкуванні з іншими, включаючи фахівців. До цих факторів також можна віднести відсутність інтересу дітей до навчання і невдоволення їх освітніми потребами, включаючи відсутність доступу до додаткових освітніх послуг.

Біологічні фактори ризику потрапляння в складні життєві обставини зазвичай пов'язані із станом здоров'я та включають спадкові чинники, спосіб життя батьків, можливість різних форм залежностей, стан здоров'я, порушення емоційного розвитку, а також фізичні чи психічні захворювання [1].

У науковій літературі існує визначення сімей в складних життєвих обставинах, які характеризуються втратою виховних можливостей через об'єктивні або суб'єктивні причини, що створює негативні умови для дитячого виховання та підтримки. Таким чином, визначають благополуччя або неблагополуччя сім'ї на основі її впливу на дитину, стосунків з нею та здійснення виховних функцій. Важливо враховувати, що сім'я в складних життєвих обставинах не обов'язково є асоціальною сім'єю, оскільки батьки можуть бути соціалізованими за інших обставин. Навіть в сім'ях з високим соціальним статусом, культурним та освітнім рівнем можуть виникати проблеми в здійсненні виховної функції, що може спричинити психічний стрес, асоційовану поведінку та інші проблеми. З іншого боку, бідність в сім'ях не обов'язково веде до складних життєвих обставин, якщо при обмежених матеріальних ресурсах задовольняються потреби дітей [2]. Ознаки неблагополуччя в сім'ї можуть бути менш очевидними і складніше визначеними, оскільки вони не завжди проявляються через зовнішні фактори:

1. Відсутність єдиних вимог до дитини. У деяких сім'ях батьки можуть бути не послідовними встановленням правил та вимог до дітей. Це може призвести до відчуття дитиною відсутності меж та обмежень, що може впливати на її розвиток та поведінку.

2. Надмірна любов до дитини (ліберальний стиль виховання). Іноді батьки можуть демонструвати надмірну залежність від своєї дитини, дозволяючи їй занадто багато свободи або не ставлячи до неї жодних вимог. Це також може призвести до проблем у формуванні адекватних навичок та відносин дитини з оточуючим світом.

3. Пріоритет матеріального благополуччя над духовним. В деяких випадках батьки можуть надмірно підкреслювати матеріальний бік життя, намагаючись забезпечити дитину, але при цьому забувають про її духовний та емоційний розвиток.

4. Бездуховність. В деяких сім'ях відсутні духовні цінності та релігійні переконання. Це може призвести до відсутності морального компасу та недостатнього навчання дитини моральним цінностям.

5. Відсутність корисних соціальних зв'язків. Якщо сім'я не має корисних соціальних контактів, то це може позначитися на підтримці та допомозі, яку вони можуть отримувати у важкі моменти.

6. Інертність і стереотипи. Сім'ї в складних обставинах можуть виявляти схильність до сталих звичок і стереотипів у вирішенні життєвих ситуацій. Це може заважати адаптації до змін та вирішенню проблем.

7. Невміння висловити власні думки і нечітка комунікація. В неблагополучних сім'ях може бути важко висловлювати власні думки та почуття. Непрозора комунікація може призвести до нерозуміння та конфліктів в сім'ї [3].

Ці приховані ознаки можуть впливати на розвиток дитини і вимагати уваги відповідних служб для поліпшення ситуації в сім'ї.

Державні стандарти надання психологічних послуг центрами соціальних служб в роботі з сім'ями, які опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових подій, вкладають акцент на важливість психологічної підтримки та інтервенцій для цих сімей. Вони встановлюють стандарти якості та методологію проведення роботи з такими сім'ями, сприяючи розвитку їхніх внутрішніх ресурсів та здатностей до подолання складнощів. Психологічні аспекти сімейних відносин в умовах кризи є важливими та складними. Кризові ситуації можуть спричинити напругу та негативний вплив на сімейні відносини, але водночас вони надають можливість для розвитку та змін. Важливо звертати увагу на

психологічні аспекти кризових ситуацій в сім'ях та надавати підтримку в розв'язанні конфліктів та подоланні труднощів.

Психологічні підходи до роботи з сім'ями в складних ситуаціях є різноманітними та спеціалізованими, призначеними для розв'язання конкретних проблем і задач. Вони включають у себе системний підхід, сімейну терапію, когнітивно-поведінкову терапію, арт-терапію, групову роботу та інші методи.

Висновки. Використання психологічних підходів дозволяє підтримувати та поліпшувати сімейні відносини, сприяє розв'язанню конфліктів, підвищенню рівня розуміння та спілкування в сім'ї. Вибір підходу повинен залежати від конкретної ситуації та потреб сім'ї, і важливо мати кваліфікованих фахівців для проведення таких інтервенцій.

Список використаних джерел

1. Капська А.Й., Пеша І.В., Міхєєва О.Ю., Соляник М.Г. Технології соціально-педагогічної роботи з сім'ями: навчально-методичний посібник. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2015. 328 с.
2. Колобова Я.В., Комарова М.Н., Лоріашвілі Л.С., Пеша І.В. Практики надання соціальних послуг сім'ям, які перебувають у складних життєвих обставинах: науково-методичний збірник / за ред. Н.М. Комарової. Київ: Державний інститут сімейної та молодіжної політики, 2016. 112 с.
3. Кучер Г.М. Інновації соціальної роботи із сім'ями, що опинилися в складних життєвих обставинах. *Збірник наукових праць Херсонського державного університету. Педагогічні науки*. 2018. № 2 (82). С. 207–212.

УДК 159.92-053.6

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Катеринчук Дарія, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальність 053 Психологія, 4 курс, РДГУ

Науковий керівник: Кулакова Л.М., кандидат психологічних наук, доцент

Постанова проблеми. У наш час питання про розвиток емоційного інтелекту рахується новим але водночас важливим, особливо для молоді. Підлітковий вік - це період активних змін, коли формуються основні психологічні та емоційні якості особистості. Однією з ключових характеристик, яка впливає на соціальну адаптацію та психологічне благополуччя підлітків, є емоційний інтелект (EI/EQ). Вміння розпізнавати, розуміти та регулювати власні емоції, а також співпереживати і взаємодіяти з емоціями інших, стає вирішальним для успішної інтеграції в соціум. Вивчення психологічних особливостей розвитку емоційного інтелекту у підлітковому віці є важливим, адже в цей період формуються ключові соціально-психологічні навички, які визначають міжособистісні стосунки, впевненість у собі та здатність до саморегуляції. Проте питання впливу різних факторів на розвиток EI у підлітків ще недостатньо досліджено, що вимагає подальших наукових розробок, зокрема щодо взаємозв'язку емоційних та когнітивних змін, які відбуваються в цей період [4]. Зважаючи на це, дослідження психологічних особливостей емоційного інтелекту у підлітків є актуальним для розробки ефективних підходів до підтримки їхнього розвитку, що сприятиме зниженню соціальної напруги та підвищенню психологічного комфорту підлітків у складний період становлення особистості.

Мета дослідження - здійснення теоретичного аналізу психологічних особливостей розвитку емоційного інтелекту у підлітковому віці.

Виклад основного матеріалу дослідження. Підлітковий вік є критичним етапом у розвитку особистості та періодом значних фізичних, психологічних і соціальних змін. Це період характеризується активним формуванням розвитку когнітивних функцій, самооцінки,

уявлення про себе, а також здатність до емоційного саморегулювання та взаємодії з іншими людьми [2]. Однією з основних складових цього процесу є емоційний інтелект, який включає в себе здатність розпізнавати, розуміти та регулювати власні емоції, здатність особистості ефективно сприймати, здатність до емпатії та взаємодії з емоціями інших людей, а також вміння використовувати емоційні знання для досягнення особистих та соціальних цілей. [4]. Розвиток емоційного інтелекту є важливим аспектом соціалізації підлітків і впливає на їхню здатність адаптуватися у соціумі, вирішувати міжособистісні конфлікти та підтримувати психологічне благополуччя. Концепція емоційного інтелекту набула популярності психологом Д. Гоулманом, який виділяє кілька основних компонентів цього феномену: самопізнання, саморегуляція, мотивація, емпатія та соціальні навички [5]. Всі ці компоненти мають особливе значення для підлітків, оскільки саме в цей період формується їхня здатність до саморегуляції та взаємодії з оточуючими.

Однією з основних особливостей розвитку емоційного інтелекту у підлітків є зміна рівня самосвідомості. Підлітки починають активніше рефлексувати над власними почуттями, визначати свої емоції та усвідомлювати їхні причини, шукають відповіді на питання про свою ідентичність та місце в соціумі [2]. Це дає можливість не тільки краще розуміти себе, але й покращувати здатність до самоконтролю. Однак через емоційну нестабільність і відсутність досвіду емоційної саморегуляції, підлітки можуть відчувати труднощі у визначенні та вираженні своїх емоцій, що часто може призводити до імпульсивних вчинків або емоційних зривів.

Саморегуляція характеризується здатністю підлітками контролювати та змінювати свої емоційні реакції відповідно до ситуацій. Через значну емоційну нестабільність, про яку писалося вище, процес саморегуляції може бути проблематичним. Однак за допомогою покращення та розвитку саме цього компоненту, підлітки будуть мати змогу знизити свій рівень стресу, тривоги та агресії [3]. Ще одна важлива риса підліткової психології - розвиток соціальних відносин. Взаємодія з однолітками, становлення романтичних стосунків та пошук ідентичності значно впливають на емоційну сферу підлітка. У цей час формуються важливі навички соціальної адаптації, зокрема здатність до емпатії - розуміння і переживання емоцій інших людей [2]. Побудова міжособистісних зв'язків вимагає володіння високим рівнем емоційної чутливості та здатності до співпереживання. Хоча підлітки здатні до розвитку емпатії, у них часто виникають труднощі в ефективному вираженні співчуття та підтримки через недостатній рівень емоційної зрілості та досвіду. Розвиток емоційного інтелекту у підлітків залежить від багатьох факторів, серед яких важливу роль відіграють сімейне середовище, соціальна підтримка та освітнє оточення. Виховання в родині, зокрема здатність батьків до емоційного контакту з дитиною, до створення відкритої та безпечної атмосфери для вираження емоцій, має значний вплив на розвиток емоційного інтелекту. Діти, чиї батьки виявляють увагу до їхніх емоцій та навчають їх правильної емоційної реакції, мають вищий рівень емоційної зрілості. Соціальне середовище, яке включає як однолітків, так і інших дорослих, також сприяє розвитку емоційного інтелекту. Підлітки, що активно взаємодіють з іншими, отримують можливість розвивати свої соціальні навички, такі як ефективне вирішення конфліктів, взаємодія у групі, проявляючи при цьому вміння контролювати свої емоції. Важливим фактором є також роль освітніх установ, які через різноманітні навчальні та виховні програми можуть сприяти розвитку емоційного інтелекту у підлітків.

Підлітковий вік є також періодом, коли починають формуватись механізми емоційного реагування, що визначають, як індивід сприймає та обробляє емоційні стимули ззовні [2]. Ці механізми можуть впливати не тільки на психоемоційний стан підлітка, а й також на його поведінку в цілому. Тому важливо враховувати, що емоційна зрілість у підлітків не є автоматичним процесом, а результатом складної взаємодії генетичних факторів, життєвого досвіду, виховання та соціального середовища.

Емоційний інтелект є важливим чинником соціальної адаптації підлітків у суспільстві. Підлітки, які мають високий рівень емоційного інтелекту, здатні краще управляти своїми емоціями, що дозволяє їм ефективніше взаємодіяти з однолітками або іншими людьми, вирішувати конфлікти та побудувати гармонійні відносини у групах. Високий рівень ЕІ

також пов'язаний із більшою психологічною стійкістю, здатністю адаптуватися до стресових ситуацій і відчуттям внутрішнього комфорту. Не менш важливим є зв'язок між емоційним інтелектом і академічними досягненнями. Підлітки, які вміють регулювати свої емоції, зокрема стрес і тривогу, що можуть виникати під час навчання, часто досягають кращих результатів у навчанні та мають вищий рівень мотивації. З огляду на важливість емоційного інтелекту для загального психоемоційного розвитку підлітків, розробка та впровадження корекційних і педагогічних програм, спрямованих на розвиток емоційного інтелекту, є необхідними. Такі програми можуть включати вправи на розвиток самосвідомості, тренінги з емоційної саморегуляції та емпатії, а також інші методики, які допоможуть підліткам розвивати їхні емоційні та соціальні навички. Особливо важливими є програми, орієнтовані на профілактику соціальних проблем, таких як агресія, депресія чи ізоляція, що можуть виникати через недорозвинений емоційний інтелект.

Висновки. Отже, емоційний інтелект є ключовим фактором у досягненні підлітками справжнього щастя та ефективної самореалізації. Емоційний інтелект виступає як сполучна ланка, яка дозволяє зрозуміти міжособистісні стосунки через осмислення емоцій та почуттів учасників взаємодії, сприяє вибору оптимальної стратегії поведінки і, як наслідок, забезпечує комфортне співіснування в соціумі та досягнення цілей через конструктивну взаємодію з іншими людьми [1]. Підлітковий вік є важливим етапом у розвитку емоційного інтелекту. В цей час відбувається активне формування навичок саморегуляції, емпатії та соціальної взаємодії, що є основою психологічного благополуччя і соціальної адаптації. Підтримка та розвиток емоційного інтелекту можуть суттєво покращити якість життя підлітків та забезпечити ефективну інтеграцію в суспільство та сприяти їхньому гармонійному розвитку в складний період переходу до дорослості [1]. Також розвиток та підтримка емоційного інтелекту можуть допомогти знизити ризики емоційних і поведінкових розладів.

Список використаних джерел

1. Коноплицька Ю. І., Ставицька О. Г. Емоційний інтелект підліткового віку та особливості його розвитку. *Психологія: реальність і перспективи*. № 11. 2018. С. 70-75.
2. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В. Вікова психологія : Київ, 2012. 376 с.
3. Терлюк Л. Психологічні особливості емоційної саморегуляції у підлітковому віці : *Студентський науковий вісник*. № 42. 2017. С. 57-59.
4. Bar-On R. Emotional Intelligence Inventory(EQ-i). Toronto, 1997. 236 p.
5. Daniel Goleman Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. New York : Bantam Books, 1995. 352 p.

УДК 159.922.73:[159.98:616.89-008.454]

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ДЕПРЕСІЇ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Ковальчук Олена, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальності 053 «Психологія» (ОП «Практична психологія»), 4 курс, РДГУ

Науковий керівник: Кулакова Л. М., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. Депресія у підлітків є актуальною проблемою сучасного суспільства. Вона впливає на психологічний стан, навчальну діяльність, соціальні взаємини та фізичне здоров'я. Період підліткового віку супроводжується численними фізіологічними, емоційними та соціальними змінами, які підвищують ризик виникнення депресивних станів. Попри поширеність проблеми, багато підлітків не отримують своєчасної психологічної допомоги, що може призвести до серйозних наслідків, включаючи тривалу ізоляцію, конфлікти з оточенням, зловживання психоактивних речовин та навіть суїцидальні дії.

Мета дослідження – дослідити психологічні аспекти депресії у підлітків та розробити рекомендації для їх подолання.

Дослідження депресії у підлітків є предметом активної уваги багатьох психологів і науковців, які внесли значний вклад у розуміння цього складного явища. Аарон Бек, розробив підходи до виявлення когнітивних спотворень, які є основою для когнітивно-поведінкової терапії (КПТ), ефективною у лікуванні депресії. Мартін Селігман, автор концепції «вивченої безпорадності», досліджував механізми виникнення депресії та розробив позитивні підходи до профілактики, зокрема формування психологічної стійкості. Джудіт Бек адаптувала КПТ для дітей та підлітків, що зробило її підходи зручними для різних вікових груп. Кей Редфілд Джемисон досліджувала афективні розлади, включно з депресією, і підкреслювала важливість підтримки в кризових ситуаціях. Серед українських науковців, які досліджують проблеми підліткової депресії та психічного здоров'я, важливе місце займає Галина Ложкіна, доктор психологічних наук, професор. Вона вивчає проблеми емоційного благополуччя дітей та підлітків, особливо у контексті впливу сімейних відносин на психічний стан молоді. Її праці акцентують увагу на ролі батьківського стилю виховання, емоційної підтримки та психологічної атмосфери в родині у формуванні стійкості до стресу у підлітковому віці. Також варто згадати Володимира Рибалку, українського психолога, який досліджує питання адаптації молоді у кризових умовах та вплив соціальних і культурних змін на психіку підлітків. Його праці підкреслюють значення міжособистісного спілкування, емоційної підтримки та навчання навичок стресостійкості для профілактики депресивних станів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Депресія у підлітковому віці є найскладнішою і водночас найпоширенішою проблемою сучасної психології. Цей феномен охоплює широкий спектр емоційних, когнітивних і поведінкових змін, що впливають не тільки на самих підлітків, але й на їхні сім'ї, освітнє середовище та суспільство загалом. Підлітковий вік характеризується значними фізіологічними та психологічними трансформаціями, які супроводжуються підвищеною емоційною вразливістю та чутливістю до зовнішніх впливів. У цей період життя відбувається активний пошук ідентичності, формування особистісних цінностей та соціальних зв'язків, що збільшує ризик виникнення кризових станів, у тому числі депресії [2].

Психологічні аспекти депресії у підлітках заслуговують на особливу увагу, оскільки мають специфічні особливості. Відмінність проявів депресії в цьому віці порівняно з іншими віковими групами полягає у вираженій емоційній нестабільності, схильності до імпульсивної поведінки та труднощах у регуляції емоцій. Часто депресія у підлітків маскується під інші стани, такі як підвищена тривожність, агресивність або навіть соматичні захворювання. Невміння розпізнати цей стан може призвести до його хронізації, що вплине на майбутнє доросле життя підлітка [4].

Основними факторами, які сприяють розвитку депресії у підлітків, є біологічні, соціальні та психологічні аспекти. Серед біологічних чинників варто виділити спадкову схильність, гормональні зміни та нейрохімічний дисбаланс. Соціальні аспекти включають вплив сім'ї, однолітків та навчального середовища. Деструктивні сімейні відносини, насилля, соціальна ізоляція та високі очікування з боку дорослих створюють несприятливий емоційний фон, що сприяє розвитку депресивних станів. Психологічні чинники включають низьку самооцінку, невпевненість у собі, незадоволення власним зовнішнім виглядом, а також невміння конструктивно долати стресові ситуації. Важливо зазначити, що депресія у підлітків часто є наслідком поєднання цих факторів, що ускладнює її діагностику та лікування.

Особливо значущим є вплив цифрових технологій та соціальних мереж на психологічний стан підлітків. Постійна присутність у віртуальному просторі, порівняння себе з іншими, віртуальна ізоляція та кібербулінг є новими викликами, що впливають на розвиток депресії. Соціальні мережі формують ідеалізований образ життя, якого підлітки прагнуть досягти, але часто не можуть, що спричиняє зниження самооцінки та формує почуття неповноцінності. До цього додається нестача реальних соціальних контактів, які є основою для емоційного розвитку та підтримки. Важливо впроваджувати програми цифрової грамотності, які навчають критично ставитися до контенту, розвивати навички

відповідального користування технологіями та забезпечувати баланс між онлайн і офлайн-життям [5].

Діагностика депресії у підлітків є складним процесом, оскільки симптоми можуть бути неявними або проявлятися в різних формах. Важливу роль у цьому відіграють педагоги, психологи та батьки, які мають бути уважними до змін у поведінці підлітка, таких як зниження інтересу до навчання, замкнутість, відмова від соціальних контактів, агресивність або підвищена тривожність. Варто враховувати, що підлітковий вік є періодом інтенсивних психосоціальних змін, і багато з цих проявів можуть залишитися непоміченими або списуватися на «важкий характер». Водночас важливо уникати стигматизації, яка може ще більше ускладнити процес надання допомоги. Раннє виявлення симптомів депресії є ключовим фактором для ефективного втручання та попередження серйозних наслідків, таких як соціальна ізоляція, самопошкодження або навіть суїцидальні думки [1].

Ефективне лікування депресії у підлітків передбачає комплексний підхід, який включає психологічну підтримку, медикаментозну терапію та створення сприятливого середовища. Важливим елементом цього процесу є індивідуалізація підходів: кожен випадок депресії має свої особливості, і стратегія лікування повинна враховувати вік підлітка, тяжкість симптомів, соціальний контекст та інші супутні фактори. Когнітивно-повідінкова терапія є одним із найефективніших методів, що дозволяє підліткам навчитися розпізнавати та контролювати негативні думки, розвивати навички управління емоціями та вирішення проблем. Залежно від ситуації, можуть використовуватися й інші види психотерапії, зокрема міжособистісна терапія (яка фокусується на покращенні якості стосунків) або діалектико-поведінкова терапія (ефективна при суїцидальних тенденціях і сильній емоційній нестабільності). Медикаментозна терапія використовується лише у складних ситуаціях і проводиться під наглядом фахівців. Крім того, залучення сім'ї до терапевтичного процесу відіграє вирішальну роль у подоланні депресії. Родина має стати не тільки джерелом підтримки, але й активно брати участь у корекції деструктивних моделей поведінки або комунікації. Наприклад, батькам важливо уникати критики чи надмірного контролю, адже це може посилювати почуття провини або тривоги у підлітка. Замість цього варто створювати атмосферу довіри, відкритого діалогу та безумовної підтримки.

Профілактика депресії у підлітків забезпечує формування стійкості до стресу, розвиток емоційного інтелекту та навичок саморегуляції. Це може бути досягнуто через освітні програми, спрямовані на підвищення обізнаності щодо депресії, навчання технік релаксації та управління стресом. Важливу роль у цій програмі відіграють школи, які можуть створити сприятливе середовище для емоційного розвитку підлітків. Учителі та шкільні психологи можуть відігравати ключову роль, пропонуючи емоційну підтримку, забезпечуючи підліткам доступ до ресурсів для розвитку їхнього потенціалу та знижуючи тиск, пов'язаний із навчанням. Включення практик майндфулнесу, арт-терапії або групових занять, спрямованих на розвиток соціальних навичок, також може бути корисним. Також важливою є робота з батьками, які повинні розуміти потреби своїх дітей та надавати їм емоційну підтримку. Особливої уваги заслуговує суїцидальна профілактика серед підлітків. Тут важливо залучати міждисциплінарні команди, що включають шкільних психологів, соціальних працівників, лікарів і громадських активістів. Крім того, необхідно розвивати доступні анонімні сервіси підтримки, такі як гарячі лінії для підлітків, які надають можливість отримати допомогу без страху осуду. Важливим аспектом комплексного підходу є фізична активність, адже регулярні заняття спортом або фізичні вправи позитивно впливають на рівень нейромедiatorів, які відповідають за настрій. Підлітки, які займаються спортом або навіть просто прогулюються на свіжому повітрі, мають менший ризик розвитку депресивних станів. І, звичайно, важливо враховувати вплив цифрового середовища. Зменшення часу, проведеного за екранами, активна участь у реальних соціальних взаємодіях і відпочинок від соціальних мереж можуть суттєво покращити психоемоційний стан підлітка [3].

Депресія у підлітків є складним і багатогранним явищем, яке потребує всебічного вивчення та розробки комплексних підходів до її діагностики, лікування та профілактики. З

огляду на сучасні виклики, зокрема вплив цифрового середовища та соціальні зміни, ця проблема набуває все більшої актуальності. Спільні зусилля батьків, освітян, психологів та суспільства загалом можуть допомогти створити умови, які сприятимуть здоровому психологічному розвитку підлітків та мінімізують ризик виникнення депресивних станів.

Висновки. Депресія у підлітків має багатофакторну природу, зумовлену поєднанням біологічних, психологічних та соціальних чинників. Основні прояви депресії включають емоційну нестабільність, втрату мотивації, соціальну ізоляцію та знижену самооцінку. Ефективна профілактика та терапія депресії у підлітків передбачає створення підтримуючого середовища, раннє виявлення симптомів та використання психологічної підтримки, таких як когнітивно-повідінкова терапія. Важливу роль у подоланні проблеми відіграють школа та сім'я, які можуть сприяти формуванню емоційної стабільності та навичок подолання стресу.

Список використаних джерел

1. Бабатіна С. І. Особливості побудови та змісту життєвої стратегії особистості підліткового віку. *Теоретичні і прикладні проблеми психології: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля*. 2015. № 3. С. 29-38.
2. Богучарова О. І. Внутрішня картина здоров'я як умова формування особистості (спроба проблематизації). *Зб. наук. пр. Ін-ту психол. ім. Г. С. Костюка АПН України*. 2002. № 4(1). С. 11-20.
3. Власенко І. А., Рева О. М. Модель збереження психологічного здоров'я студентської молоді в Україні. *Наук. вісник Херсонського державного ун-ту*. 2020. № 3. С. 90-99.
4. Лазуренко О. О. Емоційність як особливий психологічний феномен і предмет сучасних досліджень. URL: <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v6/i9/25.pdf> (дата звернення: 20.11.2024).
5. Павелків В. Р. Специфіка прояву агресії та деструктивної поведінки в підлітковому віці. *Проблеми сучасної психології*. 2015. № 30. С. 483-494. URL: <http://surl.li/lpwxdv>

УДК 159.942.5

ІГРОВІ ТЕХНОЛОГІЇ В РЕГУЛЯЦІЇ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ДІТЕЙ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ

Косяк Тетяна, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія», 2 курс РДГУ

Науковий керівник: Назаревич В.В., кандидат психологічних наук, доцент

Актуальність дослідження. Для гармонійної взаємодії з соціумом старшим дошкільникам необхідно бути компетентними у світі емоцій і почуттів. Але, як показує практика та науково-практичні дослідження, діти старшого дошкільного віку самостійно ці завдання вирішити не можуть, оскільки розвиток їх емоційної сфери проходить довгий, складний і тернистий шлях. Як стверджував відомий вчений О.Скрипченко, «процес інтеріоризації соціальних вимог, моральних норм, правил поведінки і почуттів надто складний, набагато складніший, ніж процес інтеріоризації інтелектуальних дій, і залежить від низки соціальних, соціально-психологічних та індивідуально-психологічних чинників» [3, с. 97].

Вивчення спеціалізованої психологічної літератури показує те, що різні аспекти проблеми регуляції емоційних станів дітей старшого дошкільного віку є предметом дослідження українських та зарубіжних науковців. Зокрема, дослідженням проблем емоційного розвитку дітей дошкільного віку, наголошуючи на значенні емоцій у розвитку особистості дитини, займалися відомі психологи: Т. Піроженко, О. Ригель, Т. Сущинська, Н. Трофаїла, П.Чопик, З.Шевців, Л.Шульга та інші. І саме вони розкривали взаємозв'язок емоцій з пізнавальною сферою, констатуючи, що дітям потрібна допомога у вираженні

власних емоцій, розумінні почуттів інших, оскільки це обов'язкова умова їх успішної соціалізації. Ігрові технології як засіб виховання, навчання і розвитку дитини розглядали О. Васильченко, М. Веракса, М. Єфименко, Т. Войцях, О. Кононко, Я. Литвиненко, О. Олійник, О. Онисюк, Г. Тарасенко, О. Ригель, П. Сиротюк та інші. Проте питання регуляції емоційних станів дітей в пролонгованому стресі війни з використанням ігрових технологій не висвітлені на достатньому рівні у науково-психологічній літературі.

Моніторинг спеціальних джерел показав, що науковий інтерес до проблеми регуляції емоційних станів дітей зумовлений, з одного боку, не достатнім рівнем висвітлення цієї проблеми у відповідній літературі, а з іншого боку – відсутністю спільного бачення науковцями і практиками шляхів регуляції емоційних станів дітей в пролонгованому стресі війни.

Метою дослідження є теоретичне та експериментальне обґрунтування особливостей використання ігрових технологій в регуляції емоційних станів дітей дошкільного віку в умовах воєнного часу.

Практичне значення дослідження полягає в апробації комплексу діагностичних методик, спрямованих на вивчення домінуючих емоційних станів дітей старшого дошкільного віку в пролонгованому стресі війни, а також в обґрунтуванні, розробці та експериментальній перевірці ефективності програми регуляції емоційних станів дітей старшого дошкільного віку в пролонгованому стресі війни з використанням ігрових технологій.

Виклад основного матеріалу. Метою емпіричного дослідження було виявлення емоційних станів дітей в пролонгованому стресі війни, аналіз факторів, які сприяють їх емоційному неблагополуччю, розкриття внутрішнього ставлення дитини до певної ситуації, що дає непряму інформацію про характер її взаємовідносин з однолітками і дорослими в сім'ї, в закладах дошкільної освіти і поза ними.

У процесі дослідження емоційних станів дітей дошкільного віку в пролонгованому стресі війни були застосовані діагностичні методики, які допомагають виявити домінуючі дитячі емоції, страхи, особливості самооцінки та тривожності. Для цього використовувалися такі методики: «Малюнок сім'ї» [5]; методика «Обери потрібне обличчя» (тест тривожності) Р. Теммла, М. Доркі, В. Амен [4]; методику діагностики дитячих страхів О. Захарова, І. Панфілова [2]; методику на визначення самооцінки «Сходінки» (В. Щур) [1].

Використання методики «Малюнок сім'ї» показало наявність в малюнках характерних ознак, що свідчать про соціально-психологічне неблагополуччя значної кількості дітей, викликане ситуацією в сім'ї, і спричинені цією ситуацією високий рівень тривожності, конфліктності, ворожості і неповноцінності.

Використання методики «Обери потрібне обличчя» дало змогу визначити високий індекс тривожності у 22% дітей, середній – у 46%, низький – у 32%. Використання методики виявлення дитячих страхів дало змогу виявити домінуючі страхи дітей: медичні (20%); заподіяння фізичної шкоди (86%); своєї смерті (94%); тварин (24%); казкових персонажів (42%); темряви (48%); соціальні (32%); просторові (18%), і констатувати значний показник страхів, пов'язаних з війною – фізичної шкоди і своєї смерті. Використання методики «Сходінки» дало змогу виявити адекватну (30%), завищену (36%) і занижену (34%) самооцінку. У підсумку виявилось, що 62% старших дошкільників характеризуються переважно позитивними емоційними станами, але у 38% дітей діагностовано переважно негативні емоційні стани, серед них, зокрема високу тривожність, наявність страхів і занижену емоційну самооцінку, що пов'язуємо в тому числі і з пролонгованим стресом війни. Такі дошкільники потребують залучення до корекційно-розвивальної роботи, зокрема з залученням ігрових технологій.

Нами була розроблена програма регуляції емоційних станів дітей старшого дошкільного віку з використанням ігрових технологій. Розроблена система роботи становить комплекс взаємопов'язаних теоретичних і практичних занять, що побудовані на основі концепції емоційної регуляції діяльності дітей з негативними емоційними станами.

Метою програми регуляції емоційних станів дітей старшого дошкільного віку в пролонгованому стресі війни з використанням ігрових технологій було: допомогти позбавитися стійких негативних емоційних станів, познайомитися із емоціями і почуттями, їх різновидами, позитивними і негативними аспектами емоцій, навчитися керувати своїми емоціями, сформувати почуття внутрішньої стійкості, автономності, усталеності, забезпечити збереження психічного здоров'я, психологічного та психосоматичного благополуччя.

Завдання програми регуляції емоційних станів дітей старшого дошкільного віку в пролонгованому стресі війни з використанням ігрових технологій такі:

- зняття емоційного напруження;
- відпрацювання актуальних станів;
- розвиток відчуття особистісної значущості;
- знайомство з основними емоціями людини;
- навчання засобам ефективної взаємодії (вміння домовлятися, бачити успіхи інших, давати оцінку своїм досягненням);
- заохочення позитивних форм активності (творчості, ініціативи у вирішенні завдань, сприйманні негативних реакцій тощо);
- формування здатності розрізняти засоби вираження різних емоцій, уміння регулювати свої емоційні прояви;
- розвиток гнучкої поведінки, здатності адекватно реагувати на різні життєві ситуації;
- збереження емоційного здоров'я дитини;
- розвиток у дитини впевненості в собі, у своїх можливостях;
- створення умов, що забезпечують свободу самовираження вихованця;
- формування навичок вербальної та невербальної комунікації, толерантного ставлення до оточуючих;
- виховання позитивних моральних рис характеру та емпатії;
- забезпечувати відчуття сили та цінності власного «Я» дитиною.

Основою програми регуляції емоційних станів дітей старшого дошкільного віку в пролонгованому стресі війни з використанням ігрових технологій стала гра. Оскільки, саме навколо ігрового сюжету створюється зміст різних видів діяльності та пропонуються доступні завдання відповідно до можливостей дітей. Загалом програма регуляції емоційних станів дітей старшого дошкільного віку в пролонгованому стресі війни була побудована на поєднанні ігрових і тренінгових вправ, спрямованих на формування адекватної самооцінки. У заняття включалися також ігрові вправи, що спрямовані безпосередньо на розвиток когнітивної, емоційної і поведінково-мотиваційної складових Я-концепції дитини. Ігрова діяльність сприяла дітям з різним рівнем регуляції емоційних станів опинитись в ситуації успіху та сформувати необхідні дії.

Програму регуляції емоційних станів дітей старшого дошкільного віку в пролонгованому стресі війни з використанням ігрових технологій упроваджено з дітьми, які за результатами психологічної діагностики продемонстрували переважно негативні емоційні стани. Ефективність запропонованої програми регуляції емоційних станів дітей старшого дошкільного віку в пролонгованому стресі війни, розроблену з використанням ігрових технологій, виявляли шляхом порівняння результатів виконання цими дітьми методик на констатувальному і контрольному етапах експерименту.

Висновки. Узагальнення показників усіх використаних методик дало змогу визначити типи прояву домінуючих емоційних станів дітей дошкільного віку в пролонгованому стресі війни – позитивний (62%) і негативний (38%). Показано, що діти з переважно негативними емоційними станами потребують залучення до корекційно-розвивальної роботи, а використання ігрових технологій сприяє отриманню кращих результатів. Повторне узагальнення отриманих даних засвідчило, що 50% дошкільнят характеризуються переважно позитивними емоційними станами (було у 0%). Проте залишилося 50% дітей, у яких виявлено переважно негативні емоційні стани, серед них, зокрема висока тривожність, наявність страхів і занижена емоційна самооцінка, яку пов'язуємо в тому числі і з пролонгованим стресом війни (було у 100%). Це дає змогу стверджувати про ефективність програми регуляції емоційних станів дітей старшого дошкільного віку з використанням ігрових технологій.

Отримані результати дослідження підштовхують до необхідності подальшого використання ігрових технологій в регуляції емоційних станів дітей старшого дошкільного віку в пролонгованому стресі війни. Зокрема, подальші наукові дослідження можуть бути здійснені у контексті емпіричного вивчення особливостей використання тренінгових чи інших технологій в регуляції емоційних станів дітей в пролонгованому стресі війни, в порівняльному аспекті.

Список використаних джерел

1. Алексеева Ю.А., Артемчук О. Г., Шишова О. М. Психодіагностика дітей і підлітків : навч.-метод. посіб. Київ : НПУ ім. М. Драгоманова, 2011. 108 с.
2. Бобро Л.В. Виховання у старших дошкільників уміння долати страх : навч.-метод. посіб. Ніжин : Вид. НДУ ім. Миколи Гоголя, 2017. 74 с.
3. Вікова та педагогічна психологія : навч. посіб. / за ред. О.В. Скрипченка, Л.В. Долинської, З.В. Огороднійчук та ін. Київ : Каравела, 2007. 344 с.
4. Михайлов Б.В., Колеснік Н.М. Модифікація тесту тривожності Р. Теммла, М. Доркі, В. Амен (методика «Обери потрібне обличчя») для поглибленого дослідження тривожності у дітей шкільного віку. Чоловіче здоров'я, гендерна та психосоматична медицина. 2016. №2(04). С. 41-48. URL : <http://uimh.org/?op=1&z=46&i=6>.
5. Психологу для роботи: діагностичні методики : збірник / за ред. М.В. Лемак, В.Ю. Петрищевої. Ужгород : Вид. О. Гаркуші, 2011. 616 с.

УДК 159.942.5

ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ТРИВОЖНО-ДЕПРЕСИВНИХ СТАНІВ ДОРΟΣЛИХ СЕРЕДНЬОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ЕМОЦІЙНО-ОБРАЗНОЇ ТЕРАПІЇ

**Кравцова Світлана, здобувач ОС «магістр»,
спеціальності 053 «Психологія», 2 курс РДГУ**

Науковий керівник: Рудюк О.В., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. Тривожно-депресивні стани є однією з найпоширеніших проблем сучасного суспільства. Вони значно впливають на якість життя людини, її соціальну активність, професійну реалізацію та емоційний добробут. Особливо вразливою групою у цьому контексті є дорослі середнього віку, які переживають численні життєві трансформації: переоцінку цінностей, кризи середнього віку, зміни у сімейних відносинах, кар'єрні виклики. У таких умовах психологічна допомога стає важливим інструментом, а емоційно-образна терапія (ЕОТ) постає як ефективний метод для корекції тривожно-депресивних станів. Цей підхід дає змогу досліджувати й опрацьовувати емоційні переживання через образи, що

виникають у свідомості, стимулюючи глибоке розуміння та позитивну трансформацію внутрішнього стану людини.

Емоційно-образна терапія є методом, який базується на роботі з уявою, метафоричними образами, символами та внутрішніми переживаннями. Основоположником ідей, які лягли в основу цього підходу, вважають італійського психотерапевта Роберто Ассаджолі, який розробив метод психосинтезу. Психосинтез, як ідея, спрямований на інтеграцію особистості та гармонізацію внутрішнього світу, а ЕОТ можна розглядати як розвиток цієї концепції. Підхід дозволяє людині через роботу з уявою змінити своє ставлення до травматичних подій, трансформувати негативний емоційний досвід та знайти внутрішні ресурси для вирішення актуальних проблем [1].

У дорослих середнього віку тривожно-депресивні стани нерідко спричинені високим рівнем життєвого стресу, необхідністю балансувати між професійними та сімейними обов'язками, а також пошуком сенсу життя у період екзистенційної кризи. Ці стани характеризуються постійним відчуттям напруження, страхом, безсиллям і часто супроводжуються зниженням самооцінки, втратою інтересу до життя, апатією. Важливим завданням психотерапевта є допомога клієнту у розумінні глибинних причин цих станів, а також у пошуку способів їхньої корекції.

ЕОТ дозволяє клієнту безпечно досліджувати свої емоції, які часто важко вербалізувати через складність усвідомлення або соціальні табу. Уявні образи, що виникають під час терапії, виступають своєрідним «дзеркалом» внутрішнього світу, даючи змогу клієнту дослідити свої емоції у новому світлі. Наприклад, клієнт може уявити свою тривогу у вигляді конкретного образу — наприклад, темної хмари чи мотузки, що зв'язує його рухи. Завдяки цьому образу він не лише усвідомлює свій стан, а й може працювати над його трансформацією, перетворюючи цей образ на щось позитивне чи нейтральне [2]. Один із ключових аспектів ЕОТ — це здатність створювати нові, ресурсні образи, які допомагають клієнту знайти сили для подолання труднощів. Дослідження показують, що під час візуалізації позитивних образів у клієнта активізуються ті ділянки мозку, які відповідають за почуття задоволення та внутрішнього спокою. Наприклад, клієнт може уявити себе у місці, яке викликає у нього почуття безпеки та гармонії — у лісі, на морському узбережжі або у затишному будинку. Завдяки повторенню таких візуалізацій формується новий емоційний досвід, який допомагає подолати тривогу та депресію [3].

Емоційно-образна терапія також акцентує увагу на творчості, яка є важливим елементом роботи із психічними станами. Через творчість клієнт має можливість виразити свої переживання, які часто буває складно передати словами. У ході терапії використовуються різні форми творчої діяльності: малювання, створення метафоричних історій, складання віршів або навіть тілесно-орієнтовані вправи, пов'язані з рухами, які відповідають емоціям. Це сприяє глибокій інтеграції терапевтичного досвіду та закріпленню позитивних змін у психіці клієнта [4].

Практичні дослідження у галузі ЕОТ свідчать про її ефективність у роботі з тривожно-депресивними станами. У результаті терапії клієнти демонструють не лише зменшення рівня тривожності та депресії, а й зростання загального почуття задоволеності життям, поліпшення соціальних контактів і підвищення самооцінки. Особливо ефективною терапія є для клієнтів, які пережили травматичні події або перебувають у стані тривалої емоційної напруги. Наприклад, у роботі з людьми, які переживають втрату близьких чи професійну кризу, метод ЕОТ дозволяє їм знайти нові шляхи переосмислення життєвого досвіду та формування майбутніх цілей.

Ключову роль у процесі терапії відіграє терапевт, який створює безпечний і довірливий простір для клієнта. Ефективність ЕОТ значною мірою залежить від того, наскільки терапевт здатний бути чутливим до потреб клієнта, розуміти його унікальний досвід і підтримувати в його прагненні до змін. Важливо, щоб терапевт не нав'язував клієнту своїх інтерпретацій, а дозволяв йому самому досліджувати й осмислювати власні образи. Такий підхід сприяє глибокій інтеграції терапевтичного досвіду та закріпленню позитивних змін [2]. Однак варто зазначити, що ЕОТ має свої обмеження і не є універсальним методом.

Вона може бути менш ефективною для клієнтів, які мають труднощі з візуалізацією або не готові до роботи з уявою. У таких випадках терапевту важливо адаптувати методику до потреб клієнта, комбінуючи її з іншими підходами, наприклад когнітивно-поведінковою терапією чи тілесно-орієнтованими техніками. Крім того, для досягнення стабільного результату необхідно, щоб клієнт був готовий до активної участі у процесі терапії та мав достатній рівень мотивації [3].

Висновки. Загалом емоційно-образна терапія є потужним інструментом у корекції тривожно-депресивних станів дорослих середнього віку. Вона дозволяє глибоко працювати з емоційним світом клієнта, допомагаючи йому знайти гармонію та рівновагу у складних життєвих обставинах. Її унікальність полягає у можливості створення нового емоційного досвіду, що є ключовим етапом у подоланні тривоги та депресії. З огляду на актуальність проблеми психічного здоров'я у сучасному суспільстві, поширення та розвиток цього методу є надзвичайно важливими для забезпечення якісної психологічної допомоги.

Список використаних джерел

1. Assagioli, R. (2000). *Psychosynthesis: A Manual of Principles and Techniques*. The Synthesis Center.
2. Corey, G. (2015). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Cengage Learning.
3. Siegel, D. J. (2010). *The Mindful Therapist: A Clinician's Guide to Mindsight and Neural Integration*. W. W. Norton & Company.
4. Malchiodi, C. A. (2006). *Expressive Therapies*. The Guilford Press.

УДК 159.9.019.4(091)

ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ АГРЕСІЇ: РЕТРОСПЕКТИВНИЙ АНАЛІЗ

Кравчук Ірина, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія», 2 курс, РДГУ

Науковий керівник: Кулаков Р. С., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. В сучасному світі через ускладнення соціального життя, зростання конкуренції, адаптаційні проблеми, розширення інформаційного поля, агресивна поведінка зустрічається дедалі частіше. Військові дії на території України, зниження рівня життя, безробіття, необхідність швидких перебудов з одного стилю життя на інший негативно позначаються на особистості, як у соціальному, так і в психологічному вимірі.

Агресія – це стиль поведінки, спрямований на завдання іншій людині психологічної чи фізичної шкоди. На жаль, у сучасному суспільстві побутовий прояв агресивної поведінки, у тому числі в дуже небезпечних формах, трапляється все частіше. І правильне розуміння всього комплексу психологічних детермінант агресії сьогодні є дуже актуальною та важливою проблемою, яка вимагає грамотного та глибокого психологічного підходу до її вивчення.

Мета дослідження – проаналізувати та узагальнити існуючі наукові відходи щодо трактування та класифікації психологічних детермінант агресії.

Виклад основного матеріалу дослідження. Варто зауважити, що агресивна поведінка, як і більшість психічних явищ, не виникає спонтанно. Увага вчених давно сконцентрована на знаходженні її психологічних детермінант. Проте, у різних концепціях можна спостерігати найрізноманітніше бачення цієї проблеми.

З. Фрейд вважав, що агресивна поведінка обумовлена енергією, яка постійно накопичується внаслідок взаємодії двох основних інстинктів і вивільняється під впливом зовнішніх обставин. Подібну точку зору висловлював К. Лоренц, стверджуючи, що для прояву агресії необхідне накопичення агресивної енергії та відповідний стимул із зовнішнього середовища. У теорії фрустрації-агресії головною причиною агресивної

поведінки є фрустрація – стан розчарування, спричинений неможливістю досягти бажаної мети. У подальших теоретичних підходах до цієї моделі додавалися такі фактори, як емоції людини, певні передумови для агресії тощо [7, с. 93].

А. Адлер, представник індивідуальної психології, підкреслював важливість агресивного мотиву, вважаючи агресивність невід'ємною рисою психічного життя особистості. На його думку, агресивний мотив виникає через труднощі в задоволенні органічних потреб. Згодом Адлер переглянув свою концепцію, віддавши пріоритет не агресивному мотиву, а прагненню до досконалості [4, с. 274].

Відомий дослідник Л. Берковіц у своїй книзі «Агресія: причини, наслідки та контроль» [4] аналізує дві ключові концепції, які пояснюють виникнення агресивної поведінки. Згідно з першою концепцією, агресія, зокрема напад або подібні дії, є переважно імпульсивною реакцією. У цьому випадку тригером агресивної поведінки виступає зовнішня подія, яка викликає у людини сильний емоційний стан. Друга концепція розглядає агресію як свідомий і цілеспрямований вчинок, спрямований на досягнення певних вигод.

Вітчизняна дослідниця О. Л. Кононко вважає, що основними психологічними чинниками агресивної поведінки є дефіцит любові та уваги з боку важливих людей, зокрема батьків, прагнення до автономії та незалежності, неспроможність конструктивно діяти в конфліктних ситуаціях, використання агресії як захисної реакції, дисгармонія у розвитку внутрішнього світу, несформованість адекватної самооцінки та «Я-концепції». До цього додаються труднощі у спілкуванні, невміння досягати високих результатів у діяльності, а також такі фактори, як втома, перенапруження і погане самопочуття [3, с. 81-82].

Дослідники І. В. Астремська та Ю. Г. Жайворонок вказують на існування низки факторів, які визначають виникнення, характер, форми та прояви агресивності. Серед цих чинників вони виділяють вік, стать, рівень освіти, расово-етнічну приналежність, професійну діяльність, психофізіологічні особливості, а також соціальні та соціокультурні аспекти [1, с. 113].

Науковці В. В. Огоренко, Р. М. Тимофєєв та А. В. Шорніков зазначають, що ймовірність агресивної поведінки визначається такими чинниками:

1) рівень фізіологічного збудження: чим вищий рівень емоційного збудження, тим більша ймовірність агресії. Особливо це стосується випадків хибної атрибуції, коли причиною збудження вважається інша особа, що підвищує ризик агресії, тоді як усвідомлення іншого джерела може його знизити.

2) досвід підкріплення агресії: якщо в минулому агресивна поведінка допомагала вирішити проблему або задовольнити потребу, це збільшує ймовірність повторення такої поведінки.

3) фрустрація та аверсивні подразники: стан фрустрації чи вплив подразників, таких як біль, шум або тютюновий дим, у поєднанні з домінуванням емоції гніву (але не страху), підвищує ризик агресії. Гнів сприяє агресивній поведінці, тоді як страх її знижує [6, с. 49].

Професор В. І. Тимошенко вважає фрустрацію основною психологічною детермінантою агресивної поведінки. На його думку, фрустрація виникає внаслідок невідповідності між рівнем амбіцій людини та її реальними досягненнями. У такому емоційному стані людина може вдатися до образ чи фізичних нападів на тих, кого вважає причиною свого розчарування [9, с. 58].

Багато дослідників зосереджують увагу на психологічних чинниках, які впливають на дитячу агресію. Українська науковиця Н. В. Яськова виділяє кілька ключових детермінант агресивної поведінки у дітей. Серед них вона називає: по-перше, емоційні порушення, що виникають внаслідок ускладнень у пренатальному чи натальному періодах; по-друге, взаємини у сім'ї та вплив сімейного виховання; по-третє, вплив перегляду телебачення, надмірного захоплення комп'ютерними іграми, а також взаємини з однолітками та атмосферу у дитячому колективі [15, с. 35].

Дослідники дитячої агресії Н. А. Грицай та Е. І. Мойсеєнко зазначають, що причини агресивної поведінки можуть бути різноманітними. Серед них вони виділяють: по-перше, соматичні захворювання або патології головного мозку, які сприяють формуванню

агресивних рис; по-друге, вплив особливостей сімейного виховання, включаючи характер спілкування в родині та застосування покарань; по-третє, значний негативний вплив на психологічний стан дитини має телебачення [2, с. 227-228].

Заслуговує на увагу позиція Т. Є. Кукурудзи, яка виділяє такі детермінанти дитячої агресивності: незадоволення біологічних потреб; спроби дорослих нав'язати загальноприйняті навички; обмеження прагнення дитини до самостійності та відхилення її ініціатив; приниження, суперництво, наслідки фрустрації, а також засвоєння моделей агресивної поведінки в сімейному середовищі [5, с. 77].

Психолог О. В. Яковлева визначає такі детермінанти, що впливають на прояви агресії у дітей: соціально-економічне та політичне становище сучасного суспільства; моральні норми поведінки, що формуються соціальними умовами; умови сімейного виховання; взаємодія з однолітками; характер і система виховання, що призводять до звички використовувати агресивні дії для досягнення своїх цілей; вікові та індивідуальні особливості дітей; соматичне здоров'я, психічні захворювання; моделі агресивної поведінки в засобах масової інформації; фізичні умови середовища, такі як висока щільність населення в великих містах або неможливість дотримуватися приватності [13, с. 297].

Нестандартний підхід до вивчення причин агресії представлений у теорії М. В. Шустікової, яка виділяє генетичні та середовищні фактори агресивної поведінки. За її словами, формування та рівень агресії залежать від активності генів, які відповідають за взаємодію генетичних і медіаторних систем із зовнішніми стимуляторами, а також змінюють свій транскрипційний статус під впливом розвитку дисбалансу в активності моноамінергічних систем під впливом середовищних чинників [11, с. 113].

М. О. Ярмольчик, у свою чергу, вважає, що психологічною детермінантою агресивної поведінки часто є психологічне навантаження, яке посилюється різноманітними стресовими факторами. В таких умовах прояви агресії є природною реакцією, але вони можуть викликати нервову нестабільність і конфлікти. Підвищена агресивність, що виникає через зовнішні чинники, може загострюватися емоційною напругою та постійним страхом за власне життя [14, с. 109].

О. В. Щербатюк, досліджуючи зв'язок між агресією в професійній діяльності та детермінантами, що на неї впливають, стверджує, що ймовірність агресивної поведінки зростає за таких умов: синдром «професійного вигорання», екстернальний тип суб'єктивного контролю, незадоволеність роботою, низький рівень особистісної зрілості, слабкий самоконтроль, емоційна нестабільність, схильність до домінування, схильність до переживань, почуття провини та низька самооцінка [12, с. 236].

Інший дослідник, Л. М. Руденко, серед факторів, що визначають агресивну поведінку, виділяє такі: біолого-психологічні (генетичні, гормональні, нейромедіаторні, нейроанатомічні, статеві), особистісно-психологічні (когнітивні, емоційні, вольові риси особистості, а також особливості її несвідомої сфери), соціально-психологічні чинники, зокрема мікросоціальні (зловживання алкоголем і наркотиками батьками, байдужість до виховання дитини, недостатній рівень її соціалізації, вплив асоціального середовища на процеси виховання та соціалізації тощо) та макросоціальні (соціальні, економічні, політичні, демографічні та інші процеси) [8, с. 233-234].

На нашу думку, найбільш точно психологічні детермінанти прояву агресії описала професор О. М. Цільмак. Вона вважає, що виникнення агресії обумовлене впливом певних об'єктивних та суб'єктивних чинників. Серед них науковець виділяє:

1. Індивідуально-психологічні детермінанти: негативні риси характеру особистості, такі як негативізм, жадібність, жорстокість, хитрість, заздрісність, низький рівень інтелекту, емоційна нестабільність, ригідність, підозрілість та інші; деструкція особистості, патологічні риси характеру; негативні установки, що знецінюють моральні, правові, естетичні та етичні норми, а також ексцентричні переконання (наприклад, параноїдальні ідеї); відсутність позитивних життєвих цілей та прагнень; інтенсивний негативний настрій із невивільненими емоціями (гнів, злість, образа тощо).

2. Психофізіологічні детермінанти: домінування моторної активності над розумовою та сенсорною; невротичні реакції; переважання процесів збудження над гальмуванням; неспроможність витримувати тривале емоційне напруження; нездатність до тривалого навантаження сенсорних систем у монотонних умовах.

3. Психофізичні детермінанти: важкі хронічні та соматичні захворювання; психічне і фізичне перевтомлення; черепно-мозкові травми, зокрема ушкодження окремих ділянок головного мозку (наприклад, амігдали або вентромедіальних ядер гіпоталамуса).

4. Психолого-педагогічні детермінанти: психологічна некомпетентність особи; відсутність індивідуального підходу до особистості; неадекватні виховні заходи; байдужість, нетактовність та дратівливість з боку оточення; заниження оцінки діяльності і блокування особистісного розвитку; відмова вчасно допомогти та нерозуміння емоційного стану особистості; навчання агресивному поведінню; зловживання батьками покараннями та їх жорстоке ставлення.

5. Соціально-психологічні детермінанти: несприятливі умови взаємодії особи з найближчим оточенням, у родині та на роботі; прагнення уникати тиску обов'язків і вимог; образа на долю та конкретних осіб; важкий емоційний клімат у родині (алкоголізація близьких, нерозуміння з боку оточення, постійні конфлікти). [10, с. 40].

Висновки. Отже, на основі проведеного теоретичного дослідження, можна стверджувати, що ймовірність появи агресивної поведінки залежить від цілого комплексу психологічних детермінант.

Список використаних джерел

1. Астремська І. В., Жайворонок Ю. Г. Теоретичні аспекти проблеми дослідження агресивної поведінки особистості. *Наукові праці Чорноморського державного університету імені Петра Могили*. 2013. № 213. С. 111-115.
2. Грицай Н. А., Мойсеєнко Е. І. Дитяча агресивність та причини її виникнення. *Педагогіка вищої та середньої школи*. 2004. № 9. С. 226-228.
3. Кононко О. Л. Дитяча агресія: специфіка, причини виникнення, виховання вміння її долати. *Нова педагогічна думка*. 2019. № 3. С. 80-85.
4. Кравченко В. О. Система детермінант агресивних проявів особистості шульги (лівші) в українському суспільстві. *Українознавчий альманах*. 2010. № 2. С. 274-276.
5. Кукурудза Т. Є. Причини виникнення підліткової агресії. *Social work and education*. 2014. №1. С. 75-79.
6. Огоренко В. В., Тимофєєв Р. М., Шорніков А. В. Агресивна поведінка: від теорії до практики. *Український вісник психоневрології*. 2021. № 29(3) С. 48-51.
7. Пінегіна Н. М., Чуприкова Є. В. Теоретичні погляди на проблему причин виникнення агресії. *Вісник наукових конференцій*. 2018. № 9-3. С. 92-94.
8. Руденко Л. М. Детермінанти виникнення агресивної поведінки. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка*. 2012. № 19(1). С. 231-242.
9. Тимошенко В. І. Агресивна поведінка: її сутність та причини. *Бюлетень Міністерства юстиції України*. 2015. № 6. С. 55-63.
10. Цільмак О. М. Психологічні детермінанти прояву агресії. *Наука і освіта: наук.-практ. журнал*. 2005. № 1-2. С. 38-41.
11. Шустікова М. В. Генетичні та середовищні детермінанти агресивної поведінки. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна*. 2005. № 709(1-2). С. 111-115.
12. Щербатюк О. В. Проблема детермінації та проявів агресивності у професійній діяльності. *Науковий вісник Сіверщини*. 2022. № 2. С. 230-239.
13. Яковлева О. В. Причини агресивної поведінки молодших школярів. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. 2015. № 1. С. 296-302.

14. Ярмольчик М. О. Агресія та тривожність як детермінанти вибору копінг-стратегій військовослужбовців під час декомпресії. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*. 2021. Т. 32(71). № 2. С. 109-114.

15. Яськова Н. В. Причини виникнення агресивної поведінки учнів молодших класів та основні напрями корекційно-профілактичної діяльності. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2016. № 2. С. 33-36.

УДК 159.923.2

РОЛЬ ДЕРЖАВНИХ ТА ГРОМАДСЬКИХ ІНІЦІАТИВ У ПІДТРИМЦІ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ВПО ПІСЛЯ ОКУПАЦІЇ

Любчик Олександра, здобувач ОС «магістр» 1 курс, РДГУ

Керівник: Безлюдна В. І. кандидат педагогічних наук, професор

Внаслідок російської військової агресії та тимчасової окупації українських територій сотні тисяч громадян опинилися в умовах фізичного та психологічного тиску, що призвело до глибоких травматичних переживань. Внутрішньо переміщені особи, які пережили окупацію, зазнали не лише втрати домівки, а й тривалого впливу страху, насильства, інформаційної ізоляції та порушення базових прав. Наслідки таких переживань часто проявляються у вигляді посттравматичного стресового розладу, депресивних і тривожних станів, що ускладнює їхню соціальну адаптацію після евакуації. У цьому контексті особливо важливою є роль державних і громадських ініціатив у створенні доступних і ефективних програм психологічної підтримки для ВПО, які пережили окупацію. Попри наявність окремих державних заходів, проблема комплексної реабілітації таких осіб залишається гострою через нестачу ресурсів, кваліфікованих фахівців та адаптованих до воєнних умов методик допомоги. Аналіз ефективності взаємодії державних і громадських структур у цій сфері є ключовим для розробки довгострокових стратегій психологічної підтримки, які сприятимуть не лише індивідуальному відновленню ВПО, а й загальній стабілізації українського суспільства в умовах війни.

Метою публікації є аналіз ролі державних та громадських ініціатив у забезпеченні психологічної підтримки внутрішньо переміщених осіб, які пережили окупацію, для розробки ефективних стратегій їхньої соціальної адаптації та ментального відновлення.

Ментальне здоров'я – це стан психологічного та емоційного благополуччя, за якого людина може ефективно справлятися зі стресами, продуктивно працювати, взаємодіяти з суспільством і робити внесок у спільноту. Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) визначає ментальне здоров'я як невід'ємну частину загального здоров'я, що включає когнітивний, емоційний та соціальний аспекти функціонування людини [1, с.47]. Для підтримки ментального здоров'я внутрішньо переміщених осіб (ВПО) після пережитої окупації в Україні впроваджено низку державних ініціатив. Вони спрямовані на надання психологічної допомоги, створення умов для соціальної адаптації та забезпечення доступу до необхідних послуг. У співпраці з міжнародними партнерами та громадськими організаціями держава реалізує програми, що охоплюють як професійну психологічну підтримку, так і інтеграційні заходи. В табл.1. подано ключові державні ініціативи, які вже впроваджено для допомоги ВПО.

Таблиця 1

Комплекс державних заходів України з підтримки ментального здоров'я внутрішньо переміщених осіб після окупації

№ п.п.	Ініціатива	Опис
1.	Всеукраїнська програма ментального	Ініційована першою леді Оленою Зеленською, програма спрямована на формування культури піклування про ментальне здоров'я та забезпечення доступу до психологічної

	здоров'я «Ти як?»	підтримки для всіх українців, включаючи ВПО.
2.	Центри життєстійкості	У межах програми «Ти як?» створено Центри життєстійкості в понад 200 громадах. Вони надають індивідуальну та групову психологічну підтримку, допомагаючи ВПО адаптуватися до нових умов життя та долати наслідки стресу.
3.	Психосоціальна підтримка через сімейних лікарів	Майже 12 тисяч лікарів первинної медичної допомоги пройшли навчання за програмою ВООЗ mhGAP і надають базову психічну допомогу ВПО. За потреби вони перенаправляють пацієнтів до спеціалізованих фахівців.

Джерело: складено автором на основі [1-3]

Аналіз державних ініціатив, спрямованих на підтримку ментального здоров'я внутрішньо переміщених осіб (ВПО) у постокупаційний період, свідчить про багатовекторність та системний підхід у вирішенні цього комплексного завдання. Запроваджені програми охоплюють широкий спектр заходів – від інтеграції психологічної допомоги в систему первинної медичної ланки до створення спеціалізованих центрів психосоціальної підтримки та соціальних адаптаційних механізмів. Особлива увага приділяється забезпеченню доступності психологічної допомоги, її інтеграції в загальну систему охорони здоров'я та соціального захисту, що сприяє ефективному реагуванню на виклики, з якими стикаються ВПО.

Водночас, актуальним залишається питання подальшого розширення цих програм, їх фінансового та кадрового забезпечення, а також удосконалення механізмів взаємодії між державними структурами, громадськими організаціями та міжнародними партнерами.

В табл. 2 представлено пріоритетні напрями вдосконалення державних та громадських ініціатив у підтримці ментального здоров'я внутрішньо переміщених осіб після окупації.

Таблиця 2

Пріоритетні напрями вдосконалення державних та громадських ініціатив у підтримці ментального здоров'я внутрішньо переміщених осіб після окупації

№ п.п.	Назва напрямку	Опис	Можливі джерела фінансування
1.	Розширення доступу до психологічної допомоги	Створення нових центрів підтримки, мобільних груп допомоги, навчання психологів	Державний бюджет, міжнародні гранти, гуманітарні фонди
2.	Інтеграція психосоціальної підтримки в систему охорони здоров'я	Навчання сімейних лікарів та соціальних працівників для раннього виявлення психологічних проблем	Міністерство охорони здоров'я України, ВООЗ, міжнародні організації
3.	Розвиток онлайн-платформ для психологічної підтримки	Запуск мобільних додатків, онлайн-консультацій, чат-ботів для ВПО	Грантові програми ЄС, підтримка ІТ-компаній, державне фінансування
4.	Соціальна адаптація ВПО через освітні та професійні програми	Програми перекваліфікації, навчальні курси, сприяння працевлаштуванню	Міністерство освіти і науки України, міжнародні фонди, ЄС

5.	Зменшення стигматизації ментальних розладів серед ВПО	Інформаційні кампанії, соціальні проєкти, платформи підтримки та обміну досвідом	Державні програми, медіа-гранти, соціальна реклама
----	---	--	--

Джерело: Складено автором на основі наукових повідомлень

Запропоновані напрямки покращення державних та громадських ініціатив у підтримці ментального здоров'я ВПО після окупації відображають ключові аспекти, необхідні для ефективної допомоги цій вразливій категорії населення.

Розширення доступу до психологічної допомоги є пріоритетним, оскільки багато ВПО не мають можливості отримати кваліфіковану підтримку через нестачу спеціалістів та відповідної інфраструктури. Це є надзвичайно важливим, оскільки багато переміщених осіб опинилися в громадах, де можливості для отримання якісної психологічної допомоги обмежені або повністю відсутні. Інтеграція психосоціальної допомоги в систему охорони здоров'я дозволить забезпечити більш системний підхід, зменшити бар'єри в доступі до послуг та охопити більшу кількість людей. Розвиток онлайн-платформ значно підвищить доступність допомоги, дозволяючи ВПО отримувати консультації незалежно від місця перебування. Це є ефективним рішенням для тих ВПО, які через фізичні, географічні чи соціальні бар'єри не можуть отримати очну консультацію.

Професійна адаптація відіграє важливу роль у покращенні ментального здоров'я, оскільки стабільне працевлаштування та економічна незалежність сприяють відновленню психологічної рівноваги та зниженню рівня стресу. Зменшення стигматизації ментальних розладів є важливим елементом, оскільки суспільні упередження можуть перешкоджати людям звертатися за допомогою. Дуже часто внутрішньо переміщені особи стикаються з нерозумінням, соціальними упередженнями та відсутністю підтримки, що може погіршувати їхній психологічний стан. Зменшення стигматизації сприятиме формуванню культури турботи про ментальне здоров'я та відкритому діалогу в суспільстві.

Кожен із запропонованих напрямків вище є необхідним для створення ефективної системи допомоги ВПО, що дозволить не лише забезпечити короткострокову підтримку, а й сприятиме їхній довгостроковій соціальній інтеграції та психологічному відновленню.

Висновки. Державні та громадські ініціативи є важливими інструментами підтримки ментального здоров'я ВПО після пережитої окупації, сприяючи їхньому психологічному відновленню та соціальній інтеграції. Запроваджені заходи зосереджені на розширенні доступу до психологічної допомоги, інтеграції психосоціальної підтримки в систему охорони здоров'я, розвитку онлайн-платформ, освітніх і професійних програм, а також на боротьбі зі стигматизацією ментальних розладів. Незважаючи на позитивні зрушення, подальший розвиток цих програм потребує посилення ресурсного забезпечення, розширення міжсекторальної взаємодії та впровадження комплексних підходів до психологічної реабілітації. Забезпечення сталості цих ініціатив є необхідною умовою для відновлення психологічного благополуччя ВПО та загальної соціальної стабільності в умовах війни та післявоєнної відбудови.

Список використаних джерел

1. Захист і підтримка ментального здоров'я українців в умовах воєнного стану: виклики і відповіді : монографія / НАПН України; за заг. ред. В. Г. Кременя; В. Г. Панок, С. Д. Максименко, М. М. Слюсаревський, Л. І. Прохоренко, Н. В. Чепелева, Т. І. Куліш, С. Л. Чуніхіна, І. Г. Губеладзе, І. І. Ткачук, Н. А. Ярмола. Київ, 2024. 188 с. URL: surl.li/ppzldl (дата звернення: 03.02.2025).
2. Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?» URL: <https://howareu.com/> (дата звернення: 03.02.2025).
3. Центри життєстійкості URL: <https://decentralization.ua/news/18119> (дата звернення: 03.02.2025).

4. 17 000 сімейних лікарів пройшли навчання mhGAP, майже 10 000 із них вже надають безоплатні послуги з охорони ментального здоров'я URL: surl.li/uwyijy (дата звернення: 03.02.2025).

УДК 159.922.7

РОЛЬ ІГРОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В РОЗВИТКУ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Луцак Ольга, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальності 053 «Психологія», 2 курс ПНУ імені Василя Стефаника;

Опанасюк Ірина, кандидат психологічних наук, викладач ПНУ імені
Василя Стефаника

Постановка проблеми зумовлена необхідністю глибшого розуміння ролі ігрової діяльності в розвитку дітей молодшого дошкільного віку. Це дозволить розробити ефективніші методи навчання та виховання дітей у дитячих садках, а також сприятиме кращому засвоєнню соціальних, емоційних та пізнавальних навичок.

Молодший дошкільний вік, який охоплює період від 3 до 4 років, є особливо важливим етапом в житті дитини, коли вона активно досліджує навколишнє середовище і формує базові навички спілкування та пізнання. В цей період саме ігрова діяльність стає основним інструментом розвитку, оскільки дозволяє дітям не лише виражати свою творчу уяву, але й адаптуватися до вимог соціального середовища. Однак вплив ігор на психічний розвиток дітей часто недооцінюється, і ця проблема потребує детальнішого вивчення.

Мета повідомлення полягає у вивченні ролі ігрової діяльності в розвитку психічних процесів дітей молодшого дошкільного віку та визначенні її впливу на формування когнітивних, емоційних і соціальних навичок.

Ігрова діяльність є одним із провідних видів діяльності дітей дошкільного віку, зокрема молодшого дошкільного віку (3-4 роки), де дитина, вступаючи в гру, не тільки відтворює навколишній світ, але й наділяє його новими змістами, перетворює предмети і ситуації, надаючи їм нового сенсу відповідно до своїх уявлень і бажань. Згідно з психологами (Л.С. Виготський, Д.Б. Ельконін, Ж. Піаже), гра є головним видом діяльності дітей дошкільного віку, яка впливає на всі аспекти їхнього розвитку[3, с. 116-129]. Під час гри діти взаємодіють із навколишнім світом через символічні дії, уяву та творчість, що стимулює розвиток базових психічних процесів, таких як мислення, увага, пам'ять, мовлення та уява[4, с. 34-47]. Ігри, що включають логічні завдання, такі як складання пазлів або будівництво конструкцій з кубиків, сприяють формуванню логічного та просторового мислення. Завдяки таким іграм дитина навчається бачити причинно-наслідкові зв'язки між предметами та явищами, опановує здатність узагальнювати й порівнювати різні об'єкти, що є важливою частиною розвитку когнітивних навичок [2, с. 33-36].

Увага, як психічний процес, в дошкільному віці є мимовільною: дитина звертає увагу на яскраві або нові об'єкти в грі, але поступово ігрова діяльність допомагає їй свідомо керувати своєю увагою. Ігри з правилами, наприклад настільні ігри або рухливі ігри на кшталт хованок, допомагають дитині навчитися концентруватися на певних умовах гри. Це сприяє розвитку довільної уваги, коли дитина вчиться слідувати за правилами і контролювати свою діяльність.

Однак у процесі гри поступово розвивається і довільна пам'ять. Це відбувається під час ігор з правилами, де дитина має запам'ятати інструкції, послідовність дій або особливості ігрового середовища. Ігри на розвиток пам'яті, такі як настільні ігри, загадки або ребуси, допомагають дитині покращувати здатність запам'ятовувати інформацію, що сприяє загальному когнітивному розвитку. У сюжетно-рольових іграх діти часто програють певні соціальні ситуації, у яких вони вчаться використовувати нові слова та фрази, виявляти свої емоції та бажання через мовлення[1, с. 132-146].

Один із найбільш значущих аспектів ігрової діяльності – це розвиток уяви та творчості. В грі дитина має можливість створювати нові образи, ситуації та сюжети, які можуть бути кардинально відмінними від реальності. Наприклад, під час символічних ігор, таких як гра у «супергероїв» або «принцес», дитина може вигадувати фантастичні події та персонажів, використовуючи свою уяву для створення нових, неіснуючих ситуацій.

Уява в грі дозволяє дитині поєднувати елементи реального світу з уявними образами, що допомагає їй вільно висловлювати свої думки та почуття, розвивати креативне мислення. Це особливо важливо для формування творчих здібностей, які стануть основою для майбутньої інтелектуальної та естетичної діяльності.

Гра відіграє ключову роль у процесі соціалізації дитини, де діти засвоюють соціальні норми та цінності, які є важливими для успішної адаптації в суспільстві. Наприклад, у рольових іграх діти опановують різні соціальні ролі (батька, матері, лікаря, вчителя), що допомагає їм краще зрозуміти соціальні взаємодії та взаємовідносини в реальному житті. Така взаємодія сприяє розвитку емпатії, коли дитина вчиться розуміти емоційні стани інших і відповідно на них реагувати. Під час гри діти мають можливість переживати різні емоційні стани в безпечному середовищі та контролювати свої емоції та розуміти почуття інших. Наприклад, у процесі гри з іншими дітьми дитина може стикатися з ситуаціями, коли її емоційні бажання не збігаються з бажаннями інших, і вона повинна навчитися йти на компроміс або долати розчарування. Такі ситуації допомагають дитині формувати емоційну стабільність і розуміння емоційних станів[5, с. 117-129].

Отже, гра є центральним засобом розвитку психічних процесів у дітей дошкільного віку. Вона забезпечує активний розвиток мислення, уваги, пам'яті, мовлення, уяви та соціальних навичок. Гра дозволяє дитині взаємодіяти з навколишнім світом через творчість і фантазію, що стимулює її когнітивне та емоційне зростання. Важливо, що гра є не тільки способом навчання, але й природним механізмом самовираження, через який дитина пізнає себе та оточуючий світ. Кількісний та якісний аналіз результатів дослідження ігрової діяльності дітей молодшого дошкільного віку дозволяє глибше зрозуміти, як гра впливає на розвиток когнітивних, емоційних та соціальних навичок. У ході дослідження, проведеного серед 20 дітей віком 3-4 роки, було застосовано кілька методів для збору даних, включаючи спостереження, методику «Карта розвитку» та анкетування вихователів і батьків. Кількісний аналіз допомагає виявити статистичні закономірності та тенденції у поведінці дітей під час ігрової діяльності, тоді як якісний аналіз надає змогу розглянути індивідуальні особливості дітей, їх емоційні реакції та взаємодію з однолітками. Такий комплексний підхід дозволяє всебічно оцінити роль гри в розвитку дітей молодшого дошкільного віку.

Після проведення методики «Карта розвитку» для 20 дітей молодшого дошкільного віку (3-4 роки) з одного дитячого садка було отримано наступні результати, див. рис. 1.

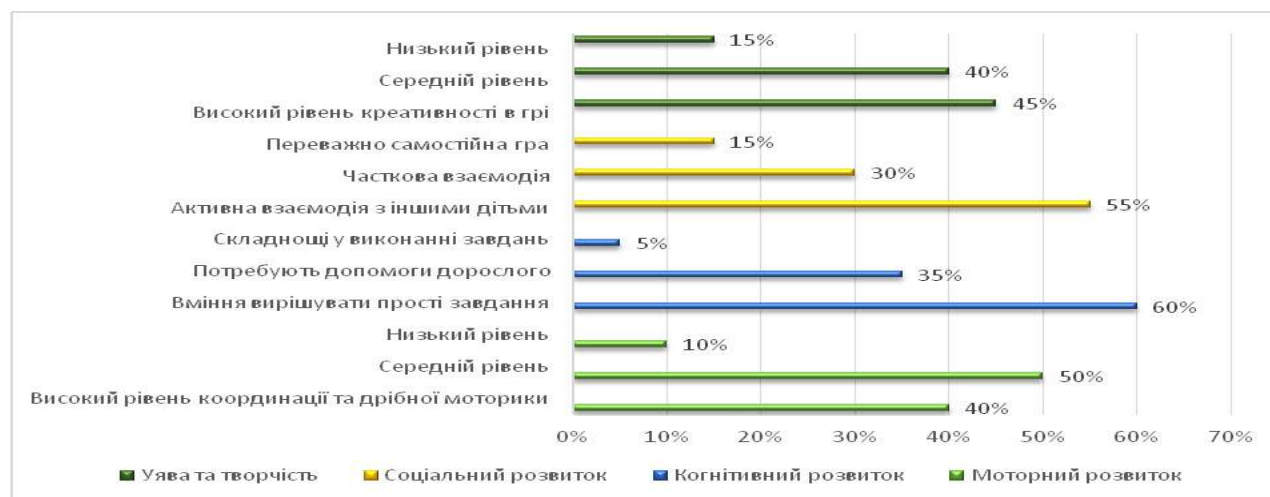


Рис. 1. Результати методики «Карта розвитку» для дітей молодшого дошкільного віку

Дана методика дала наступні результати: 40% дітей показали високий рівень координації та дрібної моторики, зокрема здатність виконувати завдання на складання пірамідки та маніпулювання дрібними предметами. 50% дітей продемонстрували середній рівень, що свідчить про їхню здатність виконувати більшість завдань, проте деякі з них потребували додаткового часу або вказівок. Лише 10% дітей мали низький рівень розвитку дрібної моторики, що свідчить про необхідність додаткової уваги та практики.

60% дітей змогли самостійно вирішити запропоновані завдання, такі як складання пірамідки та ігри з іграшками для вирішення завдань, що свідчить про високий рівень розвитку когнітивних здібностей. 35% дітей потребували допомоги дорослих, що свідчить про певні труднощі з розумінням завдань або недостатню самостійність. Лише 5% дітей стикалися зі значними труднощами під час виконання завдань.

Близько 55% дітей активно взаємодіяли з іншими під час групових ігор, демонструючи здатність до співпраці та дотримання правил. 30% дітей взаємодіяли частково, періодично граючи самостійно або вдвох із певним партнером. 15% дітей переважно обирали самостійну гру, що може свідчити про індивідуальні особливості або потребу в подальшому розвитку соціальних навичок.

45% дітей показали високий рівень креативності в іграх, використовуючи уяву для створення нових образів і ситуацій, що демонструвало їхню здатність до символічного мислення. 40% дітей мали середній рівень уяви та креативності, створюючи стандартні сюжети, але не завжди проявляючи ініціативу. Лише 15% дітей показали низький рівень творчості, уникаючи уявних ігор або потребуючи постійної підтримки дорослого.

Отже, методика «Карта розвитку» свідчать про загалом позитивні показники розвитку дітей молодшого дошкільного віку у таких сферах, як моторика, когнітивні здібності, соціальна взаємодія та творчість. Однак частина дітей потребує додаткової уваги та підтримки для покращення соціальних навичок, моторики та розвитку уяви.

Висновок. Ігрова діяльність є провідною у розвитку дітей 3-4 років, стимулюючи їх когнітивні, емоційні та соціальні навички. Більшість дітей активно залучалися до предметно-маніпулятивних та сюжетно-рольових ігор, що сприяло розвитку мислення, мовлення та соціалізації. Водночас рухливі ігри позитивно впливали на фізичний розвиток дітей. Крім того, кількісний та якісний аналіз результатів показав, що більшість дітей демонструють високий або середній рівень самостійності у грі та соціальної взаємодії. Однак частина дітей (близько 15%) потребує додаткової підтримки у розвитку соціальних навичок та дотриманні правил. Також було виявлено, що деякі діти мають труднощі з увагою та концентрацією під час ігрової діяльності.

Таким чином, результати емпіричного дослідження підтвердили важливу роль ігрової діяльності у всебічному розвитку дітей молодшого дошкільного віку та вказали на необхідність вдосконалення підходів до її організації у дитячих садках.

Список використаних джерел

1. Богуш А., Луцан Н. Мовленнєво-ігрова діяльність дошкільників: мовленнєві ігри, ситуації, вправи. Вид. друге, допов. Київ : Слово, 2014. 304 с.
2. Гончаренко О. Р. Розвиток мовленнєво-творчих здібностей дітей дошкільного віку. *Обдарована дитина*. 2013. № 9. С. 33–36.
3. Піаже Ж. Психологія інтелекту; [пер. з фр.]. Київ : Либідь, 1999. 312 с.
4. Піроженко Т. О. Ігрова діяльність дошкільника : молодший дошкільний вік. Київ : Генеза, 2018. 88 с.
5. Піроженко Т. О. Ігрова діяльність дошкільника : молодший дошкільний вік. Київ : Генеза, 2018. 88 с.

УДК 159.964.3

КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВА ТЕРАПІЯ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ МЕТОД РОБОТИ З КРИЗОВИМИ СТАНАМИ КЛІЄНТІВ

Малафей Вікторія, здобувач, ОС «магістр»

Спеціальність 053 Психологія, 1 курс, РДГУ

Науковий керівник: Ставицька О.Г., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. Кризові стани - це узагальнений термін, який включає в себе різні емоційні розлади, спричинені складними, травматичними обставинами у житті людини, та не спроможністю організму адаптуватися до них. Вони можуть виникнути внаслідок пережитого фізичного чи емоційного насильства, смерті близької людини, складного розлучення, чи захворювання. Також говорячи про кризові стани, неможливо уникнути тему війни, яка негативно відображається на психічному здоров'ї людей. Та на сьогоднішній день є одним із ключових факторів їх виникнення в українському суспільстві. Тому питання подолання психологічних криз в Україні постало, як ніколи гостро. Одним із ефективних методів у роботі з кризовими станами вважають когнітивно-поведінкову терапію.

Мета статті - дослідити ефективність методу когнітивно-поведінкової терапії у роботі з кризовими станами

Виклад основного матеріалу. Когнітивно-поведінкова терапія є одним із методів сучасної психотерапії, ефективність роботи якої доведена у роботі з багатьма психічними розладами такими, як депресія, тривожні розлади, ПТСР, а також психологічні проблеми та соматичні захворювання, що мають у собі психологічну складову. Проведена ціла низка досліджень у галузі психотерапії, що підтверджують це, а також на основі цього підходу психотерапії зараз з'являються та розвиваються нові. [3]

Засновником когнітивно-поведінкової терапії, або як її ще називають КППТ вважають психотерапевта Аарона Бека. Який розробив основні принципи та засади на яких базується система роботи з різними психічними розладами, та психологічними проблемами. Когнітивно-поведінкова терапія є ефективною у роботі з кризовими станами, тому що одним з ключових принципів розроблених Аароном Беком є концептуалізація, тобто розуміння унікального випадку клієнта, визначення притаманних конкретно йому поведінкових схем та властивих переконань. У ході психотерапії відслідковується дійсний спосіб мислення людини, а також фактори, що вплинули на розвиток того чи іншого захворювання.

Зазначений психотерапевтичний метод базується на когнітивній моделі, яка включає в себе ситуацію або якусь подію, що провокує виникнення в голові людини автоматичних думок, які в свою чергу викликають певну реакцію, яка може бути емоційною, поведінковою або ж навіть фізіологічною. Потрібно пам'ятати, що психіка людини дуже багатогранна, тому інколи буває так, що автоматичні думки не відірвані від реальності і є сформованими на базі реальних фактів, саме в цьому і полягає складність у їх виявленні, та роботі з ними адже людині здається, що її думки це факти, хоча більшість з цих автоматичних думок, є частково правдою, або й зовсім хибними. Аарон Бек виділив такі основні когнітивні викривлення думок як:

- Чорно-біле мислення;
- Катастрофізація;
- Знецінення або ігнорування позитивного досвіду;
- Емоційне обґрунтування;
- Ярлики;
- Перебільшення чи применшення;
- Фільтр мислення;
- Читання думок;
- Персоналізація

Людина що знаходиться в кризовому стані, може відчувати гострі реакції на події що відбуваються в її житті. Завдяки когнітивно-поведінковій терапії, людина навчається відслідковувати автоматичні думки, які базуються на її глибинних переконаннях, чи пережитих травматичних подіях і тим самим впливати на свою реакцію [1, с.25].

Також важливо розуміти, що психіка людини, яка на даному етапі перебуває у кризовому стані є дуже вразливою, тому важливим нюансом у роботі з такими людьми є встановлення міцного терапевтичного союзу між психотерапевтом, та пацієнтом, що якраз і передбачає метод КПТ. А також він дає можливість пацієнту брати активну участь у ході психотерапії, наприклад долучитися до вибору домашнього завдання, або обирати актуальні теми для обговорення протягом сеансу, що дає відчуття особистої значимості, та залученості в процес одужання.

Когнітивно-поведінкова терапія націлена на результат, та вирішення проблемних питань пацієнта, що є частиною його життя у цей період. Основною метою КПТ спеціаліста є допомога клієнту вирішити проблеми, які є в нього тут і зараз, допомогти пережити важкі життєві обставини, такі як втрата близької людини, чи пережити кризовий стан викликаний війною, а також зменшити симптоматику, яка заважає людині повноцінно жити. Ключовою ідеєю даного методу є не тільки допомога у вирішенні тієї чи іншої психологічної проблеми, яку проживає людина, а й навчання її бути собі “терапевтом” для того, щоб в майбутньому запобігти рецидивам захворювань. Клієнту що переживає кризовий стан чітко пояснюють особливості захворювання, розповідають про сам процес когнітивно-поведінкової терапії, когнітивну модель, на якій базується терапія. А також в ході терапії пацієнт вчиться знаходити автоматичні думки, глибинні переконання та правильно їх аналізувати, і відповідно екологічно реагувати, терапевт надає різноманітні техніки, які людина в майбутньому може застосовувати в житті, тим самим запобігаючи рецидивам. [1, с.30-34].

Когнітивно-поведінкова терапія нараховує велику кількість різноманітних технік спрямованих покращувати психо-емоційний стан навіть в людей, що проживають тяжкі форми депресії, розлади харчової поведінки, посттравматичні стресові розлади. Такі техніки, як планування активності, практичне відпрацювання асертивної поведінки, створення “переліку” заохочень тощо, часто використовують спеціалісти. Ці техніки спрямовані на те, щоб повернути людині її щоденну рутину, а також змінити її розклад дня. Тому що важливим аспектом психологічного здоров’я є достатня кількість сну, здоровий режим харчування, а також щоденні фізичні активності, це перші кроки які потрібно зробити для виходу людини з будь якого кризового стану. [2]

Висновки. Когнітивно-поведінкова терапія, є одним із методів психотерапії ефективність роботи з кризовими станами якої є науково доведеною, та обґрунтованою. Цей метод вважається одним із провідних у роботі з людьми, що проживають кризові стани, тому що дає людям розуміння їхньої проблеми. Когнітивно-поведінкова терапія має чітку структуру сеансів, а також є обмеженою в часі, тобто має визначену кількість сеансів. Це є важливим моментом у роботі з людьми, що знаходяться в складному емоційному стані, адже допомагає зрозуміти, що їхня проблема цілком підлягає вирішенню, а ретельно продумана структура допомагає мозку легше адаптуватись до процесу лікування. Зазначений психотерапевтичний метод допомагає людям подолати наслідки травматичних подій, та надає ефективні техніки та методи, які клієнт може самостійно застосовувати в житті. Адже одним із провідних завдань когнітивно-поведінкової терапії є не тільки подолати психологічні труднощі, що вже присутні в житті людини, але й навчити її справлятися з труднощами, що будуть виникати в її житті, тим самим запобігаючи рецидивам, що є досить поширеним явищем у людей, що на якомусь етапі свого життя пережили кризовий стан, та змогли з нього вийти.

Список використаних джерел.

1. Когнітивно-поведінкова терапія: основи та практика/Джудіт С. Бек; пер. з англ. Т.С Писанюк. – Київ. :“Науковий Світ”, 2023. С.24-36

2. Техніки когнітивної терапії. Посібник психотерапевта/Роберт Л. Ліхи; пер. з англ. О.М. Савінової. – Київ. :”Науковий світ”,2023. 29 с.

3. Український інститут когнітивно-поведінкової терапії. Про когнітивно-поведінкову терапію [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://i-cbt.org.ua/pro-kpt/>.

УДК 373.2.015.3:159.922.7:82-343.6

ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ КАЗКИ

Малютіна Олександра, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 012 «Дошкільна освіта», 2 курс, РДГУ

Керівник: *Джеджера К.В.*, кандидат педагогічних наук, доцент

Постановка проблеми. Проблема формування соціальної компетентності дітей старшого дошкільного віку є однією з найбільш пріоритетних у змісті їх виховання. Її розв’язання забезпечує успішний соціальний розвиток особистості дошкільника та створює передумови для адаптації до нових умов життя і майбутнього навчання у школі.

Проте незважаючи на перспективність цього напрямку виховної роботи, педагогам і батькам непросто подолати суттєву перепону в його реалізації, зумовлену обмеженістю соціального досвіду дітей у цей віковий період. Для цього потрібні методичні рішення, які допомогли його ефективному формуванню з урахуванням особливостей розвитку дитини на етапі дошкільного дитинства. Одним із таких рішень може бути використання казки.

Мета дослідження – проаналізувати можливості казки як засобу формування соціальної компетентності дітей старшого дошкільного віку.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідники проблем виховання дітей дошкільного віку (А. Богуш, Л. Варяниця, Н. Гавриш, С. Городнича, В. Ляпунова, О. Максимова, С. Матвієнко, Т. Нижник, Т. Піроженко, Т. Поніманська) неодноразово висловлювали думку про те, що дошкільний вік є сприятливим для формування соціальної компетентності. Згідно з висновками С. Городничої, В. Ляпунової, Т. Нижник, на цьому етапі свого розвитку діти не лише виявляють помітний інтерес до соціального світу, але й володіють здатністю для елементарного розуміння його будови та його значення власне для них. Тому дошкільний вік (а особливо його передшкільний період) є сприятливим для утворення дієво-знаннєвої основи емоційно-ціннісного ставлення дитини до себе у світі людей та до навколишнього світу, засвоєння ключових засад соціальної поведінки [2].

Як стверджує С. Матвієнко, у цей віковий період діти об’єднуються у «дитяче суспільство», виконують усе більше доручень дорослих та елементарних обов’язків, засвоюють уміння орієнтуватись у життєвих умовах, пристосовуватись до них та впливати на навколишній світ: «усе більшого значення мають прагнення дитини проявити самостійність, відстояти власну думку, прийняти самостійне рішення, зберегти власне обличчя в групі однолітків» [3, с. 14]. З погляду авторки, на формування соціальної компетентності старших дошкільників впливають такі новоутворення, як виникнення схематичного обриса світогляду, сконцентрованого в уявленнях про світ людей та їхню діяльність, а також поява перших внутрішніх етичних інстанцій (передусім совісті) [3, с. 16]. Це спонукає до підпорядкування поведінки встановленим правилам та її оцінювання за відповідністю або невідповідністю людським чеснотам, посилює прагнення до дитячого товариства та досягнення в ньому певного статусу [5].

Зважаючи на те, що ці новоутворення є ще слабкими, Т. Поніманська пропонує поглиблювати соціальний досвід дошкільників, а передусім ті його аспекти, що пов’язані зі здатністю орієнтуватись у соціальному оточенні, розуміти та поважати людей, спілкуватись і діяти в адекватний спосіб [4].

Педагогічна практика та накопичений теоретичний досвід підтверджують, що розв’язанню цих завдань може допомогти казка, яка володіє вагомим соціалізуючим

потенціалом. Як стверджувала С. Русова: «казка й дитина щось таке споріднене, вони так одне з другим зрослися, що як би педагоги не намагалися вигонити казку з дитячої хати, вона таки там пануватиме, бо вона природно відповідає вимогам дитячого розуму» [6, с. 203].

Висвітлюючи доступний розумінню дітей світ казкових подій, почуттів і переживань казкових героїв, казки завжди відбивають суто людські цінності й моральні ідеали, приклади поведінки, що забезпечують потужний соціально-педагогічний ефект. Формуванню соціальної компетентності дошкільників допомагають як народні казки, що зберігаються у скарбницях фольклору, так їх опрацьовані варіанти, а також авторські (або літературні) казки. Якщо брати до уваги традиційний розподіл казок на три групи (про тварин, соціально-побутові казки, чарівні казки), то кожна з них володіє такими можливостями. Так, сюжетами казок про тварин є дружба і боротьба, взаємодопомога і зрада, добро і підступність у взаєминах диких (вовк, лисиця, заєць, їжак, ведмідь та ін.) та свійських (коза, собака, свиня, кіт, кінь, півень та ін.) тварин. Тобто у віддзеркалюється життя суспільства в його кращих і гірших рисах, його філософія і мораль. Кожна така казка (наприклад, «Лисиця і рак», «Заєць та їжак», «Пан Коцький» та ін.) є повчальною алегорією, простою й доступною для сприйняття дитини [8].

Соціально-побутові казки нерідко в гумористичній або сатиричній формі описують наближені до реальності події з життя людей (родини, представників різних соціальних верств), в яких герої знаходять вихід зі складних ситуацій завдяки своїм особистим якостям: кмітливості, винахідливості, добропорядності, сміливості, що стають засобами боротьби зі злом, несправедливістю, дурістю, хитрістю, лінощами («Мудра дівчина», «Про правду і кривду», «Про трьох братів», «Калиточка», «Дідова й бабина дочка», «Казка про Климку», «Язиката Хвеська», «Неслухняний хлопчик» та ін.).

Чарівні казки, «у яких якнайкраще збереглися обряди, звичаї та світогляд наших пращурів» [1], їх погляди на добро і зло, є захоплюючими історіями про боротьбу головних персонажів зі злими надприродними силами (підступними відьмами і чарівниками, людодіями, лютими зміями та ін.), про перемогу над ними з допомогою чарівних сил добра або завдяки власним можливостям і чеснотам; про чарівну допомогу добрих сил знедоленим героям чи героїням. Вони підтверджують можливість перемоги добра над злом, важливість мужності, чесності, доброти, які допомагають людині долати труднощі, знаходити порятунок у найскладніших життєвих ситуаціях («Котигорошко», «Івасик Телесик», «Ох», «Дівчина та Місяць», «Яйце-райце», «Кирило Кожум'яка» та ін.).

Глибокий виховний зміст закладений у казках, створених українськими письменниками: Б. Грінченком («Могутній комар», «Скарб», «Сопілка», «Два морози», «Три бажання» та ін.), Н. Забілою («Зайчикова хатка», «Лисиця та рак», «Гуси-лебеді» та ін.), В. Нестайком («Олексій, Велесик і Жарт-Птиця», «В країні Сонячних Зайчиків», «В країні Місячних Зайчиків» та ін.), В. Сухомлинським («Дуб під вікном», «Покинута кошени», «Найгарніша мама», «Чому Сергійкові було соромно», «Добре слово» та ін.), І. Нечуй-Левицьким («Два брати», «Скривджений і нескривджений»), Л. Українкою («Біда навчить», «Три метелики» та ін.), І. Франком («Лисичка і журавель», «Ріпка», «Фарбований лис» та ін.). У їх сюжетах містяться думки про людські чесноти (любов і повагу до людини, доброту, дружбу, співчуття, милосердя, чемну поведінку та ін.), що, на думку В. Сухомлинського, допомагає дітям «помічати прекрасне, розуміти добро і зло, ... бути товариською, доброзичливою ...» [7, с. 176].

Цінними для ознайомлення з соціальними аспектами життя і авторські або літературні казки зарубіжних казкарів (Г.-Х. Андерсен: «Снігова королева», «Гуси Лебеді», «Свинопас», «Дюймовочка»; Брати Грімм: «Бременські музики», «Бідняк та багач», «Дванадцять братів», «Старий дід і онук», «Три ледарі», «Хоробрий кравчик»; Шарль Перро: «Червона Шапочка», «Спляча красуня», «Попелюшка», «Кіт у чоботях», «Спритна принцеса або пригоди розумниці», «Хлопчик-мізинчик»; Е. Т. А. Гофман: «Лускунчик і мишачий король» та ін.).

Висновки. Таким чином, казка, є дієвим засобом формування соціальної компетентності дітей старшого дошкільного віку. Вона містить цікаві й захоплюючі історії про вигадані події, і не лише розважає, але й передає дітям моральні культурні цінності, у

тому числі – щодо ставлення до людей, взаємодії з ними, поведінки в їхньому оточенні. Адже визначальною рисою казкового сюжету є протистояння добра і зла у відносинах і поведінці героїв, в якому перемагає добро. Своїми вчинками, в яких присутні розум, хоробрість, відданість, щедрість, чуйність, працелюбність, казкові герої викликають співчуття, симпатію, захоплення у слухачів, прагнення бути подібними на них. Разом з ними діти входять у соціальний світ, адаптуються до нього, засвоюють реальний соціальний досвід, оволодівають здатністю взаємодіяти з людьми у відповідності до культурних норм і цінностей, закладених у казкових сюжетах.

Список використаних джерел

1. Коцур, В.П., Свириденко, О.М., Мазоха, Г.С., Каплюк К.М.. Не забувайте незабутнє. *Пам'яті Наталії Смірновій: літературознавчі статті, спогади, матеріали*. ДВНЗ «ПереяславХмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». Корсунь-Шевченківський ФОП Гавришенко В.М., 2014. 392 с.
2. Ляпунова В. А., Нижник Т. О., Городнича С. В. Теоретичний аналіз проблеми формування соціальної компетентності у дітей старшого дошкільного віку засобами сучасного медіапростору. *Інноваційна педагогіка*. 2023. Вип. 56. Т. 1. С. 230–235.
3. Матвієнко С. І. Методика формування у дошкільників соціальної компетентності : навч.-метод. посіб. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2012. 103 с.
4. Поніманська Т. І. Люди і я. Світ дорослих як чинник соціалізації особистості дитини. *Дошкільне виховання*. 1999. № 8. С. 14–15.
5. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Українське дошкілля» / О. І. Білан, Л. М. Возна, О. Л. Максименко та ін. Тернопіль : Мандрівець, 2022. 264 с.
6. Русова С. Вибрані педагогічні твори. Київ: Освіта, 1996. 303 с.
7. Сухомлинський В. О. Кімната казки. Вибр. тв. : в 5 т. Т. 3. Київ : Рад. шк., 1977. С. 176–185.
8. Черепаня Н. І., Русин Н. М. Казка як засіб формування моральних почуттів у дітей старшого дошкільного віку. *Педагогічні науки* : зб. наук. пр. 2020. Вип. 91. С. 36–42

УДК 159.923: 316.6

РОЛЬ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ У КОРИГУВАННІ ВПЛИВУ ЧИННИКІВ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА ПРОФЕСІЙНЕ САМОВИЗНАЧЕННЯ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

Мельник Людмила, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія», 1 курс, РДГУ

Науковий керівник: Дем'янюк О.Б., старший викладач

Постановка проблеми. Важливим та відповідальним етапом у житті кожної особистості є вибір майбутньої професії. Людина отримує знання про світ професій з різних джерел впродовж тривалого часу, обдумує та співставляє власні якості, здібності та можливості з тими вимогами, які характерні для наміченої професійної діяльності. Сенситивним періодом для остаточного формування професійного самовизначення є юнацький вік. Проте дуже часто юнаки не можуть визначитися з своїми уподобаннями та сумніваються у правильності прийнятого ними рішення щодо обрання майбутньої професії. Складність такого вибору, насамперед, пов'язана з дією зовнішніх (вплив соціуму) та внутрішніх (особистісні психологічні якості) чинників. Науковці наголошують на ролі психологічної підтримки під час формування готовності до свідомого професійного самовизначення осіб юнацького віку. Лише добре обґрунтована, систематична робота психолога допоможе особам юнацького віку сформувати стійку позитивну самооцінку власних навичок, здібностей, сильних сторін, вибудувати індивідуальну ієрархію мотивів, а також дозволить переосмислити власний вибір та його правильність на даному етапі життя.

Оскільки свідоме професійне самовизначення можливе лише за умови розуміння мети свого життя, визначення чітко сформованих планів на найближче майбутнє, а також вивчення різних професій, їхніх особливостей, перспектив працевлаштування відповідно до адекватного оцінювання своїх якостей, можливості продовження навчання, вдосконалення своїх вмінь та навичок для подальшого кар'єрного росту.

Мета дослідження – проаналізувати роль психологічної підтримки у коригуванні впливу чинників, що впливають на професійне самовизначення осіб юнацького віку.

Виклад основного матеріалу дослідження. На вибір професії осіб юнацького впливають різноманітні чинники. Серед них виокремлюють соціальні та індивідуальні. До соціальних належать вплив соціуму, статус батьків, рівень їхньої освіти, особливості інтелектуального розвитку, емоційного інтелекту, успішність, приналежність до соціальних груп, вплив вчителів, друзів, родини, духовна культура суспільства, засоби масової інформації, форми проведення дозвілля, супровід процесу становлення професійного самовизначення тощо. До індивідуальних відносять рівень мотивації, домагань, самооцінку, темперамент, характер, наявність власної позиції та свідомого ставлення до життя, наявність певної програми дій щодо вибору та досягненні професійних цілей, достатній рівень абстрактного мислення, виражені вольові якості, працьовитість, старанність та інші [2].

Серед чинників, що суттєво впливають на вибір майбутньої професії у юнацькому віці, виокремлюють вплив сім'ї. Часто батьки прагнуть залучити дітей до ведення власного бізнесу і налаштовують їх на вибір тої професії, яка допоможе його успішно розвивати. Також з раннього віку батьки розказуючи про свою професію, залучають дітей до певної роботи і цим стимулюють чи, навпаки, пригнічують інтерес до неї. Загалом саме сімейна атмосфера здійснює суттєвий вплив на формування поглядів щодо професійного самовизначення. Також на вибір власного професійного шляху свідомо чи несвідомо впливає позиція та погляди близького оточення людини. Наприклад, близьких друзів, сусідів, однокласників. Інколи юнаки обирають таку ж професію як і друзі, бо хочуть продовжити навчання разом, проте, за таких умов не завжди вибір буде успішним. Крім того, вчителі формують у дітей ставлення до того чи іншого предмету та спрямовують до вибору професії, яка найбільше відповідає їхнім здібностям. Однак часто юнаки обирають професію за власними вподобаннями і можливим в майбутньому великим заробітком, але не враховують власні можливості, здібності, а також отримання задоволення від такої омріяної професії. Відповідно матеріальний достаток вимагає від них наполегливості, постійних великих зусиль, але не завжди приносять радість від проробленої роботи. Хоча в науковій літературі поняття матеріального і морального задоволення від професії намагаються не деталізувати, проте, саме їхнє поєднання робить людину щасливою і дозволяє їй дуже добре виконувати свою роботу. Тому вибір «модних» спеціальностей не завжди співпадає з очікуванням і дійсним. Який вибір є правильним, а який хибним може показати час, проте, з метою уникнення розчарування в майбутній професії важливо забезпечити поінформованість осіб юнацького віку про особливості професій, їхні переваги та недоліки, професійні вимоги, обов'язки, можливості заробітку, кар'єрного росту тощо. Саме важливо забезпечити ефективну психологічну підтримку осіб юнацького віку на етапі професійного самовизначення. Вона включає формування чіткої життєвої позиції, позитивної самооцінки, підвищення рівня мотивації та самоставлення, розвиток рефлексії, здібностей тощо.

Психологічна підтримка під час професійного самовизначення забезпечує створення сприятливих, комфортних умов при здійсненні вибору. Завдяки використанню методів та форм роботи психолога особи юнацького віку розуміють серйозність ситуації, що постає перед ними. Крім того, залучення їх до індивідуальної та групової роботи, участь у різних заходах допомагає вирішити протиріччя та конфлікти під час професійного самовизначення. Водночас основне завдання психологічної підтримки сформувати установку на власну активність та самопізнання, ознайомити зі світом професій та їх особливостями, розвивати вміння співставляти «образ-Я» та власні здібності з вимогами професійної діяльності, вміти корегувати професійний план відповідно до потреб суспільства та власних вподобань, створити, моделювати ситуації, що допоможуть перевірити можливості самореалізації в

різних видах професійної діяльності шляхом організації професійних проб, ролей, сформувати у разі потреби психологічну готовність до зміни обраної професії на нову, підвищити мотивацію до саморозвитку з метою досягнення намічених цілей [1].

Також психологічна підтримка обов'язково включає роботу із батьками, оскільки їхній вплив на рішення найбільш відчутний. Не завжди батьки чують побажання своїх дітей щодо майбутньої професії. Така взаємодія забезпечує узгоджений конструктивний діалог та надання необхідної підтримки в складний для дітей період професійного самовизначення.

Висновки. На вибір професії осіб юнацького віку суттєвий вплив здійснюють соціальні та індивідуальні чинники. Саме тому, для формування індивідуального стилю життя осіб юнацького віку, частиною якого є професійне самовизначення, важливо створити умови, які дозволяють зробити правильний вибір та досягати успіху в обраній сфері. Психологічна підтримка на цьому етапі набуває особливого значення оскільки визначає вектор формування життєвої перспективи. Чітка життєва позиція, позитивна самооцінка, підвищений рівень мотивації та самоставлення, постійний розвиток рефлексії, здібностей позитивно впливає на професійне самовизначення. Однак саме ознайомлення з існуючими професіями та їхньою специфікою, моральна та психічна готовність осіб юнацького віку, здатність уявити та сприйняти себе в даному напрямку, співставлення власних особистісних якостей із вимогами, що важливі для реалізації у обраній професії, дозволяють уникнути розбіжності програмованих очікувань та реальних результатів.

Список використаних джерел

1. Гуцан Л. Сучасні проблеми професійного самовизначення учнівської молоді. *Актуальні проблеми професійної орієнтації та професійного навчання населення: матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Київ, 24 листопада 2011 р.). Київ: ІПК ДСЗУ, 2011. С. 40–48.

2. Психологія професійного самовизначення особистості: монографія. М.С. Корольчук, Ю.В. Дроздова, В.М. Корольчук, В.І. Осьодло, А.М. Сипливий; за заг. ред. М.С. Корольчука. Київ, 2018. 280 с.

УДК

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ІНТЕРНЕТ-ТЕХНОЛОГІЙ НА СТУДЕНТСЬКУ МОЛОДЬ

Мельничук Оксана, здобувач ОС «магістр»
спеціальності 053 «Психологія», 2 курс РДГУ

Піонтковська Діана, кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. На сучасному інформаційному етапі суспільного розвитку, коли завдяки вдосконаленню засобів масової інформації та широкому впровадженню інформаційно-цифрових технологій суттєво посилилось значення інформаційного впливу на людину і людські спільноти. Особливо дієвим такий вплив є в травматичних ситуаціях, до яких належить війна в Україні. У схарактеризованих умовах вона точиться не лише у формі масштабних бойових дій, але й у ще ширшій за масштабами царині інформаційних впливів, від змісту і якості яких залежить психічний стан (когнітивний, емоційний, вольовий), психічне і фізичне здоров'я, отже, функціональні можливості громадян нашої країни: військових і мирного населення.

Переважає більшість українців щоденно стикаються з великими потоками інформації, які складно сприймати, свідомо опрацьовувати та виробляти на них адекватні реакції й контролювати емоції і поведінку. Наявність численних стресорів у правдивій інформації, пролонгована інформаційна війна з боку країни-агресора нерідко призводять до зниження стійкості населення до інформаційних впливів, що зумовлює зміни у свідомості та підсвідомості людей, позначаються на їх поведінці і працездатності. Інформаційна агресія

завжди базується на психологічних методах впливу, які сприяють фіксації уваги населення на другорядних за значенням темах, виникненню недовіри до інформаційних джерел, невпевненості, тривожності, страху, агресії, паніки. Їх мета – маніпулювати громадською думкою і суспільними настроями, нав'язувати власні наративи.

Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні та експериментальному дослідженні психологічних особливостей інформаційного впливу на населення в умовах воєнного стану.

Виклад основного матеріалу дослідження. Актуальність порушених сьогоденних питань зумовила помітне посилення уваги вчених до проблеми інформаційного впливу (Дж. Брайант, Х. Вержиковська, А. Гізун, В. Гріга, Я. Жарков, К. Захаренко, О. Зіменко, О. Кихтюк, Б. Кобільник, Є. Кузіна, В. Остроухов, В. Петрик, В. Різун, Н. Уханова, О. Шмиглюк, О. Штоквиш) та психологічних особливостей його дії на особистість (Л. Гапоненко, О. Гарматій, С. Грір, О. Дзьобань, О. Запорожченко, Дж. Касіоппо, Р. Кеттел, Б. Кнутсон, Є. Кузіна, Р. Петті, О. Старіш, А. Тоффлер, О. Холод, С. Цимбал, І. Чайка) і населення в умовах війни (Л. Бондаренко, А. Величко, І. Жданова, Н. Зайцева, І. Кононов, Є. Красилова, Н. Максимова, А. Панченко, В. Савчук). Важливе значення для розуміння сутності інформаційного впливу мають праці, присвячені аналізу феноменів інформації (Г. Бевз, М. Демкова, А. Етціоні, М. Кестелз, Б. Кормич, А. Мельник, Т. Слинько, М. Фігель, І. Чайка, Л. Чистоклетов, В. Шишко), інформаційної війни (О. Курбан, С. Максименко, М. Назар, М. Пілат, Г. Почепцов, К. Радзівіл, В. Савчук) та її методів (Дж. Брокмайер, В. Кудико, Н. Новицька, К. Радзівіл, О. Свідерська, Р. Харре, О. Чорній).

У сучасних умовах суттєвого зростання ролі інформації багато уваги приділяється проблемі її психологічного впливу на особистість, соціальні групи, населення в цілому. Підкреслюючи значення інформації, Л. Чистоклетов та В. Шишко зазначають, що вона стала одним із основних чинників впливу всередині країни та за її межами, «арсенал інформаційних технологій ... настільки розвинувся, що раніше безсистемні намагання задіяти ... масову свідомість перетворилися в чітку індустрію» [6]. При цьому, за словами М. Демкової та М. Фігель, сьогодні вплив інформації на державу, суспільство та її громадян є набагато сильнішим за вплив політики, економіки та воєнних чинників – тобто інформація у наш час «стає реальною, майже фізично відчутною силою» [1]. За визначенням ЮНЕСКО інформація є універсальною субстанцією, які містить у собі знання та відомості, є інструментом спілкування, взаємодії та взаєморозуміння людей, засобом утвердження стереотипних способів мислення і поведінки.

На думку В. Петрик, В. Остроухова, О. Штоквиш, сутність інформаційного впливу полягає в цілеспрямованому, організованому використанні інформаційних засобів і технологій з метою досягнення деструктивних змін у свідомості або фізичному стані людини, окремих груп чи населення, формування у них певної думки або поведінки [5].

Інформаційний вплив прийнято розрізняти за його об'єктом на такі різновиди, як: інформаційно-технічний – вплив на інформаційно-технічну інфраструктуру об'єкта (швидкість опрацювання інформації, надання або позбавлення доступу до інформації, надання достовірної або спотвореної інформації тощо) та на фізичний стан людини, що змінює їх функціонування; інформаційно-психологічний – вплив на психологічну структуру особистості й населення загалом (передусім на їхню свідомість і підсвідомість), що призводить до змін у думках, поглядах, поведінці.

Як стверджує Є. Кузіна, інформаційний вплив поділяється на типи залежно від його змісту та дії на людей: позитивний, який позитивно впливає на їх розвиток, сприяє розширенню знань, світогляду, поліпшенню якості життя; негативний (дезінформація, маніпуляція, пропаганда), що здійснюється цілеспрямовано і шкодить особистості та суспільству через нанесення інформаційних травм, зниження критичності мислення та моделювання певної свідомості і поведінки; нейтральний, в основі якого знаходиться об'єктивна інформація, яка передається без наміру вплинути на думку чи поведінку людей [3].

Проблема інформаційного впливу на населення у воєнних умовах з недавнього часу стала однією з активно досліджуваних вітчизняними вченими. Адже, як стверджують І. Жданова, Л. Бондаренко та А. Величко, війна в Україні «має не тільки бойову складову, а й інформаційну, яка займає важливе місце у підтримці бойового духу військових, забезпеченні нормального психічного стану та психічного здоров'я мирних громадян, й яка суттєво впливає на ефективність воєнних дій та результат війни в цілому» [2]. Для здійснення такого впливу розробляються його стратегії, використовуються різноманітні методи. О. Курбан виокремлює такі стратегічні цілі інформаційно-психологічних операцій, як: залякування, націлене на пробудження страху та тривоги у населення або його певних груп, що призводить до дестабілізації життєдіяльності суспільства, його дезорієнтації; стимулювання невдоволення, що передбачає порушення рівноваги суспільства, провокування у ньому протестних настроїв через незадоволення тих чи інших соціально-економічних або політичних потреб; спонування до протестів у формі організованих чи самоорганізованих громадських акцій, спрямованих на досягнення бажаних для суб'єкта впливу змін: соціально-економічних або політичних процесів, інститутів, позбавлення влади або приведення до влади певних осіб тощо [3].

Експериментальне дослідження проводилося з метою визначення психологічних особливостей інформаційного впливу на населення в умовах воєнного стану за допомогою комплексу таких методик: анкета «Вплив засобів масової інформації на особистість в умовах війни» (авторський варіант), методика «Індекс хорошого самопочуття (WHO-5)», методика «Шкала сприйнятого стресу (PSS-10)», методика «Фрайбурзький особистісний опитувальник (FPI)».

Згідно отриманих результатів 100% опитуваних щодня використовують як засіб масової інформації інтернет, 73,1% - соціальні мережі, 19,2% - телебачення з метою: спілкування, підтримки зв'язків із друзями, знайомими, родиною, налагодження нових знайомств, пошуку однодумців (щодня - 76,9% опитуваних), для відслідковування новин, щоб дізнатися що відбувається в Україні, яка ситуація щодо війни, що сталося в світі (щодня - 61,5% досліджуваних), для отримання інформації, що стосується навчання, виконання завдань (щодня - 53,8% учасників експерименту), для роботи (щодня - 19,2% респондентів), для розваг, прослуховування музики, перегляду фільмів, читання книг (щодня - близько 30,8% опитуваних). ЗМІ насамперед сприймаються як джерело інформації про війну в Україні, про події в країні загалом, про цікаві новини в світі, про життя відомих людей, про розвиток науки, техніки, технологій, хобі та ін. Позитивний вплив, як засвідчили обстежувані, засоби масової інформації справляють на 46,1% (покращення самопочуття, покращення настрою, відчуття згуртованості з іншими); негативний вплив - на 30,8% опитуваних. Серед негативних впливів найчастіше виокремлювали: погіршення самопочуття, погіршення настрою, проблеми зі сном, виникнення тривожних думок, апатії, знесилення, підвищення рівня стресу.

В 26,9% обстежуваних було встановлено рівень самопочуття високий, а в 42,3% - середній рівень; 3,8% респондентів із низьким рівнем самопочуття мали симптоми депресії та відчували значне зниження якості життя. 11,5% опитуваних що характеризувалися сильними проявами фізіологічних та психологічних реакцій на дію зовнішніх подразників, мали високий рівень за шкалою сприйнятого стресу; в 69,2% - середній рівень сприйнятого стресу; в 19,2% - низький рівень. Також в учасників експерименту було констатовано високі рівні за показниками: невротичність (в 30,8%), спонтанна агресивність (в 23,1%), депресивність (в 19,2%), дратівливість (в 26,9%), реактивна агресивність (в 23,1%), емоційна лабільність (в 38,5%). Також було зафіксовано високі рівні за показниками: товариськість (в 42,3%), відкритість (в 42,3%), екстраверсія (в 15,4%), врівноваженість (в 23,1%).

Висновки. В умовах війни інформаційний вплив є вагомим чинником дії на свідомість, психічні стани та поведінку населення України. Його негативні наслідки зумовлені змістом та обсягом інформації про воєнні події, соціальні та політичні обставини в країні та світі. Результати теоретичного аналізу проблеми психологічних особливостей

інформаційного впливу на населення в умовах воєнного стану та проведеного за допомогою констатувального експерименту емпіричного дослідження засвідчили, що негативні наслідки впливу ЗМІ на особистість під час війни проявляються в погіршенні самопочуття, в підвищенні сприйняття стресу, власної безпорадності, браком самоефективності, пригніченості настрою, а також в підвищенні рівня тривожності, агресивності, невротичності, дратівливості, психічної та фізичної стомлюваності, порушеннями когнітивної та емоційної сфери, в труднощах у спілкуванні, налагодженні ефективних міжособистісних стосунків. З огляду на вищезазначене постає потреба в організації формульованої експериментальної роботи з метою запобігання негативними наслідками інформаційного впливу в умовах воєнного стану та розвитку інформаційної зрілості населення.

Список використаних джерел

1. Демкова М., Фігель М. Інформація як основа інформаційного суспільства: поняття та правове регулювання. URL: <https://www.oa.edu.Ua/loadnew/000/5.doc>
2. Жданова І. В., Бондаренко Л. О., Величко А. В. Психологічні аспекти інформаційного впливу під час воєнних дій в Україні. *Габітус*. 2022. Вип. 41. С. 222–226.
3. Кузіна Є. І. Психологічні механізми інформаційного впливу на особистість дорослої людини : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Кривий Ріг, 2023. 200 с.
4. Курбан О. В. Стратегія та тактика сучасної інформаційної активності у соціальних мережах. *Вісник книжкової палати*. 2014. № 9. С. 42–45.
5. Сучасні технології та засоби маніпулювання свідомістю, ведення інформаційних війн і спеціальних інформаційних операцій : навч. посіб. / [В. М. Петрик, В. В. Остроухов, О. А. Штоквиш та ін.]. Київ : Росава, 2006. 208 с.
6. Чистоклетов Л. Г., Шишко В. Й. Інформаційно-психологічні впливи як невід’ємна складова парадигми інформаційної безпеки. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2012. № 2 (1). С. 183–193.

УДК 159.923.35

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК СКЛАДОВА ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ-ФІЛОЛОГІВ

Оздемір Оксана, здобувач ОС «магістр»,
спеціальності 053 «Психологія», 2 курс РДГУ

Науковий керівник: Созонюк О. С., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. Запорукою успішного розвитку будь-якої держави у всі часи була підготовка висококваліфікованих фахівців, які б відповідали усім вимогам часу. Саме студенти формують ту категорію суспільства, що перебуває в процесі активного особистісного та професійного розвитку. Тому надзвичайно важливим тут є відповідна організація навчально-виховного процесу в ЗВО, які мають чітко розуміти, що стимулом розвитку та запорукою професійних і соціально важливих якостей, які в подальшому забезпечують успішність у побудові кар’єри та соціальної й особистісної реалізації, в першу чергу є розвиток емоційного інтелекту (EI) студентів. Саме високий рівень розвитку емоційного інтелекту забезпечує набуття цих важливих навичок та дає змогу особистості вибудовувати успішні міжособистісні відносини та здобувати й зберігати високий соціальний статус у певній групі людей.

Професія філолога одна із тих, що належить до професій яка передбачає постійну взаємодію із людьми, що в свою чергу супроводжується емоційним напруженням та

«вигоранням». Тож, саме філологи стикаються із низкою викликів, які вимагають не лише глибоких знань мови та літератури, але й високого рівня розвитку емоційного інтелекту.

Що своєю чергою *актуалізує* появу даної розвідки яка покликана відобразити теоретичні основи та особливості емоційного інтелекту, а також з'ясувати ступінь розвитку емоційного інтелекту студентів-філологів першого року навчання бакалаврату та *створює перспективи подальшого наукового вивчення даного питання у ЗВО*.

Мета повідомлення – полягає у теоретичному аналізі емоційного інтелекту як детермінантної складової професійної компетентності майбутніх філологів.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Не дивиною останнім часом є факт, що при наборі персоналу роботодавців все частіше цікавить не лише професійна компетентність фахівця, що включає його фахово-інтелектуальний потенціал, а й рівень його емоційного інтелекту. Адже саме достатньо розвинений емоційний інтелект стає запорукою гармонійної та ефективної взаємодії цього фахівця у трудовому колективі та за його межами. Особливо це стосується професій, що належать до типу «людина людина», як от професія філолога. Тож, підготовка сучасних фахівців-філологів, потребує охоплення не лише їхнього інтелектуального рівня, а й рівня їхньої емоційної компетентності, ключовим компонентом якої є саме емоційний інтелект.

«Поняття «емоційний інтелект» (ЕІ) довгий час нерозривно було пов'язано з поняттям «соціальний інтелект». У контексті розробок і досліджень проблематики соціального інтелекту Дж. Гілфорда, Х. Гарднера, Г. Айзенка виникла нова наукова категорія, яка отримала назву «емоційний інтелект» (Федорчук В. М., Комарніцька Л. М., 2023). Становленню наукової галузі яка почала займатися саме «емоційним інтелектом» психологія завдячує Дж. Мейєру та П. Селовею, які разом зі своїм колегою Д. Карузо, доклали багато зусиль, щоб сфера досліджень в галузі ЕІ здобула наукове визнання. З плином часу ця галузь знань здобуло тисячі прихильників, що було засвідчено виникненням низки наукових шкіл, напрямів, концептуальних підходів, які займалися вивченням саме «емоційного інтелекту».

«В класичній психологічній літературі вже існує декілька моделей емоційного інтелекту. Так, з-поміж них доцільно виокремити найвідоміші: модель здібностей Дж. Мейєра, П. Селовея, Д. Карузо; інтегративну модель К. Ізарда; модель Д. Гоулмана; модель Р. Бар-Она; модель Р. Купера; модель Д. Люсіна, модель Л. Манойолової ; моделі Е. Носенко та Н. Ковриги та інші. (Вовченко О.А., 2021)

Попри активний розвиток та наявність десятків варіацій моделей емоційного інтелекту, що вже достатньо вкорінилися в науковому ґрунті, вчені цієї галузі все ж почасти наражаються на опір прибічників традиційного розуміння інтелекту і критику цих моделей, аргументуючи браком чітких формулювань, категоріального апарату, узгодженості термінів (стосовно теоретичних моделей Р. Робертса та Д. Люсіна), зауважують, що більшість теорій і моделей описують функції, а не процеси емоційного інтелекту тощо.

Ще одним важливим моментом є той факт, що на сьогодні не існує єдиного концептуального визначення ЕІ а також уніфікованої схеми його вимірювання та сталої програми розвитку. З іншого боку, множинність теорій емоційного інтелекту дає ширші можливості його вивчення, зокрема, коли мова йде про вивчення вікових особливостей цього феномена: дитячого, підліткового чи похилого віку.

Зважаючи на вищевказане, а також на ускладнення психологічного стану життя студентів умовами війни, нам було цікаво провести дослідження рівня емоційного інтелекту студентів-філологів першого курсу бакалаврату університету гуманітарного спрямування.

Досліджуючи складові професійної компетентності студентів-філологів нами було проведено дослідження емоційного інтелекту за однією із найбільш використовуваних серед дослідників методик – методику Н. Холла, що скерована на виявлення розуміння внутрішніх переживань особистості, які можуть проявлятися в емоційній сфері, а також для ідентифікації здатності людини керувати своїми та впливати на емоції інших на основі прийняття відповідних рішень. Задля виявлення рівня розвитку емоційної сфери особистості Тест ЕІ Н. Холла пропонує 30 запитань-тверджень, які дають змогу виявити рівень ЕІ за

такими п'ятьма складовими як: емоційна обізнаність, управління своїми емоціями, самотивація, емпатія та розпізнавання емоцій інших людей

Вибірку склали група із 40 студентів Рівненського державного гуманітарного університету, із яких 20 студентів першого курсу вивчають українську філологію і 20 студентів першого курсу займаються вивченням іноземної філології.

Отримані результати наведені в таблиці:

Таблиця 1

Показники рівневого розподілу вибірки

Рівень Шкала	Низький (%)	Середній (%)	Високий (%)
Емоційна обізнаність	25	54,1	20,8
Управління своїми емоціями	79,1	20,8	0
Самотивація	20,8	54,1	8,33
Емпатія	16,6	58,3	25
Управління емоціями інших людей	25	58,3	16,6

Отже, за показниками в таблиці видно, що *емоційна обізнаність* студентів-першокурсників перебуває на середньому (54,1%) та доволі низькому рівнях (25%). *Управління своїми емоціями студентів* перебуває на дуже низькому рівні (79,1%). *Самотивація* у досліджуваній групі респондентів має середній (54,1%) рівень. Переважаючим середній рівень (58,3%) є також, коли говоримо про їхній рівень *емпатії*. *Управління емоціями інших людей* також перебуває на середньому рівні (58,3%). Цікавим є факт, що студенти взагалі не виявили високого рівня управління своїми емоціями, проте показали 16,6 % високого рівня управління емоціями інших людей.

Згідно цих даних, можемо побачити й *інтегративний рівень емоційного інтелекту* студентів-філологів першого року навчання.

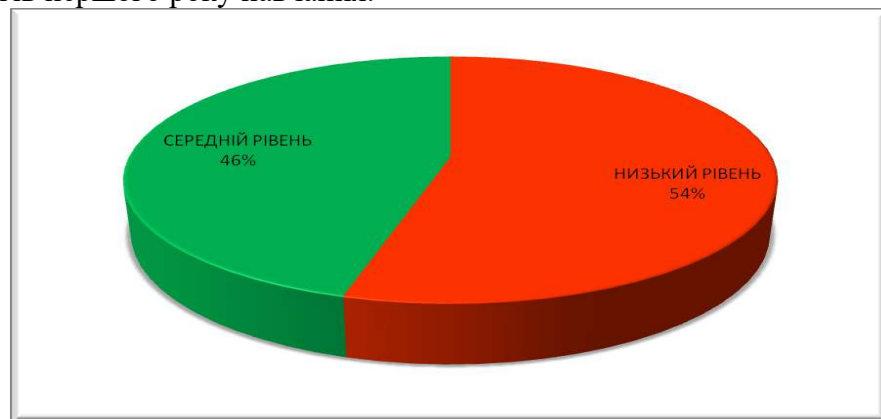


Рис. 1. Діаграма інтегративного рівня емоційного інтелекту студентів-філологів першого року навчання

Таким чином, на основі отриманих даних можемо зробити висновок про те, що інтегративний рівень емоційного інтелекту студентів-філологів першого року навчання бакалаврату перебуває на досить низькому рівні (54%). Середній рівень емоційного інтелекту виявило 46% опитуваних респондентів. Високого рівня прояву емоційного інтелекту, нажаль, засвідчено не було, а це, зважаючи на все вищесказане, засвідчує необхідність запровадження в навчальний процес елементів навчання, які б сприяли розвитку їх емоційного інтелекту.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Отже, сучасна психологічна наука демонструє доволі високий рівень зацікавленості проблемою розвитку емоційного інтелекту

в суспільстві загалом і українському зокрема, завдяки дослідженням вітчизняних вчених. На сьогодні концепція емоційного інтелекту перебуває у фазі активного розвитку, постійно доповнюються, впроваджуються нові методики його вимірювання; з'являється ряд наукових праць з означеної тематики, що засвідчує високий рівень затребуваності в суспільстві. На це вказують і результати даного дослідження проведеного серед студентів-філологів першого року навчання. Адже розвинений емоційний інтелект є одним із ключових факторів формування професійної компетентності філологів, оскільки у майбутніх фахівців має бути добре розвинена здатність до розуміння власних емоцій, бо лише людина яка перебуває «у злагоді із собою», здатна контролювати власні емоції, розуміти причину їх появи та вміє ними керувати. Така людина здатна розуміти й емоції інших, адекватно на них реагувати та взаємодіяти з оточенням, зокрема в робочому колективі й користуватися повагою колег, викладачів, учнів тощо. Розвинений емоційний інтелект сприяє кращому сприйняттю та розумінню інформації, покращує навчальний процес, дозволяє успішно долати перешкоди на шляху до мети, протидіяти фрустрації, шляхом створення необхідної самомотивації, що забезпечує високу конкурентноспроможність та сприяє побудові успішної кар'єри в обраній сфері. Доречним та перспективним в цьому зв'язку є також запровадження розвитку емоційного інтелекту на державному рівні у вітчизняному просторі на різних рівнях суспільного розвитку.

Список використаних джерел

1. Вовченко О.А. (2021) *Концептуалізація феномену емоційного інтелекту підлітків з порушеннями інтелектуального розвитку*: Монографія. Київ: ПП «ЮНІСОФТ»
2. Федорчук В. М., Комарніцька Л. М. (2023) *Емоційний інтелект як важливий чинник успішної підготовки психологів*. Взято з <https://surl.li/sysrfe>
3. Харківська А. (2023) *Формування емоційного інтелекту у майбутніх фахівців соціальної сфери*. Взято з <https://journal.khnnra.edu.ua/index.php/njKhNA/article/download/137/93/>

УДК [37.018.1.042:336]:[373.2.015.31:796]

ФОРМУВАННЯ ФІНАНСОВОЇ ГРАМОТНОСТІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ: ПЕДАГОГІЧНІ МОЖЛИВОСТІ ДИДАКТИЧНОЇ ГРИ

Омелич Григорій, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 012 «Дошкільна освіта», 2 курс, РДГУ

Керівник: Джеджер К.В., кандидат педагогічних наук, доцент

Постановка проблеми. В умовах розвитку сучасної економіки загострюється проблема підвищення фінансової обізнаності та грамотності людини. У зв'язку з цим актуалізується завдання розвитку економічних знань, посилення роботи з формування адекватного фінансового світогляду у підростаючого покоління. Це пов'язано з тим, що перші роки дитинства є найважливішим періодом для формування когнітивних, емоційних та соціальних основ фінансової грамотності, які можуть вплинути на майбутні фінансові результати та добробут людини і суспільства.

Пошуки можливостей розв'язання зазначеної проблеми неодмінно пов'язані з питанням урахування специфіки розвитку особистості дитини на тих чи інших етапах її життя, які зумовлюють її спроможність до засвоєння доволі складного економічного досвіду. При цьому зазначимо, що численні психолого-педагогічні дослідження підтверджують ефективність такого розвитку у процесі провідної діяльності. Як відомо, у старшому дошкільному віці такою є ігрова діяльність, у структурі якої набуває все більшого освітнього значення дидактична гра.

Мета дослідження – проаналізувати педагогічний потенціал дидактичної гри у формуванні фінансової грамотності дітей старшого дошкільного віку.

Виклад основного матеріалу дослідження. Сутність фінансової грамотності є предметом дослідження багатьох дослідників. Так, з погляду А. Кіссе, фінансова грамотність виявляється у здатності розуміти й оцінювати фінансові можливості та проблеми, з якими людина може зіткнутися у різних ситуаціях, робити усвідомлений та відповідальний вибір, що сприяє підвищенню її особистого та суспільного добробуту [7].

О. Дудчик та І. Матвійчук вважають фінансову грамотність психологічною якістю людини, яка свідчить про ступінь її поінформованості у фінансових питаннях, рівень знань та навичок, необхідний для того, щоб заробляти гроші та керувати ними [3].

За словами Т. Кізими, основи фінансово грамотної поведінки утворює поєднання фінансових знань, установок, норм та практичних навичок, необхідних для прийняття успішних та відповідальних рішень на фінансовому ринку, що є результатом цілеспрямованої діяльності з підвищення фінансової грамотності [6].

Сучасні дослідники вважають, що опанування фінансової грамотності розпочинається в старшому дошкільному віці, коли вони стають спроможними засвоїти певні економічні цінності, поєднати їх з наявними у них моральними уявленнями. Стикаючись із соціальною дійсністю у повсякденному житті, спілкуючись у цей віковий період з дітьми та дорослими, вони все більше розширюють свій досвід, який допомагає осмислити елементарні фінансові явища, факти, поняття, що стає основою для їх економічного виховання.

Звісно дитина цього віку перебуває на початковому етапі життєвого циклу, тому варто вести мову про формування певних початків фінансової грамотності. На думку Т. Остапенко, у старшому віці вони виявляються у розважливому ставленні до грошей, розумінні того, як вони працюють, умінні керувати грошима задля забезпечення певних дитячих потреб. Це допомагає їм сформувати позитивне та реалістичне ставлення до грошей, дізнатись про основні функції та форми грошей, набути навичок заощадження, витрати та дарування грошей, а також зрозуміти важливість фінансового благополуччя для себе та інших [8].

Отож фінансова грамотність дітей старшого дошкільного віку – це сукупність навичок відповідального, етичного та раціонального ставлення до фінансів, цінностей, відповідно до яких гроші займають важливе, але не ключове місце, і є засобом, а не метою досягнення особистого та соціального благополуччя.

Світ фінансів лише на перший погляд здається далеким від дитини. Насправді, за словами С. Іванчук та Н. Бонзареві, економіка присутня у житті дітей, коли вони йдуть із батьками до магазину, дивляться рекламу по телевізору, отримують у подарунок конвертик із грошима від бабусі та дідуся. Доступним їх розумінню є призначення грошей, їх номінал, функції банківських карток. Тобто фінансова грамотність виховується в міру дорослішання та проходження дитиною різних життєвих етапів: першого самостійного походу до магазину, кінотеатру, оплати проїзду в транспорті, отримання кишенькових грошей тощо. Чим раніше діти дізнаються про роль грошей у приватному, сімейному та громадському житті, тим раніше вони засвоять корисні фінансові звички. Тому важливо формувати їх уявлення про фінансово-економічні відносини якомога раніше, починаючи з 5-6 років, коли починає розвиватись логічне мислення, підвищується інтерес до світу дорослих [5].

Одним із дієвих засобів формування фінансової грамотності дошкільників є дидактичні ігри, які забезпечують внесення в ігрову діяльність елементів навчання: з предметами (іграшками, природним матеріалом); настільно-друкарські; словесні. Така діяльність у цей період є природним, захоплюючим та ефективним засобом, який сприяє розширенню кругозору в питаннях економіки та ощадливості, закріпленню та збагаченню знань про фінансову сферу діяльності дорослих, виробленню елементарних практичних навичок. Крім завдань загальної цільової спрямованості, ігри розвивають психічні процеси, інтелект дитини, удосконалюють особисті якості, створюють передумови психологічної підготовленості до майбутнього в світі фінансів [1].

На думку І. Свердлової, В. Мавріної, Т. Ковальнової та М. Заїкіної, дидактичні ігри економічного змісту – це різновид ігор з правилами, які передбачають виконання дітьми специфічної діяльності з особливими характеристиками: наявністю кінцевого результату – виграшу, що визначає спроможність взаємин і першість когось з учасників; обов'язковістю

для всіх правил, які визначають умови досягнення виграшу; циклічністю процесу гри, що забезпечує ймовірність успіху кожного з учасників [4].

Дидактичні ігри з предметами дуже різноманітні за ігровими матеріалами, змістом, організацією проведення. Як дидактичні матеріали використовуються іграшки, реальні предмети, об'єкти природи. Ігри з предметами дають можливість розв'язувати різні освітні завдання: розширювати та уточнювати знання дітей, розвивати розумові операції, удосконалювати мовлення, виховувати довільність поведінки, пам'яті, уваги [43]. За словами А. Бурової, серед ігор з предметами особливе місце посідають сюжетно-дидактичні ігри та ігри-інсценування. У сюжетно-дидактичних іграх діти виконують певні ролі, наприклад продавця чи покупця тощо. Ігри-інсценування допомагають уточнити уявлення про різні побутові ситуації, про літературні твори, про норми поведінки. Іншим видом дидактичних ігор є настільно-друковані ігри, які різноманітні за змістом, навчальним завданням, оформленням. Вони допомагають уточнювати та розширювати уявлення дітей про оточуючий світ, систематизувати знання, розвивати розумові процеси [2].

Ефективними у цьому контексті є мовні дидактичні ігри, які дають змогу закріпити елементарні фінансові знання; умовні ігри, які допомагають співвіднести отримані знання з наявними економічними реаліями; ігри-головоломки; сюжетно-дидактичні ігри економічного змісту. Останні, на думку А. Залізняка, дають змогу поглибити уявлення про види праці дорослих та їх професії, особливості фінансової діяльності у знайомих обставинах: магазині, перукарні, лікарні, кінотеатрі, вокзалі тощо [Мельничук].

Г. Бойко разом з О. Танчин звертають увагу на особливу роль настільних ігор у розвитку навичок ефективного застосування фінансових знань у повсякденному житті. Наприклад, економічні ігри «Монополія для дітей» та «Грошова політика» спонукають дітей до «створення» власних підприємств; популярна гра «Бізнес-ідеї» спрямовує на розширення знань про бізнес та його принципи; «Гра в життя» дає змогу навчитись приймати фінансові рішення, робити вибір на користь заощадження чи витрати грошей, усвідомлювати своє майбутнє «доросле» життя [1].

Висновки. таким чином, дидактичні ігри забезпечують вагомі можливості для створення сприятливих умов формування фінансової грамотності дітей старшого дошкільного віку. Вони сприяють усвідомленню фінансових відносин (зокрема щодо товарів і послуг на економічному ринку та їх придбання), розвитку можливостей оптимально використовувати отримані знання та досвід у повсякденній практиці, стимулюють когнітивні, емоційні та соціальні аспекти фінансового досвіду, підвищують допитливість, креативність та навички критичного мислення.

Список використаних джерел

1. Бойко Г., Танчин О. Економічне виховання старших дошкільників засобом дидактичної гри. *Вісник Львівського університету*. Сер. педагогічна. 2022. Випуск. 36. С.14–23.
2. Бурова А.П. Організація ігрової діяльності дітей дошкільного віку. Тернопіль : Мандрівець, 2016. 288 с.
3. Дудчик О. Ю., Матвійчук І. О. Фінансова грамотність населення : теоретичні аспекти, проблеми і перспективи поліпшення в Україні. *Гроші, фінанси і кредит*. 2019. Вип. 31. С. 631–635.
4. Економіка у грі : методичний посібник / укл. : І. В. Свердлова, В. В. Мавріна, Т. А. Ковальова, М. М. Заїкіна та ін. Костянтинівський міський методичний кабінет, 2015. 61с.
5. Іванчук С. А., Бонзарєва Н. С. Проблема економічного виховання в теорії дошкільної педагогіки *Молодий вчений*. 2017. № 10.1 (50.1). С. 30–34.
6. Кізіма Т. О. Фінансова грамотність населення : зарубіжний досвід і вітчизняні реалії. *Вісник ТНЕУ*. 2015. № 2. С. 64–71.
7. Кіссе А. І. Гроші і фінансова поведінка як світосприйняття. *Наукове пізнання: методологія та технології*. 2019. №1. С.44–50.

8. Остапенко Т. Г. Бебі-економіка як чинник підвищення ефективності використання людського потенціалу в умовах глобалізації. *Зовнішня торгівля : економіка, фінанси, право*. 2015. № 3. С. 66–73.

УДК 159.938.363.6

ОСОБЛИВОСТІ СИМПТОМІВ ПТСР ТА СПЕЦИФІКА ЙОГО ДІАГНОСТИКИ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Пантелеймонова Наталія, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія», 2 курс, РДГУ

Широких Анастасія, доктор філософії за спеціальністю «Психологія», доцент

Постановка проблеми. Проблема посттравматичного стресового розладу (ПТСР) у військовослужбовців сьогодні є особливо актуальною через високий рівень стресу, з яким вони стикаються під час бойових дій та виконання обов'язків. Особливості військової травми, такі, як : небезпечні для життя поранення, втрата товаришів, участь у насильницькому конфлікті та інтенсивний психологічний стрес, можуть призвести до виникнення симптомів ПТСР, які є унікальними для військовослужбовців і суттєво відрізняються від аналогічних розладів у цивільних осіб. Ці симптоми включають в себе стійкі нав'язливі спогади про подію, підвищену пильність, проблеми з самоконтролем, агресивну поведінку, труднощі з адаптацією до цивільного життя і схильність до ізоляції. Ця проблема ускладнюється тим, що симптоми ПТСР у військових часто залишаються невиявленими через особливості військової культури, яка сприяє емоційному придушенню. Це зумовлює необхідність розробки цілеспрямованого підходу до діагностики, профілактики та реабілітації військовослужбовців з симптомами ПТСР з урахуванням особливостей військової травми та її впливу на поведінкові прояви.

Мета дослідження. Дослідити теоретичні засади проявів посттравматичного стресового розладу та його специфіки; експериментально визначити рівень його прояву у військовослужбовців.

Кількість військовослужбовців, які мають проблеми з психічним здоров'ям або знаходяться під загрозою розвитку таких проблем, є закритою інформацією для широкого загалу в більшості країн, особливо коли війна триває. Водночас, відповідно до даних ВООЗ, оприлюднених у 2023 році, кожна восьма людина у світі, що складає 12,5 % населення, страждає від психічного розладу. Тому надання якісної психологічної допомоги військовослужбовцям є надзвичайно важливим завданням.

Науковці з різних країн, як українські (В. Василевський, Т. Дмитрієва, А. Довгополук, Е. Єпачинцева, Г. Растовцев та ін.), так і закордонні (М. Горовіц, К. Калмикова, А. Кардінер, В. Конторович, Н. Ласко, С. Литвинцев, А. Меркер, Дж. Мітчел, М. Падун, В. Петрухін, В. Ромек, Г. Сельє, Є. Снедков, Н. Тарабріна, Г. Фастовцев, З. Фрейд, Р. Яноф-Бурман та ін.), досліджували проблеми виникнення гострого стресового розладу та посттравматичного стресового розладу. Їхня робота була присвячена вивченню механізмів виникнення стресу і ПТСР, а також розгляду психологічних аспектів діагностики та корекції цих станів. Основна увага в дослідженнях приділялася розумінню психологічних наслідків травматичних ситуацій.

Перше наукове уявлення про природу і сутність поняття «психотравма» можна знайти у публікаціях З. Фрейда. Розглядаючи в своїх дослідженнях роботу Д. Брейера з однією зі своїх істеричних пацієнток, Фрейд відзначив, що «майже всі симптоми її істерії виявлялися наслідком так званих психічних травм»[11, с. 89]. Т. Титаренко у словнику-довіднику визначає цей феномен наступним чином: «Психологічна травма (психотравма, від грец. Psyche – душа, trauma – пошкодження, потрясіння) – це залишкові наслідки афективних переживань особистості, викликані зовнішніми подразниками, які спричиняють психічний дискомфорт і мають патогенний вплив на особистість.

У метафоричному сенсі психотравма означає будь-яке потрясіння психіки, яке справляє значний вплив на функціонування особистості та її подальший розвиток» [9, с. 102]. О.Л. Туриніна розглядає психічну травму як «травматичний стрес» — подію, що сприймається людиною як загроза її існуванню, порушує нормальну життєдіяльність і стає травмуючим потрясінням або переживанням особливого характеру [10, с. 41]. Представник психоаналізу Д. Калшед у своїй праці «Внутрішній світ травми» зазначає, що термін «психотравма» використовується для опису будь-якого переживання, яке викликає величезні душевні страждання [5, с. 5]. Н.Є. Гоцуляк визначає психологічну травму у найзагальніших термінах як реакцію особистості на стресові життєві події. До таких подій відносяться війни, терористичні акти, стихійні лиха, нещасні випадки та аварії, фізичне, емоційне і сексуальне насильство, серйозні захворювання і медичні операції, ситуації втрати, горя, міжособистісні конфлікти тощо [3, с.384]. Таким чином, Н.Є. Гоцуляк узагальнює всі складні життєві ситуації, включаючи екстремальні моменти, і, як представник екзистенційної психології, надає аналогічне визначення як психологічній, так і психічній травмі, що є типовим для більшості науковців [3, с.385].

Вперше психологічні зміни у людей, які пережили екстремальні ситуації, описав американський лікар Джейкоб Мендес Да Коста. У період з 1861 по 1865 рік він виявив і описав симптом прискореного серцебиття у учасників бойових дій. Пізніше цей симптом отримав назву «серце солдата» або «серце Да Кости» (Da Costa's heart) [4]. У 1941 році А. Кардинер описав це явище як «хронічний військовий невроз» і вказав на те, що військовий невроз має як фізіологічні, так і психологічні аспекти. У 1980 році М. Горовиць запропонував відокремити цей стан як окремий синдром, назвавши його «посттравматичним стресовим розладом» (ПТСР).

Отже стрес є ключовим психологічним предиктором психотравми. Вплив стресора призводить до порушення психічного стану, таких як гострий стресовий розлад та посттравматичний стресовий розлад. Травматичні події охоплюють широкий спектр досвіду, включаючи військові бої, насильницькі напади, викрадення людей, терористичні атаки, тортури, автомобільні аварії та стихійні лиха. Дослідження показали, що різні типи травм можуть мати різний рівень впливу протягом життя, з деякими типами травм, що зустрічаються частіше ніж інші. Відомо також, що існують групи ризику для розвитку посттравматичного стресового розладу, такі як особи, які зазнали зґвалтувань, бойових дій, полону, етнічно чи політично мотивованого інтернування або геноциду. Саме тому ці травматичні події часто призводять до розвитку ПТСР.

Під час війни та постійної загрози українські військові стикаються з великою емоційною напругою. Інтенсивні відчуття неспокою, гніву, тривоги та смутку є нормальною реакцією на бойові дії. Водночас з бойовим досвідом, військові отримують фізичні і психологічні травми, що суттєво впливають на їхню психіку. Внаслідок цього, військові стикаються з глибокими психічними розладами та мають труднощі в адаптації до звичного життя. Тому важливо знайти ефективні методи адаптації та соціально-психологічної реабілітації для військовослужбовців, які пережили бойові умови [6, 7].

Вчасно не діагностовані проблеми зі здоров'ям ускладнюють надання якісної медичної допомоги, що значно погіршує стан і впливає на всі аспекти життя. Тому комплексна діагностика є актуальним завданням для психологічних служб.

Для виявлення специфічних симптомів ПТСР і депресивних станів у військовослужбовців більш детального вивчення, розуміння та оцінки характеру ПТСР було проведено емпіричне дослідження з використанням наступної методики:

Міссісіпська шкала посттравматичного стресового розладу, яка була розроблена для діагностики та оцінки інтенсивності симптомів ПТСР у військових, які отримали бойові травми. Дана діагностика дозволяє виявити наявність розладу і оцінити рівень його тяжкості. Методика складається з 35 питань і має п'ять варіантів відповідей: «абсолютно невірно», «іноді невірно», «у деякій мірі вірно», «вірно», «абсолютно вірно».

Оцінювання результатів проводиться шляхом порівняння з ключем, що включає прямі та зворотні значення отриманих балів. Залежно від набраних балів, результати можуть класифікуватися наступним чином:

- Низький ризик ПТСР (адаптовані, до 96 балів);
- Середній ризик ПТСР (можливий ризик психічного розладу, 97-111 балів);
- Високий ризик ПТСР (112 балів і більше) [1, с. 165].

В дослідженні брали участь 11 військовослужбовців віком 25-55 років, деякі з них брали участь у бойових діях.

Таблиця 1

**Результати діагностики ПТСР у військовослужбовців за Міссісіпською шкалою
посттравматичного стресового розладу (n=11)**

Результати діагностики ПТСР у військовослужбовців за Міссісіпською шкалою посттравматичного стресового розладу		
Рівні прояву	Кількісні результати	Результати у відсотках (%)
високий	1	9
середній	4	36,4
низький	6	54,6

Результати показують (Табл.1), що більшість досліджуваних військовослужбовців демонструють хороший рівень адаптації, і на даний момент ризик виникнення посттравматичного стресового розладу (ПТСР) є низьким. Цей рівень зафіксовано у 54,6% респондентів (6 військовослужбовців). У 36,4% респондентів (4 військовослужбовці) спостерігаються певні порушення адаптації, що вказує на середній рівень ризику ПТСР. Один військовослужбовець (9% від загальної кількості) продемонстрував високі показники за методикою, що може свідчити про наявність ПТСР.

Отримані дані свідчать, що більшість респондентів добре адаптовані і здатні пристосовуватися до змін у різних сферах життя, включаючи сімейні та професійні обов'язки. Проте у одного з військовослужбовців було діагностовано ПТСР, а у чотирьох інших спостерігаються порушення адаптації. Результати дещо відрізняються від даних про військовослужбовців з бойовим досвідом. Оскільки переважна більшість учасників нашої групи не мають бойового досвіду, їх ризик отримати психічну травму є нижчим, що може пояснювати наявні відмінності у результатах.

Отримані результати вказують на необхідність подальших емпіричних досліджень психічного стану здоров'я військовослужбовців та розробки комплексної програми заходів щодо їх відновлення.

Враховуючи, що повномасштабна війна триває, ризик розвитку ПТСР та інших психічних розладів залишається високим. Тому надзвичайно важливо забезпечувати психологічну підтримку та благополуччя військовослужбовців. Це не лише сприяє успішному лікуванню існуючих розладів, але й служить профілактикою їх рецидивів.

Список використаних джерел

1. Агаєв Н. А. Негативні психічні стани військовослужбовців у бойових умовах: класифікація, визначення, ідентифікація. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України*. Серія: Психологічні науки. 2016. № 2 (4). С. 5–23.
2. Агаєв Н. А., Кокун О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Остапчук В. В., Ткаченко В. В. *Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: методичний посібник*. Київ: НДЦ ГП ЗСУ. 2016. 234 с.
3. Гоцуляк Н.Є. Психологічна травма: аналіз та шляхи її подолання. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України*. Серія: Педагогічні та психологічні науки. 2015. №1(74). С. 378–390.
4. Гунько Б. А. Посттравматичний стресовий розлад – в розрізі часу. *Вісник Вінницького національного медичного університету*, 2015. №1, Т. 19. С. 216–219.

5. Калшед Д. Внутрішній світ травми: архетипічні захисти особистісного духа / пер. с англ. Київ :ЦУЛ, 2007. 368 с. (рос. мовою).
6. Кокун О. М., Агаєв Н. А., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Остапчук В. В. Психологічна робота з військовослужбовцями – учасниками АТО на етапі відновлення. *Методичний посібник*. К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 282 с.
7. Крук І.М., Григус І.М. Фізична терапія військовослужбовців з наслідками вогнепальних поранень. *Rehabilitation and Recreation*. 2022. 12, 44–51.
8. Невидимі наслідки війни. Як розпізнати? Як спілкуватись? Як допомогти подолати? Довідник для широкого кола фахівців. Київ, 2023. 164 с.
9. Титаренко Т. М. Психологія особистості: словник-довідник / за ред. П.П. Горностая. Київ : Рута, 2001. 320 с.
10. Туриніна О.Л. Психологія травмуючих ситуацій : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Київ : ДП «Вид. дім Персонал», 2017. 160 с.
11. Фройд З. Вступ до психоаналізу : лекції. URL: <https://javalibre.com.ua/java-book/book/2925162>

УДК [159.98:331.5]:355.422(477)

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Пермінова Наталія, здобувач ОС «магістр»
спеціальності 053 «Психологія», 2 курс, РДГУ

Науковий керівник: Назаревич В.В., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. Управління персоналом в якості чинника підвищення конкурентоспроможності підприємства, організації, установи, досягнення успіху в процесі реалізації стратегії їх розвитку, має надзвичайно важливе значення в умовах воєнного стану в Україні.

Управління персоналом є діяльністю, спрямованою на досягнення ефективності у використанні працівників для досягнення цілей як підприємства, так і особистих цілей. За допомогою системи управління персоналом здійснюється врівноваження попиту зі сторони роботодавця, який «...бере у «оренду» певні знання і навички індивіда, що претендує на задану вакансію» [2], і пропозицію зі сторони потенційних працівників, які шукають роботу та пропонують свої навички й знання та вміння на ринку праці з метою досягнення своїх матеріальних цілей. Загалом сутність управління персоналом – це встановлення організаційних, економічних, соціальних, психологічних та правових взаємозв'язків між суб'єктами та об'єктами управління на основі принципів методів та форм, які мають вплив на інтереси, поведінку та діяльність працівників задля отримання максимальної користі від них.

Воєнний стан, під час якого державна влада підвищує рівень контролю та обмежує деякі свободи громадян, зумовлює низку викликів та проблем, що може знижувати якість управління персоналом: обмеження свободи дій та рішень, надзвичайні обставини, нестабільність у політичній та економічній ситуації тощо. Всі ці обставини мають безпосередній вплив на ефективність управління персоналом та потребують ретельної та грамотної розробки стратегії із врахуванням впливу психологічних чинників, які забезпечують досягнення мети діяльності установ, організацій та підприємств всіх форм власності.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні чинники управління персоналом в умовах воєнного стану.

Виклад основного матеріалу дослідження. Одними з перших науковців, які звернулися до питання планування, організації, мотивації, контролю та регулювання персоналу були зарубіжні фахівці в галузі економіки та менеджменту (Ф.Герцберг,

Г.Лебон, А.Маршалл, А.Маслоу, А.Сміт, Ф.Тейлор, А.Файоль, Т.Шульц та інші). Вплив психологічних чинників на ефективність управління персоналом був предметом дослідження Д.Буковського, О.Відоменко, К.Власюк, О.Каламан, О.Козакової, А.Литвинчук, В.Мазур, Т.Малкової, І.Радул, Е.Регнет, В.Савельєвої, В.Татенко та ін. Особливості управління персоналом, в тому числі психологічні чинники його ефективності, в умовах воєнного стану вивчалися Н.Василець, О.Громова, Ю.Калюжною, В.Куделею, Л.Мешкун, Л.Михайличенко, С.Невмержицькою, Н.Петренко, А.Птухою, Т.Цалко, О.Череп, І.Чорнодід, В.Яковенко та ін.

В умовах воєнного стану, в час значних соціальних перетворень, які мають визначальний вплив на економічні процеси в країні, що пов'язані з людським фактором, в полі зору кожного підприємства, установи, організації знаходиться основний ресурс – персонал. Управління персоналом в структурі управління підприємства, організації, установи, з точки зору Л.Глущенко, Н.Коваль, Т.Пілявоз, «...є однією з найважливіших частин системи підприємства, оскільки охоплює, з організаційної точки зору, всіх працівників та всі структурні підрозділи, відповідальні за персонал на підприємстві» [1]. Згідно з висновками Т.Водолажської та О.Криворучко, головна мета системи управління персоналом полягає в забезпеченні ефективної роботи з організації людських ресурсів та усунення недоліків за такими критеріями, як: стабільність, плинність кадрів, виконавчість, прогули, довгострокова відсутність працівників, їх задоволеність працею, кількість скарг, конфлікти, кількість нещасних випадків та ін. [4].

Із введенням воєнного стану в Україні в системі управління персоналом відбулася низка значних змін. В першу чергу це через відтік за кордон значної частини населення працездатного віку виникнення «кадрового голоду», зниження мотивації праці працівників, які залишилися в країні, значне погіршення психологічного стану. Фокус уваги змістився на безпеку та здоров'я (в тому числі психічне) людей. Адже при смертельній загрозі на передній план виходить передислокація себе та сім'ї у безпечне місце, забезпечення рідних життєво необхідними ресурсами (вода, їжа, ліки), а решта, в тому числі робота, переміщуються на задній план. Також і для тих працівників, які перебувають у більш-менш безпечних місцях, наразі стала найбільш важливим фактором наявність роботи, фінансова стабільність, спроможність забезпечити себе та сім'ю, а не кар'єрний розвиток та зростання. Під час війни, на що вказує Л.Карамушка [3], психоемоційний стан працівників може зазнавати серйозних дестабілізаційних порушень, оскільки в житті постійно присутній стрес, тривога, пов'язана із загрозою життю та здоров'я як їхнього, так і родини, близьких, друзів, із невизначеністю з майбутнім родини, дітей тощо. Погіршення психічного здоров'я персоналу, а, як наслідок – і соматичного, може також призводити до перебоїв виробничих процесів, зниження продуктивності праці через збільшення часу відсутності на роботі, адже тривалий стрес має прямий негативний вплив на стан здоров'я людини. Також в умовах невизначеності може значно знижуватися рівень мотивації, самоефективності, задоволеності роботою та її результатами, що знижує ефективність виробництва та підвищує відтік кадрів.

З метою вивчення психологічних чинників управління персоналом в умовах воєнного стану було проведено емпіричне дослідження за допомогою методик: Тест DISC; Тест «Ролі в команді» (Р.Белбін); Тест «Шкала самоефективності» (Р.Шварцер, М.Єрусалем); Методика «Діагностика рівня емоційного вигорання» (В.Бойко).

Аналіз результатів діагностики за допомогою методики «Тест DISC» виявив що серед типів поведінки за середніми значеннями в досліджуваних переважає тип «Стабільність» (76,4%), на досить високому рівні в ЕГ представлений тип «Адаптивний» (66,5%). Найменш вираженим виявився тип «Домінуючий» (48,3%). Згідно з розподілом рівнів вираженості типів особистості високого рівня за типом «Домінування» не було виявлено в жодного з учасників опитування. Натомість низький рівень - в 31,8%, які мають значні труднощі в роботі у незвичному, некомфортному середовищі, ніколи не прагнуть лідерства авторитарного характеру, схильні виконувати вказівки керівництва, аніж їх роздавати. За типом особистості «Вплив» низький рівень вираженості було

констатовано в 13,6%, які не люблять працювати в команді. За типом особистості «Стабільність» в 50,0%, які мають достатньо пасивну позицію взаємодії в дружньому середовищі, є товариськими й відповідальними, але більше надають перевагу виконанню завдань по шаблону. За типом «Адаптивність» в 40,9% учасників експерименту виражені критичність, формалізм, невизначеність, схильність до засудження поряд із організованістю, раціональністю, орієнтацією на вирішення проблем, послідовністю.

Аналіз результатів діагностики за тестом «Ролі в команді» (Р.Белбін) встановив, що найбільш вираженими є такі типи, як «Дипломат» (15,6 балів) – відрізняються ввічливістю, товариськістю, гнучкістю, адаптивністю, прагненням уникати проблем; «Реалізатор» (11,7 балів) – характеризуються практичністю, здоровим глуздом, хорошим відчуттям самоконтролю та дисципліни, надійністю, старанністю; «Виконавець» (10,9 балів) – мають навички та вміння у вузькій сфері діяльності.

Результати дослідження за методикою «Шкала самоефективності» (Р.Шварцер, М.Єрусалем) було встановлено, що в загальному високий рівень самоефективності відчувають 35,7%, які впевнені в тому, що при належному рівні старанності можливо віднайти рішення навіть дуже складних проблем, знаходять шляхи досягнення своєї мети в складних умовах.

За методикою «Діагностика рівня емоційного вигорання» (В.Бойко) було виявлено високий рівень емоційного вигорання в 22,7% учасників експерименту. Це свідчить про те, що досить значна частина досліджуваних відчувають емоційне виснаження, постійну втому, які з часом мають тенденцію до посилення. Нервові напруження, стреси, підвищений рівень дратівливості, хронічне погане самопочуття та інші симптоми можуть провокувати різні негаразди в міжособистісних стосунках ста в професійній діяльності, провокувати конфліктні ситуації.

Висновки. Отримані в підсумку теоретично-емпіричного дослідження результати свідчать про необхідність розробки та впровадження Програми підвищення ефективності управління персоналом в умовах воєнного стану.

Список використаних джерел

1. Глущенко Л., Пілявоз Т., Коваль Н. Управління персоналом у сучасній структурі управління підприємством. *Економіка та суспільство*. 2022. Випуск 35. URL: <https://economyandsociety.in.ua/index.php/journal/article/view/1105/1062>
2. Дашко І. М., Крилов Д. В., Серова В. Ю. Сучасні системи управління персоналом. *Фінансові стратегії інноваційного розвитку економіки*. 2021. Вип. 4(52). С. 121–128.
3. Карамушка, Л.М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати. Метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2022. 52 с.
4. Криворучко О.М., Водолажська Т.О. Управління персоналом підприємства: навч. посібник. Харків: ХНАДУ, 2016. 200 с.

УДК 159.923: 316.663

ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ДО БОЙОВИХ ДІЙ У ДОБРОВОЛЬЦІВ СИЛ ТЕРИТОРІАЛЬНОЇ ОБОРОНИ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ**Помаранський Валентин, здобувач ОС «магістр»**

спеціальності 053 «Психологія», 2 курс, РДГУ

*Науковий керівник: Безлюдна В.І., кандидат педагогічних наук, доцент,**професор кафедри*

Постановка проблеми. Тривале виконання обов'язків щодо національного супротиву, перебування в складних та екстремальних умовах часто призводить до зниження опірності організму, соціально-психологічної дезадаптації, нервово-психічного перенапруження та викликає розвиток стійких негативних психічних станів.

В умовах повномасштабного вторгнення військ російської федерації на територію України проблема формування психологічної готовності військовослужбовців Збройних Сил України, в тому числі тих, що входять до складу Сил територіальної оборони Збройних сил України до виконання завдань за призначенням, а також до участі в бойових діях, стає нагальною та має надзвичайне значення, оскільки така готовність визначає не лише ефективність службової їх діяльності, але й особистої безпеки.

Значний внесок в розробку проблеми формування психологічної готовності військовослужбовців до діяльності в екстремальних умовах було зроблено В.Бодровим, С.Безносовим, А.Іваніцьким, О.Колесніченко, М.Корольчук, В.Крайнюк, О.Макаревич, В.Маріщук, В.Машковим, Г.Нікіфоровим, В.Осьодло, О.Поканевич, Л.Смірновим, В.Стасюк, О.Тімченко, М.Томчуком, О.Хміляр, Ю.Шарановим, Г.Шестаковим, Ю.Широбоковим та ін. Організації психологічної підготовки у Збройних Силах України присвячені наукові розробки Л.Бродської, В.Весера, Т.Заріцького, О.Капінуса, В.Клочкова, О.Лесюка, В.Можарівського, І.Немінського, В.Олійника, Г.Пшенинюка, О.Рой, А.Ромагишина, А.Сидоренко, А.Урсул, С.Ціповяза. Проте на сьогоднішній день малорозробленою є проблема психологічної готовності особового складу Сил територіальної оборони Збройних Сил України, особливостей її формування.

Мета дослідження: теоретично та емпірично дослідити проблему формування психологічної готовності до бойових дій у добровольців тероборони.

Виклад основного матеріалу дослідження. Сили територіальної оборони Збройних Сил України є окремим родом сил Збройних Сил України, згідно Закону України «Про основи національного спротиву» на який покладено функції щодо організації, підготовки та виконання завдань територіальної оборони. Територіальною обороною є система заходів загальнодержавного, воєнного та спеціального характеру, які здійснюються в мирний час, а також в особливий період (в тому числі під час воєнного стану), з метою «...протидії воєнним загрозам, а також для надання допомоги у захисті населення, територій, навколишнього природного середовища та майна від надзвичайних ситуацій» (ст.1, п.16) [3].

Організація та виконання завдань, покладених на територіальну оборону, покладається на Сили територіальної оборони Збройних Сил України, що підпорядковується Командуванню Сил територіальної оборони Збройних Сил України. Цивільна складова тероборони включає в себе органи місцевого самоврядування та інші державні органи, які залучені до територіальної оборони; військово-цивільна складова – штаби тероборони та добровольчі формування, які склалися в територіальних громадах та залучаються до виконання завдань з територіальної оборони.

Згідно визначення, наданого Законом України «Про основи національного спротиву» (ст.1, п.1), добровольцем Сил територіальної оборони Збройних Сил України є «...громадянин України або іноземець чи особа без громадянства, який перебуває в Україні на законних підставах впродовж останніх п'яти років та на добровільній основі

зарахований до проходження служби у складі добровольчого формування Сил територіальної оборони Збройних Сил України» [3].

Добровольці територіальної оборони, на яких розповсюджуються вимоги статутів Збройних Сил України, в своїй підготовці до виконання поставлених завдань повинні також пройти курс підготовки до участі в бойових діях та мати сформовану психологічну готовність до таких дій.

Психологічна готовність до бойових дій, як зауважує Г.Воробйов, передбачає впевненість у своїх діях, в діях товаришів, побратимів, усвідомлення власної відповідальності за долю країни, рідних, близьких, а також бажання боротися, перемогти ворога, прагнення подолати свої слабкості, гідно пройти складні випробування [2, 56]. Дослідник в якості основних ознак психологічної готовності до виконання бойових завдань визначає такі, як: обачлива та рівна поведінка; відсутність замкнутості чи навпаки метушливості; чіткість та безпомилковість у виконанні наказів і команд; фізіологічний стан в межах норми (частота серцевих скорочень, частота дихання, колір шкірних покривів та ін.). О.Івницька пропонує розглядати досліджуваний феномен у функціональній єдності як тривалу (характеристика особистості – система професійних якостей, досвіду, знань, умінь, навичок, необхідних для ефективної діяльності) та тимчасову (функціональний стан – актуалізація тривалої готовності у відповідності з конкретними умовами, ситуаціями) форми психологічної готовності. Відповідно ситуативна (тимчасова) психологічна готовність визначає продуктивність оперативної психологічної готовності у визначених обставинах, а оперативна – залежить від тривалої готовності [1, 157].

Психологічна готовність визначається цільовими, тимчасовими, ресурсними, продуктивними, операційно-інструментальними, точними параметрами, прояви яких в конкретних умовах бойових дій пов'язані з індивідуальними особливостями психіки людини. Факторами, які впливають на низький рівень готовності до бойових дій, є: негативні установки, низка емоційна готовність; слабкість розвиненості системи мотивації щодо збереження власної життєдіяльності та її забезпечення; недостатня фізична підготовленість; цивільний період життя, який проходив в несприятливому соціальному середовищі; низький рівень патріотизму або його відсутність взагалі, нервово-психічна нестійкість, наявність шкідливих звичок, схильність до негативізму та депресій, недорозвиненість мотиваційної та ціннісної сфери.

Емпіричне дослідження особливостей психологічної готовності до участі в бойових діях добровольців територіальної оборони, в якому брали участь 24 особи чоловічої статі віком від 40 до 55 років Добровільного формування Рівненської міської територіальної громади №1, проводилася за допомогою тестування із використанням методик, рекомендованих Науково-дослідним центром гуманітарних проблем Збройних сил України та Головним управлінням виховної та соціально-психологічної роботи Збройних сил України: Тест «Шкала темпераментів», Л.Терстоун, Тест «Діагностика комунікативних і організаторських здібностей (КОЗ-2)», В.Синявський, А.Федоришин, «Методика діагностики ступеня особистісної готовності до ризику», А.Шуберт, «Методика самооцінки функціонального стану «САН», В.Доскін.

За методикою «Шкала темпераментів було виявлено»: шкала «Активність» – високий рівень в 37,5% середній рівень в 62,5% досліджуваних; шкала «Фізична активність» - високий рівень в 25,0%, середній рівень в 58,3%, низький рівень в 16,7% учасників експерименту; шкала «Імпульсивність» - високий рівень в 16,7%, середній рівень – в 75,0%, низький рівень в 8,3 % опитуваних; шкала «Лідерство» - високий рівень в 16,7%, середній рівень в 50,0%, низький рівень в 33,3% респондентів; шкала «Врівноваженість» - середній рівень в 62,5%, низький рівень в 37,5% досліджуваних; шкала «Товариськість» - високий рівень в 25,0%, середній рівень в 75,0% опитуваних; шкала «Рефлексивність» - високий рівень в 25,0% опитуваних, середній рівень в 25,0%, низький рівень в 50,0% учасників експерименту.

Аналіз розподілу рівнів вираженості комунікативних здібностей виявив, що 45,8% опитуваних мають високий рівень таких здібностей; 41,7% опитуваних із середнім рівнем показника мають достатньо друзів, з якими підтримують постійні зв'язки, проте деколи мають труднощі у встановленні контактів; 12,5% опитуваних із низьким рівнем комунікативних здібностей відчують себе дуже напружено в колі незнайомих людей. Розподіл вираженості організаторських здібностей свідчить про те, що 58,3% досліджуваних добровольців тероборони із високим рівнем мають схильності до занять громадською діяльністю, люблять вигадувати різні розваги для товаришів та ін.; 58,3% досліджуваних із середнім рівнем показника мають достатньо розвинені вміння організовувати справи, взаємодію людей, контролювати їх реалізацію; 12,5% досліджуваних із низьким рівнем складно орієнтуватися в критичній ситуації.

Результати дослідження за методикою діагностики ступеня готовності до ризику (Шуберт) засвідчили відсутність обстежуваних як із високим рівнем схильності ризикувати, так і надто обережних. Значення, вище середнього рівня за тестом було зафіксовано в 29,2% опитуваних. 50,0% опитуваних із середнім рівнем показника в ризикових ситуаціях покладаються на власні можливості, аналіз ситуації та визначаються в своїх судженнях та поведінці, в залежності від того, що відбувається. 20,8% опитуваних із зниженим рівнем показника не схильні до пошуку «гострих» відчуттів, прагнуть відчуття безпеки та сталості.

Результати діагностики за методикою самооцінки функціонального стану «САН» (В.Доскін) вказують на те, що середньогрупові показники самопочуття (швидкість, рухливість, темп перебігу функцій - 5,6 балів), активності (сила, стан здоров'я - 5,4 балів), настрою (характеристики емоційного стану - 5,6 балів) знаходяться в межах високих значень. Загалом учасники емпіричного дослідження відчують достатньо себе сильними, активними, рухливими, веселими, працездатними, повними сил, спрямованими на діяльність, життєрадісними, оптимістичними, бадьорими, повними сподівань, мають бажання діяти та працювати, проявляти активність в різних сферах (табл. 1).

Таблиця 1

Аналіз психологічної готовності до участі в бойових діях

Показники	Рівень		
	високий	середній	низький
Активність	37,5	62,5	0,0
Фізична активність	25,0	58,3	16,7
Імпульсивність	16,7	75,0	8,3
Лідерство	16,7	50,0	33,3
Врівноваженість	0,0	62,5	37,5
Товариськість	25,0	75,0	0,0
Рефлексивність	25,0	25,0	50,0
Комунікативні здібності	45,8	41,7	12,5
Організаторські здібності	58,3	29,2	12,5
Готовність до ризику	29,2	50,0	20,8
Самопочуття	41,7	58,3	0
Активність	41,7	58,3	0
Настрій	41,7	54,2	4,2
Інтегративний показник	31,1	53,8	15,1

Інтегративний показний психологічної готовності до участі в бойових діях показав, що високий рівень психологічної готовності мали 31,1% обстежуваних, які характеризувалися високою загальною активністю, в тому числі й фізичною, лідерськими якостями, вмінням приймати рішення в невизначених ситуаціях, врівноваженістю, товариськістю, орієнтованістю на міжособистісну взаємодію, мали розвинуті рефлексивні навички, комунікативні та організаторські здібності, були готові ризикувати в необхідних

ситуаціях, відрізнялися хорошим самопочуттям та стійкістю позитивного настрою. В 53,8% учасників дослідження було встановлено середній рівень, а в 15,1% обстежуваних було зафіксовано низький рівень показника, що свідчить про необхідність підвищення ефективності системи психологічної підготовки до участі в бойових діях, зокрема щодо розвитку лідерських якостей, зниження рівня імпульсивності та підвищення рівня врівноваженості, формування якостей, які необхідні для дій в екстремальних умовах, швидкості мислення, прийняття раціональних рішень та відповідальності за їх реалізацію.

Висновки. Психологічна готовність до участі в бойових діях добровольців тероборони визначається цільовими, тимчасовими, ресурсними, продуктивними, операційно-інструментальними, точними параметрами, прояви яких в конкретних умовах бойових дій пов'язані з індивідуальними особливостями психіки людини. Факторами, які впливають на низький рівень готовності до бойових дій, є: негативні установки, низка емоційна готовність, слабкість розвиненості системи мотивації щодо збереження власної життєдіяльності та її забезпечення, нервово-психічна нестійкість, недорозвиненість мотиваційної та ціннісної сфери та ін. Саме тому необхідним є формування як результат психологічної підготовки в добровольців тероборони таких якостей, як: позитивні (відповідальність, чесність, вірність, впевненість, терплячість, працьовитість), професійні (вміння швидко приймати рішення, розуміти інформацію, уважність до деталей, здатність до навчання), вольові (ініціативність, цілеспрямованість, воля, самостійність), моральні (сукупність добровільно прийнятих для себе правил Збройних Сил України), спеціальні професійні (фізична сила, витривалість, емоційна та нервова лабільність, професійна пам'ять, уважність), негативні (агресивність, ненависть, грубість)

Список використаних джерел

1. Івницька А.О. Василенко О.М. Психологічна готовність військовослужбовців до виконання бойових завдань. *Науковий пошук молодих дослідників : збірник наукових праць студентів*. 2023. № 2. С. 155-159.
2. Настанова з психологічної підготовки особового складу підрозділів сухопутних військ: навчально-методичний посібник / За ред. Г. П. Воробйова. Львів: АСВ, 2012. 430с.
3. Про основи національного спротиву. Закон України від 16.07.2021 №1702-IX. Із змінами і доповненнями, внесеними Законом України від 27 січня 2022 року №2024-IX. URL: <https://ips.ligazakon.net/document/T222170?an=4> (дата звернення: 10.09.24 р.)

УДК 316.643.3

ОСОБЛИВОСТІ ПЕДАГОГІЧНИХ КОНФЛІКТІВ: ШЛЯХИ ВИРІШЕННЯ

Рабош Наталія, здобувач ОС «магістр»,

спеціальності 053 «Психологія», 2 курс РДГУ

Науковий керівник: Бабак К. В., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. Необхідною передумовою ефективності навчально-виховного процесу є добрі стосунки між педагогом та учнями. Порушення їх та, як наслідок – конфлікти – одна з найбільш проблем системи освіти. Останнім часом, конфлікти між учнями та вчителями значно почастішали, нерідко мають загострений характер. Серед причин цього і недосконалість самої системи освіти, і швидкий темп розвитку суспільства та його демократизація, і перевантаження педагогів. У зв'язку з цим стан психічного здоров'я педагогів нестабільний, а це впливає на їх стосунки з усіма учасниками навчально-виховного процесу. Деформується установка вчителів навчати, а учнів навчатися, виникає явище переоцінки цінностей. Перевантаження педагогів заважає задовольняти потреби в саморозвитку, повноцінному відпочинку, а падіння рівня життя викликає підвищену тривожність та агресію. Досить часто, вчитель переживаючи свій принизливий стан «компенсує» його у відносинах з учнями.

Виклад основного матеріалу дослідження. Конфлікт (conflictus у пер. з латинської – зіткнення) — взаємодія двох або більш суб'єктів, що мають взаємовиключні цілі і реалізують їх один за рахунок іншого. Отже, щоб конфлікт стався потрібні дії з боку, хоча б одного з опонентів, направлених на те, через що виникла суперечка.

В цілому, конфлікт – це скоріше не відхилення від норми, а певна норма співіснування людей у соціумі, встановлення і зміни пріоритетів у системі інтересів, потреб, суспільних відносин взагалі.

Конструктивний конфлікт має свою динаміку розвитку, яка включає наступні стадії:

I. Передконфліктні стосунки (накопичення проблем, їх невіршеність, поява напруги в стосунках).

II. Загострення конфлікту (стійкий негативний психологічний фон).

III. Конфліктна ситуація (відкритий конфлікт між суб'єктами).

IV. Вирішення конфлікту.

V. Постконфліктна стадія (новий зміст стосунків між учасниками конфлікту).

Конфліктні ситуації властиві процесу навчання і спілкування вчителя з учнями. Зменшити ризик виникнення конфліктних ситуацій допоможе використання наступних дій:

- добір змісту в діалозі (при розмові з дітьми вчителю треба чітко знати, що варто сказати);
- емоційний супровід розмови (як сказати). Дитина спочатку сприймає інтонацію, а вже потім зміст слів;
- час і місце (коли сказати, щоб досягти мети зверненої до дитини мови);
- впевненість у результаті (при кому сказати і навіщо сказати).

Намагайтеся називати учня по імені, навіть тоді, коли ви гніваєтесь на нього. Розмова «по гарячих слідах» приречена на невдачу, бо роздратованість — поганий союзник. Конфліктна розмова з учнем на очах у групи (класу) викликає в нього лише бажання продемонструвати сміливість і незалежність. Невдалою для щирої розмови є присутність інших вчителів, які розпочинають висловлювати власні коментарі і претензії до дитини. Оптимальним варіантом для таких розмов є прогулянки, туристські походи, екскурсії, де забувається буденність, послаблюється щоденна стурбованість і знервованість.

Діалог вчителя з учнями, який ведеться на командно-адміністративному рівні містить набір стереотипних докорів, погроз, невдоволень тим, як поводить себе учень. Педагог не завжди має час або бажання займатися самоосвітою та підвищувати і вдосконалювати свою педагогічну майстерність, вміння спілкуватися компромісно. Звичайно, це проблема і, джерелами цієї проблеми є і, державна політика і, економіка і, умови праці і, відсутність гнучкості у вчителя і, навіть, прогресуюча всездозволеність підлітків. Використання командно-адміністративного стилю спілкування з учнями може бути у деяких випадках виправданим, але постійне його використання у виховному процесі призводить або до гарної дисципліни на уроці і холодному ставленню до вчителя, або до постійних конфліктних ситуацій та опору з боку дітей, тобто бажання зробити навпаки, не підкорятися. Так, учителеві часто доводиться обирати, ким він хоче бути: суворим критиком, непідкупним суддею, неупередженим експертом або наставником, вихователем, людиною, яка розуміє або яка тільки спостерігає. Універсального підходу до кожної окремої ситуації не існує.

Цікава «сходинкова» методика вирішення (запобігання) педагогічних конфліктів, яку пропонує відомий педагог Щуркова Н.Є.:

1 сходинка. Гумор. Легкий і загальнодоступний спосіб. Американські психологи Р. Берон та Д. Ричардсон виокремлюють ще одну здатність гумору – запобігати агресії. На їхню думку, гумор є одним із засобів запобігання агресії, механізм використання гумору може бути таким: «Нас дратує або виводить із себе якась дитина, потім зовсім зненацька вона робить або говорить щось, що нас смішить. Коли це відбувається, наше роздратування, принаймні частково, зникає».

2 сходинка. Ніжність або визнання достоїнств, переваг. Реалізується як через слова, так і за допомогою ніжних поглядів, дотиків, через трепетне ставлення. Цей спосіб дозволяє непомітно піти конфлікту зі сцени, поступившись місцем доброму відношенню.

3 сходи́нка. Компроміс. Механізм дії: щоб щось отримати потрібно чимось поступитися.

4 сходи́нка. Третейський суд. Розрізняють два види: опосередкований (звернення до нормативних документів, творів) і безпосередній, коли звернення йде до реальної особи. Але необхідно відзначити, що третейським суддею може бути лише авторитетна для обох конфліктуючих сторін особа.

5 сходи́нка. Аналіз. До нього звертаються, коли інші способи не здобули належної дії. Об'єктивний аналіз дозволяє вичленувати структуру і причини конфлікту, визначитися з позицією.

6 сходи́нка. Ультиматум. Пред'явлення рішучих вимог із загрозою вживання заходів в разі відмови («Якщо ти не..., то я буду змушена...»).

З деякими учнями не діє жодний метод розв'язання конфлікту із запропонованих. Але ж, по-перше, вчителю потрібно прислухатися до своєї педагогічної інтуїції у вирішенні конфліктів, по-друге, мова не йде про ситуації з дітьми, які мають психічні розлади, по-третє, все ж таки, акцентуючи увагу на рівень вихованості дитини, можна прогнозувати, до яких дій потрібно вдаватися вчителю у конфлікті.

7 сходи́нка. Розрив зв'язків. Єдиний вихід, якщо в конфлікті торкнулися особистих принципів, якими суб'єкт не може поступитися.

В нашому повсякденному житті ми досить часто використовуємо «ти-твердження» та «я-твердження». «Ти-твердження» виступають в ролі амортизатора конфлікту, «я-твердження», навпаки, згладжують конфлікт та мають пом'якшувальну дію на співрозмовника, тому що спираються на особисті почуття та емоції. Порівняйте: «Я дуже хвилююся, коли ти запізнюєшся на перший урок» та «Ти не особливий, щоб запізнюватися на мій урок! Ти і раніше мене підводив». З метою профілактики конфліктів краще використовувати «я-твердження». (Наприклад, «я відчуваю, що..., коли ти, то я почуваюся..., мені неприємно...»).

Досить часто вчитель, даючи вихід своїй емоційній напрузі втрачає контроль. Почуття гніву і навіть страху створюють конфліктну ситуацію. Вибухати або атакувати опонента для того, щоб звільнитися від свого гніву – це хибний шлях. Краще використати один із методів внутрішньої візуалізації. Працює він наступним чином. Необхідно побачити себе в думках, щось говорючим або за допомогою уяви зробити те, чого вимагають від вас внутрішні почуття. Цей метод може звільнити від негативних емоцій. Можливі варіанти звільнення від гніву за допомогою «заземлення» або «проекції». Для цього необхідно повністю розслабитися, а потім уявити, що ви випромінюєте гнів, яким охоплені, і проєктуєте його на екран. Після цього берете променеву гармату та стріляєте в ціль (даєте вихід бажанню насильницьких дій). З кожним попаданням ваше роздратування зменшується доки повністю не щезне.

Ви можете також уявити учня, який вас роздратував, невеличким на зріст, так, щоб він став малозначущим для вас. Почніть з того, що бачите його своїм співрозмовником. Уявіть його дії та маніпуляції, які вас доводять до сказу. Уявіть, що в ході розмови він зменшується, голос його стає тихішим, і врешті-решт він перетворюється на пил або бруд, на який ви можете з силою наступити. Цим ви зможете в думках поставити опонента на місце та «випустити пару». Використання вищезазначених прийомів дозволить педагогові контролювати свою емоційну сферу та тверезо управляти конфліктом.

Висновки. Численні труднощі, які зустрічаються вчителю у навчально-виховному процесі, вибір способів для вирішення конфліктів – це перевірка його моральної зрілості, певний екзаме́н. Однак, варто непокоїтися не тільки у випадку, якщо конфлікти мають місце в рамках робочого процесу, але й тоді, коли вони зовсім відсутні, тому що це показник дефектної взаємодії з учнями, і така взаємодія має поверховий, без особистісний характер.

Якщо деструктивні конфлікти пов'язані із з'ясуванням стосунків і руйнуванням існуючих зв'язків, з психічними розладами, то конструктивні конфлікти запобігають відсталості, застою, стимулюють інтереси і допитливість, самоаналіз, самокритику, в деяких випадках навіть об'єднують людей. Сучасному вчителю необхідні вміння та навички

управління конфліктною ситуацією, знання технологій та методик розв'язання та попередження конфліктів у навчально-виховному процесі.

Список використаних джерел:

1. Гусаренко М. Ю. Стратегія поведінки вчителя у складних педагогічних ситуаціях. Дніпро, 2017. 89 с.
2. Семиченко В.А. Психологія педагогічної діяльності: Навч. посіб. К.: Вища шк., 2004. 336 с.
3. Костюшко Ю.О. Педагогічні умови підготовки майбутнього вчителя до міжособистісної взаємодії в ситуації конфлікту: Автореф. канд. дис. пед. наук. Житомир, 2000. 20 с.

УДК 159.928

РОЗВИТОК ЛІТЕРАТУРНИХ ЗДІБНОСТЕЙ В ПІДЛІТКОВОМУ ТА ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Рожко Олена, здобувач ОС «магістр»,

спеціальності 053 «Психологія», 2 курс, РДГУ

*Науковий керівник: Безлюдна В. І., кандидат педагогічних наук, доцент,
професор кафедри*

Постановка проблеми. Розвиток літературних здібностей особистості є важливим завданням сучасної психологічної науки та педагогічної практики. Літературні здібності відіграють значну роль у формуванні творчого потенціалу людини, її самовираженні та самореалізації. Особливо актуальним є дослідження розвитку цих здібностей у підлітковому та юнацькому віці, оскільки саме в ці періоди відбувається активне становлення особистості, формування її ціннісних орієнтацій та життєвих планів.

Проблеми розвитку літературних здібностей в підлітковому та юнацькому віці досліджували такі вітчизняні науковці, як М. Мудрак, О. Коваль, М. Ярошук, І. Гречуха, О. Малихіна, Ю. Бондаренко, В. Тименко та інші, проте ґрунтовних праць на цю тему поки що недостатньо, що зумовлює актуальність подальших досліджень у цьому напрямку.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати специфіку розвитку літературних здібностей в підлітковому та юнацькому віці.

Виклад основного матеріалу дослідження. За М. Мудрак літературно-творчі здібності становлять собою системне утворення, ключовими компонентами якого є дивергентне мислення, емоційно забарвлений інтерес до літератури та мови, та лінгвістичні здатності. Їх унікальне поєднання визначає особистісний рівень розвитку літературної творчості та формує лінгвістичні інтереси та настанови [8, с. 977]. І. Гречуха наголошує на тому, що літературні здібності слід розглядати через призму унікального поєднання психічних властивостей особистості, які сприяють досягненню значних успіхів у літературній творчості та впливають на розвиток особистості [3, с. 217].

О. Малихіна зауважує, що істотне значення для літературних здібностей школярів має співвідношення в їхній інтелектуальній діяльності наочно-образних і словесно-логічних компонентів. Однак від цього залежить не рівень розвитку здібностей, а тільки їхня індивідуальна своєрідність. Як компоненти автором визначені наступні [7, с. 23]:

- вразливість, або поетичне сприймання предметів і явищ дійсності; поетична пильність, що дозволяє бачити явища, людей з іншого боку, що вислизає від звичайного ока;
- гарна пам'ять, як образна, так і словесно-логічна, здатність силою мислення й уяви створювати нові оригінальні образи і сюжети;
- легкість виникнення творчих станів, зокрема співпереживання;
- багатство словникового запасу, почуття мови, асоціативне багатство слова.

Підлітки характеризуються підвищеною емоційністю, прагненням до самовираження та самоствердження, пошуком власної ідентичності. Саме через літературну творчість вони мають можливість виразити свої переживання, дослідити свій внутрішній світ та встановити діалог з оточенням. У підлітковому віці літературні здібності набувають особливого значення, оскільки цей період є сензитивним для їх розвитку [1, с. 28].

При дослідженні літературних здібностей у юнаків О. Малихіна виділила наступні складові як у пізнавальній, так і особистісній сферах [7, с. 103-105]: висока пізнавальна активність щодо художньої літератури; емоційно-забарвлений інтерес до художніх літературних творів; здатність до логічного мислення на образному матеріалі; синтетичний стиль інтелекту, який переважає над аналітичним; висока інтровертивність; емоційна лабільність; зосередженість на літературній роботі; підкореність духовній мотивації: захопленість роботою.

Соціально-психологічні чинники, що впливають на розвиток літературних здібностей у підлітків та юнаків можуть бути різноманітні, однак дослідниками у сфері психології та педагогіки найчастіше виділяються наступні [7]:

1. Внутрішні чинники пов'язані з індивідуальними особливостями особистості, її когнітивними здібностями, мотивацією, емоційністю тощо. Ці чинники визначають потенціал дитини до літературної творчості, її здатність створювати оригінальні образи та сюжети, тонко відчувати мову та стиль.

2. Зовнішні чинники охоплюють широкий спектр соціальних та педагогічних впливів – від сімейного виховання та освітнього середовища до участі в літературних спільнотах та доступу до культурних ресурсів, стимулюють інтерес до літератури та отримання визнання.

Основні підходи та методи до розвитку літературних здібностей в підлітковому та юнацькому віці визначаються сучасними науковцями наступним чином[2; 4; 5; 6; 9; 10]: необхідно розвивати творче та креативне мислення; інтелектуальні здібності та пізнавальну активність; підтримка та визнання від інших, можуть суттєво впливати на розвиток літературних здібностей; спонукати учнів до розширення досвіду як системи знань, умінь, навичок; компонентів структури читацьких здібностей; створити середовище, що стимулює творче мислення та вираження; впроваджувати у процес розвитку літературних здібностей сучасні інтерактивні технології; тренінги та дискусії; розвивати словесно-логічну пам'ять; інтегрувати літературу з іншими видами мистецтва на уроках; застосовувати методи бібліографії та співпрацювати з батьками у створенні основи для створення сприятливих умов для літературної творчості дитини в сім'ї.

Висновки. Таким чином, літературні здібності як багатокomпонентне утворення має свою специфіку розвитку, зумовлену віковими та психологічними особливостями. На розвиток цих здібностей впливають внутрішні та зовнішні чинники. Ефективний розвиток літературних здібностей у старшокласників потребує застосування комплексу методів та підходів, що включають розвиток творчого мислення, створення сприятливого середовища, використання інтерактивних технологій, інтеграцію з іншими видами мистецтва та співпрацю з батьками.

Список використаних джерел

1. Білоус П.В. Психологія літературної творчості: навч. посіб. Київ : Академвидав, 2014. 216 с.
2. Бондаренко Ю.І. Розвиток літературно-творчих здібностей школярів на основі жанрового та структурно-стильового шляхів аналізу. *Слобожанський науковий вісник. Серія Філологія*, 2023. Вип. 2. С. 44-49.
3. Гречуха І.А. Суб'єктивна картина розвитку літературних здібностей: спроба факторно-семантичного аналізу. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Том VI: Психологія обдарованості*, 2017. Вип. 13. С. 217-227.
4. Гречуха І.А. Емпатія як умова літературної творчості. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, 2020. VIII (90), Issue: 222, P. 52-56.

5. Збаровська Л.М. Розвиток творчих здібностей учнів та їх життєвих компетенцій засобами сучасних технологій: Методичний посібник: Нетішин, 2020. 62 с.
6. Карпенко Н. А. Психологія творчості: навч. посібник. Львів: ЛьвДУВС, 2016. 156 с.
7. Малихіна О.Є. Основні підходи до визначення структури літературних здібностей у загальній та віковій психології. *Засоби навчальної та науково-дослідної роботи*, 2012. Вип. 39. С. 103-110.
- 8.Мудрак М.А., Коваль О.Є., Ярощук М.В. Розвиток здібностей до літературної творчості у старшокласників. *Журнал «Наукові інновації та передові технології»*, 2023. №13(27). С. 977-989.
9. Петрович О.Б. Особливості розвитку літературної обдарованості старшокласників. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*, 2014. № 4. С. 28-31.
10. Тименко В. До проблеми розвитку літературної творчості старшокласників у процесі вивчення української літератури. URL: https://lib.iitta.gov.ua/9440/1/Стаття%20_Тименко%20В.М._.pdf (дата звернення: 05.05.2024).

УДК 316.62:316.4-057.874

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА КОМУНІКАТИВНУ ПОВЕДІНКУ СТАРШОКУРСНИКІВ

Сабат Єлизавета, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальності 053 «Психологія» (Практична психологія), 4 курс, РДГУ

Науковий керівник: Кулакова Л.М., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. Соціальні мережі займають важливе місце в житті молоді, особливо серед старшокурсників, які активно користуються ними для спілкування, отримання інформації та розваг. Проте, стрімке зростання використання соціальних платформ викликає занепокоєння щодо змін у комунікативній поведінці молоді. Інтернет-простір, зокрема соціальні мережі, стали новим середовищем для спілкування, де фізичний контакт замінюється цифровим, що може впливати на розвиток навичок міжособистісного спілкування, емоційної інтелігенції та культури комунікації в цілому. Вивчення впливу соціальних мереж на комунікативну поведінку старшокурсників є актуальним, оскільки вони знаходяться на етапі переходу до дорослого життя, коли формуються професійні та соціальні навички. Проблема полягає у визначенні, як саме соціальні мережі впливають на комунікативні особливості молодих людей, та які наслідки це може мати для їхнього особистісного і професійного розвитку.

Метою цього дослідження є аналіз впливу соціальних мереж на комунікативну поведінку старшокурсників.

Виклад основного матеріалу дослідження. Соціальні мережі, як невід’ємна частина сучасного інформаційного простору, істотно впливають на всі принципи життя молоді, включаючи їхню комунікативну поведінку. Особливо помітним цей вплив є серед старшокурсників, які знаходяться на порозі дорослого життя та професійного розвитку. Ця соціальна група використовує соціальні мережі не лише для розваг, а й для навчання, підтримання зв'язків із друзями та знайомими, отримання інформації та формування власного іміджу. З одного боку, соціальні мережі сприяють покращенню комунікативних навичок завдяки широким можливостям для спілкування, обміну інформацією та взаємодії з іншими користувачами. З іншого боку, виникає питання про те, як саме зміни в комунікативній поведінці впливають на соціалізацію, емоційний розвиток та психологічний стан молоді [1, с. 23].

Віртуальні платформи дозволяють здійснювати комунікацію через текстові повідомлення, аудіо- та відеозв'язок, що, з одного боку, розширює можливості спілкування, а з іншого – може призводити до втрати навичок живого спілкування. Молодь все частіше обирає саме онлайн-спілкування, оскільки воно забезпечує швидкий обмін інформацією,

відсутність обмежень у просторі та часі, а також можливість контролювати власний образ та формувати певну соціальну ідентичність. Водночас, таке спілкування часто характеризується поверховістю, відсутністю глибоких емоційних контактів та схильністю до маніпуляцій зображенням себе, що може впливати на формування комунікативних навичок і готовність до реального міжособистісного контакту.

Проблемою у період розвитку сучасних технологій є залежність від соціальних платформ, яка може призводити до зниження концентрації, продуктивності навчальної діяльності та формування фрагментованих знань. Віртуальні комунікації часто спрощують сприйняття інформації, роблячи акцент на візуальних образах та коротких повідомленнях, що впливає на здатність до критичного мислення та аналітичного підходу. Старшокурсники, які активно користуються соціальними мережами, можуть відчувати труднощі з довготривалим зосередженням уваги на одній темі, що негативно відображається на навчальному процесі та якості здобутих знань. Велика кількість часу, проведеного в соціальних мережах, може знижувати мотивацію до живого спілкування та участі в реальних соціальних заходах, що впливає на розвиток соціальних навичок та готовність до інтеракцій у професійному середовищі.

Соціальні мережі створюють умови для появи нового типу комунікативної поведінки, який характеризується високою швидкістю реакції, гнучкістю та адаптивністю. Молодь звикає швидко реагувати на повідомлення, коментарі та події в соціальних мережах, що може сприяти розвитку оперативних навичок обміну інформацією. Однак, такий підхід до комунікації може також призводити до зниження здатності до глибокого осмислення інформації та формування висновків, оскільки основна увага приділяється швидкому обміну повідомленнями, а не їхньому аналізу. Відсутність безпосереднього контакту з співрозмовником унеможливорює вивчення невербальних сигналів, що є важливою складовою комунікативної поведінки. Це може сприяти розвитку навичок дистанційного спілкування, але також створює ризики для формування повноцінних міжособистісних відносин у реальному житті [2, с. 27].

Віртуальні платформи створюють середовище, де часто стираються межі між приватним та публічним життям, а також змінюються стандарти етикету та поведінки. Соціальні мережі дозволяють легко поширювати особисту інформацію, що може призводити до втрати приватності та формування хибних уявлень про реальність. Молодь активно демонструє своє життя через публікації, фотографії та відео, що створює певний тиск щодо необхідності відповідати очікуванням аудиторії. Це може впливати на самооцінку та впевненість у собі, а також на формування комунікативної стратегії, орієнтованої на здобуття схвалення та підтримки з боку соціального оточення.

Віртуальне спілкування часто супроводжується відсутністю глибоких емоційних контактів, що може ускладнювати розвиток здатності до емпатії, розуміння емоцій та почуттів інших людей. У форматі віртуального спілкування акцент зміщується на раціональний обмін інформацією, тоді як емоційна складова може залишатися в тіні. Це може впливати на формування міжособистісних відносин та готовність до сприйняття різних точок зору, що є головними принципами професійного та особистого розвитку старшокурсників. Молодь, яка активно використовує соціальні мережі, може мати труднощі з вираженням власних емоцій у реальних ситуаціях, що може впливати на якість комунікативної взаємодії у професійній та особистій сферах [5, с. 54].

В реальному житті вплив соціальних мереж на комунікативну поведінку старшокурсників можна спостерігати на прикладі різних ситуацій, що відбуваються в університетському середовищі. Старшокурсники активно створюють групи в месенджерах та соціальних мережах, таких як Telegram або Facebook, де обмінюються навчальними матеріалами, обговорюють завдання та координують спільні проекти. Воно дозволяє швидко поширювати інформацію та спілкуватися з одногрупниками без потреби в особистих зустрічах. Наприклад, у студентських групах часто організовують опитування щодо дати та часу здачі групових проектів, обговорюють підходи до написання наукових робіт або домовляються про розподіл завдань під час підготовки до іспитів [3, с. 85].

Досить часто старшокурсники використовують платформи, такі як Instagram або TikTok, для демонстрації свого життя, досягнень та соціальних подій. Це створює певний тиск, оскільки молодь може відчувати необхідність відповідати певним стандартам, які формуються під впливом соціальних мереж. Наприклад, публікація фотографій з відвідування популярних місць або участі у заходах часто стає способом самовираження та здобуття соціального схвалення.

Окрім цього, важливим прикладом є вплив соціальних мереж на формування професійних зв'язків серед старшокурсників. Платформи, такі як LinkedIn, дозволяють молоді не лише підтримувати контакт із викладачами та однокурсниками, а й будувати професійну мережу, яка може бути корисною у майбутньому. Наприклад, старшокурсники часто використовують LinkedIn для пошуку стажувань, відгуків на вакансії та отримання рекомендацій від знайомих у професійних колах. Це сприяє розвитку навичок ділової комунікації та адаптації до вимог ринку праці. Проте, варто зазначити, що спілкування у професійних соціальних мережах іноді набуває формального характеру, що може обмежувати можливості для вираження власної індивідуальності та розвитку глибоких особистісних відносин [4, с. 180].

Можна навести приклад використання соціальних мереж для організації соціальних заходів та подій, що впливає на комунікативну поведінку старшокурсників. Наприклад, багато студентів використовують соціальні платформи для організації зустрічей, вечірок або благодійних заходів. Це дозволяє швидко зібрати велику кількість учасників, домовитися про деталі події та забезпечити координацію. Однак, у таких випадках спілкування часто зводиться до коротких повідомлень, що стосуються організаційних моментів, а не до глибоких особистісних контактів. Це може призводити до зменшення кількості реальних взаємодій та обмеження можливостей для розвитку навичок комунікації в умовах безпосереднього контакту.

Висновки. Під час вивчення впливу соціальних мереж на комунікативну поведінку старшокурсників, варто відзначити, що цей процес є складним і суперечливим. З одного боку, соціальні платформи створюють нові можливості для спілкування, отримання інформації та розвитку соціальних зв'язків. З іншого боку, активне використання віртуальних комунікацій може призводити до негативних наслідків, таких як зниження якості міжособистісного спілкування, поверховість емоційних контактів та залежність від віртуального простору. Важливою задачею дослідників є вивчення цих процесів та пошук шляхів для гармонійного поєднання нових технологій з традиційними формами комунікації, що сприятиме розвитку всебічно розвиненої особистості, готової до викликів сучасного світу. Розуміння впливу соціальних мереж на комунікативну поведінку старшокурсників є важливими для формування нових підходів до навчання, розвитку соціальних навичок та підготовки молоді до майбутньої професійної діяльності. Соціальні мережі продовжують відігравати важливу роль у житті молоді, тому їхній вплив на комунікативну поведінку потребує глибокого аналізу та обговорення у період сучасних соціальних та культурних змін.

Список використаних джерел

1. Богдан М. С., Горецька О. В. Психологічні особливості спілкування залежних від соціальних мереж. *Психологія і соціологія: проблеми практичного застосування*. 2019. № 14. С. 25-29.
2. Глущенко С. Д. Соціально-психологічні особливості Інтернет-адикційної поведінки особистості. Молодь: освіта, наука, духовність: тези доповідей. Частина I. Київ : Університет «Україна», 2018. С. 25-28.
3. Гнатюк Р. Соціальні мережі: співвідношення позитиву і негативу? *Науковий огляд*. 2019. № 2. С. 84-87.
4. Данько Ю. А. Проблеми на шляху спілкування у старшому шкільному віці. *Сучасне суспільство: політичні науки, соціологічні науки, культурологічні науки*. 2012. С. 179-184.

5. Іванов В. М., Литовченко І. В. Діти в Інтернеті: сучасна статистика життя у віртуальному світі. Київ : Видавничий будинок «Аванпост-Прим», 2020. 54 с.

УДК [316.614.5:316.48]:316.47

СІМЕЙНІ КОНФЛІКТИ ЯК СКЛАДОВА МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ПОДРУЖНИХ ПАР

Сапронова Катерина, здобувач ОС «магістр»

спеціальність 053 «Психологія», І курс, РДГУ

Науковий керівник: Назарець Л.М., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. Сімейні конфлікти є однією з найпоширеніших і водночас найскладніших проблем у взаємодії подружніх пар. Вони можуть мати як конструктивний, так і деструктивний вплив на подружні стосунки. Важливість дослідження сімейних конфліктів як складової міжособистісної взаємодії подружніх пар зумовлена необхідністю розробки ефективних стратегій для гармонізації подружніх стосунків.

Мета дослідження: теоретично дослідити вплив сімейних конфліктів на міжособистісну взаємодію подружніх пар.

Виклад основного матеріалу дослідження. Стосунки є невід'ємною частиною нашого існування в суспільстві. Історичний розвиток міжособистісних відносин пройшов довгий та складний шлях, змінюючись під впливом соціально-економічних умов, релігії, політики та культури. Ключовими віхами цього розвитку є еволюція форм соціальних, родинних, романтичних та професійних взаємин.

Сучасне суспільство ХХІ століття характеризується індивідуалізацією, рівністю цінностей, партнерськими підходами та акцентом на особистісному розвитку. Різноманітність форм співжиття, таких як цивільні партнерства, одностатеві шлюби та шлюбні контракти, надає можливість індивідам обирати формат побудови стосунків, що найбільше відповідає їхнім потребам.

Теми гендерної рівності та прав ЛГБТ+ стають актуальними у суспільному дискурсі, сприяючи поступовому прийняттю різноманітних форм сімейних відносин. Інноваційні технології, соціальні мережі, платформи для знайомств та інтернет, трансформують способи знайомства й комунікації, тим самим відкриваючи можливості для підтримки відносин на відстані та розширення соціального і романтичного кола.

Сучасні стосунки характеризуються гнучкістю, орієнтацією на індивідуальні цілі, взаємною підтримкою та повагою до особистісних меж, що підкреслює їх адаптивність до викликів і потреб сучасного світу.

Кожна сім'я – це унікальний світ зі своїми правилами, традиціями та стосунками. Протягом перших двох років спільного життя формується стиль пари – спосіб організації їхньої взаємодії, розподіл ролей і обов'язків. Головне завдання пари в цей період – знайти зручний для обох стиль життя та забезпечити комфорт для обох.

Спостереження психологів свідчать, що поняття «конфлікт у сім'ї» викликає переважно негативне ставлення. Це пов'язано з когнітивними та емоційними аспектами сімейних стосунків, а також із вкоріненими стереотипами, такими як:

- конфлікт небезпечний, оскільки може зруйнувати стосунки;
- конфлікт шкідливий, оскільки створює образ «сварливої» людини;
- конфлікт болісний, оскільки нагадує про минулі сварки в сім'ї.

Проте, якщо правильно розуміти природу та шляхи вирішення конфлікту, тоді він може бути початком глибших і більш гармонійних відносин. Конфлікт часто є сигналом про накопичене незадоволення або напругу, яка вимагає змін, тому, важливо сприймати його як можливість для вдосконалення.

Однією з важливих проблем, що призводять до конфлікту, є невміння виражати негативні емоції конструктивно. Гнів, роздратування, розпач, як і позитивні почуття, потребують обговорення. Навчання здорового вираження емоцій сприяє розвитку стосунків і взаєморозуміння [1].

Сімейним конфліктом, як правило, вважають появу суперечностей між двома членами цієї сім'ї, кожен з яких починає відстоювати свою точку зору, яка відповідно на думку кожного є значущою.

Теоретичний аналіз психологічної літератури дозволив виокремити такі причини сімейних конфліктів, як:

- незадоволення потреби відчувати себе важливим і цінним, неповага почуття гідності з боку партнера. Натомість, взаємини, засновані на підтримці, емоційному комфорті й увазі, допомагають людині відчувати себе потрібною поряд з партнером;
- брак позитивних емоцій (відсутність ласки, турботи, розуміння);
- неадекватні рольові очікування (до шлюбу кожен із подружжя формує уявлення про роль майбутнього партнера, спираючись на досвід батьків, знайомих, книги та фільми. Коли рольові очікування не збігаються з реальністю, виникає розчарування та конфлікти);
- несумісність характерів, неповага, грубість (несумісні за характером люди часто стикаються з конфліктами через дрібниці й абсурдні причини. Цього можна уникнути, якщо один із партнерів зробить зусилля для самоконтролю);
- різниця поглядів на спільне подружнє життя, виховання дітей, ставлення до батьків або родичів (сучасні жінки очікують від чоловіків більш активної участі у вихованні дітей. Безвідповідальність чи надмірні вимоги до себе з боку кожного з партнерів можуть ускладнити виконання виховних обов'язків);
- обмеження свободи, активності дій, самовиразу членів сім'ї (кожен з партнерів прагне до самореалізації, при тому обмежуючи цілі другого партнера);
- девіантна або делінквентна поведінка одного із членів сім'ї (алкоголізм, наркоманія, позбавлення волі);
- авторитаризм, аб'юзивні, насильницькі, жорсткі стосунки, в яких один партнер шляхом насильства порушує особисті кордони іншого з метою придушення волі та підкорення;
- грубе втручання родичів в подружні стосунки;
- сексуальна дисгармонія партнерів (сексуальна несумісність може виникати через відмінність темпераментів; розходження еротичних смаків і пристрастей; різницю в досвіді; різне ставлення до сексу). Якщо сексуальна несумісність у шлюбі приводить одного з членів подружжя до незадоволеності життям, то привід до конфлікту в наявності.

Сімейний конфлікт суттєво впливає на психологічний стан членів родини, спричиняє тривогу та напругу. Повне відчуття незадоволеності виникає у випадках, коли реальність не відповідає очікуванням, які ставляться до сімейного життя, що, своєю чергою, може провокувати емоційні зриви та нестабільність у поведінці.

На думку В. Станчишина, сім'ю необхідно не лише плекати, а й активно формувати, оскільки її успіх залежить не лише від мрій, але й від наполегливої праці, яка забезпечує стійкість і єдність родини [3, с.29]. Створення сім'ї є початком тривалого шляху, що може включати різні виклики, проте за умови спільної роботи та взаємної підтримки ці труднощі можуть бути подолані.

Для досягнення компромісного рішення під час конфлікту, партнери мають визнати, що конфлікт є не вигідним для обох та запропонувати його зупинити, визнати свої помилки, зробити поступки, де це є можливе, висловити свої побажання, щодо поступок протилежної сторони, намагатися без агресії та негативу виражати свої емоції [4]. У разі загострення ситуації, варто спробувати повернутися до розмови в більш спокійній атмосфері та прийти до спільного розв'язання проблеми.

Висновки. Отже, недостатня розвиненість зв'язку між партнерами може призвести до втрати взаєморозуміння та пошуку емоційної підтримки поза межами сім'ї, що створює

передумови для виникнення конфліктів. Водночас, ці проблеми можуть бути попереджені через систематичну роботу над розвитком та гармонізацією стосунків. У разі виникнення конфліктних ситуацій, і за умови взаємного бажання зберегти шлюб, доцільним є звернення до кваліфікованих фахівців для ідентифікації та усунення причин конфлікту.

Для забезпечення гармонійних сімейних відносин важливо враховувати право кожного з партнерів на власний світогляд, а також наявність спільних точок перетину в їхніх поглядах. Необхідним є розвиток навичок взаємного слухання та розуміння, спільного проведення часу, формування спільних звичок та інтересів, які сприятимуть зміцненню взаємозв'язку у перспективі.

Подальше вивчення цієї проблематики передбачає застосування емпіричних методів, зокрема анонімного анкетування, яке дозволить виявити основні чинники сімейних конфліктів та визначити обставини, за яких конфлікти сприяють зміцненню родини, а також ситуації, у яких оптимальним рішенням є розірвання стосунків.

Список використаних джерел

1. Гісем Т.О. Психологічний аналіз сімейних конфліктів. Київ, 2009. [Електронний ресурс]. URL: <https://surl.li/shfqps> (дата звернення 20.11.2024 р.)
2. Ващенко І.В., Кондрацька Л.В. Особливості сімейних взаємин у сучасних подружніх парах. *Наука і освіта*. Київ, 2005. №3-4.
3. Станчишин В. Для стосунків потрібні двоє. Київ, 2024. 29 с.
4. Романишин А.М., Черевичний С.В. та ін. Профілактика та вирішення конфліктів у сім'ях військовослужбовців: практ. посіб. Київ, 2023. 40 с.

УДК 159.923.35

РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИМИ ТЕХНОЛОГІЯМИ

Супрунюк Олена, здобувач ОС «магістр»,
спеціальності 053 «Психологія», 2 курс, РДГУ

Науковий керівник: Ставицька О.Г., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. У молодшому шкільному віці дитина проходить важливий етап емоційного розвитку, який є базою для формування гармонійної особистості. Саме в цей період діти вчаться розпізнавати та розуміти свої емоції, що є важливою навичкою для подальшого життя. Молодший шкільний вік розкривається особливою емоційною вразливістю, чуйністю та сприйнятливістю. Однак, сучасні тенденції показують зниження рівня чуйності й емпатії серед дітей. Вони часто не в змозі адекватно виражати та контролювати власні почуття, що може призводити до труднощів у спілкуванні з однолітками та дорослими.

Проблема виникає також через недостатню увагу дорослих до емоційної сфери дитини. Своєчасна підтримка з боку батьків, педагогів і психологів допомагає дітям навчитися ідентифікувати свої почуття, а також справлятися з негативними емоціями без шкоди для себе та оточення. Відсутність такої підтримки може негативно вплинути на самооцінку дитини, її здатність до адаптації в суспільстві, що проявляється через труднощі в комунікації, замкнутість чи, навпаки, агресивність.

Емоційна грамотність дає школярам можливість краще розбиратися в емоційному функціонуванні людей, досягати успіху в спілкуванні з вчителями і однолітками, вирішувати конфлікти, розуміти себе, свої бажання і потреби, причини власних вчинків та ставити перед собою цілі і вдало їх досягати. Все це позитивно впливає на поведінку в школі і поза школою, а також на ефективне засвоєння знань. Розвиток емоційного інтелекту значно

підвищує ефективність дитини в різних соціальних сферах і здатність відчувати себе щасливою.

Термін «емоційний інтелект» почали використовувати на початку 1990-х років американські психологи Джон Мейєр (John Mayer) та Пітер Саловей (Peter Salovey) для сукупності позначень ступеня розвитку таких людських якостей, як: самосвідомість, самоконтроль, мотивація, вміння ставити себе на місце інших людей, навички спілкування з оточуючими, вміння налагоджувати взаєморозуміння. Цей термін об'єднав уміння людей розумітися у власних думках, почуттях та контролювати власні емоції.

В Україні вивченням емоційного інтелекту присвячені праці О.П. Саннікової, Е.А. Кисельвої, І.Ф. Аршави, О.І. Власенко, Н.В. Ковриги, Е.Л. Носенко, С.П. Дерев'янка та ін. [5].

Досліджуючи емоційний розвиток учнів молодшого шкільного віку, Л. С. Виготський, О. В. Запорожець, Д. Б. Ельконін, Г. С. Костюк, П. М. Якобсон та інші психологи розкрили якісно нові особливості емоційної сфери: втрату дитячої безпосередності; підвищену чутливість, вразливість, здатність глибоко й болісно переживати, щиро і відверто виражають радість, смуток, страх, задоволення або незадоволення; емоційну нестійкість; відвертість вираження своїх чуттєвих переживань; розвиток уміння володіти своїми почуттями; розвиток соціальних емоцій; появу рефлексії [7].

Мета дослідження - особливості прояву емоційного інтелекту у дітей молодшого шкільного віку.

Основний виклад матеріалу. Молодший шкільний вік, з його підвищеною чутливістю до подій, емоційною забарвленістю сприйняття, уяви, розумової і фізичної активності, а також безпосередністю і відкритістю у вираженні своїх почуттів, є особливо важливим для розвитку та формування емоційного інтелекту. Сучасні психологічні дослідження свідчать, що до цього віку діти вже здатні диференціювати свої емоційні переживання і створювати когнітивні схеми для їх розпізнавання, що дозволяє їм ідентифікувати емоції. Діти мають чітке уявлення про базові емоції, які вони можуть виразити словами, а також легко розуміють емоції, що виникають у знайомих ситуаціях.

Особливість психології дитини молодшого шкільного віку полягає в тому, що вона ще мало усвідомлює власні переживання і не завжди здатна зрозуміти причини, що їх викликають. На труднощі у навчальному закладі дитина частіше відповідає емоційними реакціями – гнівом, страхом, образою. Багато дітей у цей час потребують підтримки і допомоги дорослих, тому важливо, щоб батьки і вчителі разом з психологом розуміли її проблеми, переживання. Тільки тоді вони зможуть надати дитині ефективну допомогу. Особливої важливості розвиток емоційний інтелект починає набувати у шкільному віці, оскільки у цей період відбувається активне емоційне відношення особистості до себе та інших. Навчальна діяльність сприяє вдосконаленню самосвідомості, здатності до рефлексії й децентралізації (вміння поставити себе на місце однокласника чи вчителя, врахувати їхні потреби та почуття) [6].

Розвиток емоційного інтелекту є фундаментом успішного навчання, оскільки він не лише полегшує засвоєння навчального матеріалу, але й робить процес навчання більш глибоким та усвідомленим. Коли учні здатні емоційно зв'язуватися з матеріалом, їхня зацікавленість і внутрішня мотивація до навчання зростають. Це пояснюється тим, що емоції додають значення і ваги отриманій інформації, перетворюючи її на особисто важливий досвід.

Емоційно насичені знання стимулюють розвиток творчого мислення та самовираження, оскільки діти охочіше досліджують теми, що викликають у них щире зацікавлення. Крім того, навчання, що враховує емоційну сферу, створює позитивне ставлення до освіти в цілому. Такий підхід розвиває емпатію, співпереживання, а також критичне та аналітичне мислення, що допомагає учням краще розуміти не лише навчальні теми, але й оточуючих людей. Це формує в них ціннісне ставлення до знань, дозволяючи збудувати міцну основу для подальшого розвитку.

О. Власова акцентує увагу на тому, що проблема взаємозв'язку між навчанням і розвитком є однією з ключових методологічних тем сучасної психолого-педагогічної науки. Кожна навчальна концепція, що розробляється педагогами, містить у собі певну теорію розвитку. Аналогічно, будь-яка теорія психічного розвитку, запропонована психологами, включає в себе аспект навчання [2].

Згідно з дослідженнями І. Андрєєвої, Т. Бабаєвої, М. Грязнова і Л. Новікової, молодший шкільний вік є сензитивним періодом для формування емоційного інтелекту. У цей час природна потреба дитини в емоційному сприйнятті світу поєднується з активним інтелектуальним розвитком, що відрізняє початкову школу від дошкільного навчання [4].

Для розвитку емоційного інтелекту у молодших школярів необхідно створити відповідне навчальне середовище з позитивним емоційним кліматом, забезпечити компетентний психолого-педагогічний супровід та організувати навчальну діяльність, що сприяє розвитку і формуванню емоційного інтелекту.

Результатом розвитку та формування емоційного інтелекту є особистість, яка усвідомлює і контролює свої емоції, а також розуміє та управляє емоціями інших людей, маючи можливість впливати на них [3].

Отже, вивчення емоційних особливостей дітей та розвиток емоційного інтелекту молодших школярів є надзвичайно важливим завданням. Це особливо актуально в контексті психолого-педагогічного підходу до соціальної адаптації дітей, зокрема, через покращення сприйняття і розуміння інших людей як особистостей, а також вирішення проблеми емоційного здоров'я дитини. Таким чином, впровадження програми з формування емоційного інтелекту в систему освіти має очевидні переваги. Програма орієнтована на формування адекватної самооцінки, розвиток комунікативних навичок, соціальну адаптацію та емоційну саморегуляцію молодших школярів.

Програма реалізується в таких напрямках: ознайомлення з базовими емоціями і почуттями, навчання методам саморегуляції, розвиток навичок зняття емоційної напруги, адекватне вираження почуттів і підвищення рівня впевненості в собі. Основні методи і техніки програми включають: рухливі ігри, бесіди, обговорення, імітаційні та рольові ігри, етюди, елементи групової дискусії; арт-терапію, техніки саморегуляції, казкотерапію, музикотерапію, вправи для зняття напруги та психогімнастику. Програма розвитку емоційного інтелекту для молодших школярів була розроблена так, щоб усі аспекти методики сприяли гармонійному та збалансованому розвитку дитини. Після впровадження програми, повторного застосування методик і аналізу отриманих результатів, можна зробити такі висновки: рівень емоційного інтелекту на високому рівні залишився стабільним, середній рівень зріс до 50%, тоді як кількість дітей з низьким рівнем зменшилася на 11%, до 21%.

Отже, результати дослідження та їх аналіз підтверджують ефективність дослідно-експериментальної роботи, орієнтованої на створення та впровадження програми розвитку емоційного інтелекту для молодших школярів. Ці дані демонструють, що програма досягла своїх цілей, покращуючи рівень емоційного інтелекту у дітей та забезпечуючи їх гармонійний розвиток.

Висновки. Процес розвитку емоційного інтелекту дитини починається з молодшого шкільного віку, коли закладаються основи розуміння і вираження емоцій, емпатії, а також здатності до саморегуляції. У цей період діти навчаються розпізнавати емоції не лише у себе, але й в оточуючих, що стає базою для їхньої подальшої соціалізації. Це важливо, оскільки структурні елементи емоційного інтелекту (такі як емоційне усвідомлення, здатність до емоційної регуляції, співчуття) не тільки формуються, але й поступово вдосконалюються протягом усього навчання в школі.

Важливо, що цей розвиток не завершується на шкільній лаві: на кінець шкільного навчання випускник має досягти рівня емоційної компетентності, який допоможе їй у дорослому житті. Цей рівень розвитку емоційного інтелекту дозволяє краще адаптуватися до нових соціальних умов, ефективно будувати позитивні стосунки з різними людьми, а також успішно взаємодіяти в соціальних і професійних зв'язках. Завдяки цьому емоційно зрілі

люди не тільки впевнено адаптуються в нових середовищах, але й продовжують вчитися та розвиватися, зберігаючи емоційну рівновагу і високий рівень соціальної інтеграції.

Список використаних джерел

1. Дерев'янка С.П. Методичні засоби діагностики емоційного інтелекту. *Вісник Чернігівського національного пед. ун-ту імені Т.Г. Шевченка*. Серія: Психологічні науки. Чернівці : ЧНПУ, 2015. Вип. 128. С. 95–99.
2. Власова О.І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку: монографія. Київ : Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2005. 308 с.
3. Коноплицька Ю. І. Особливості розвитку емоційного інтелекту. *Психологія: реальність і перспективи*. 2018. № 11. С. 70–75.
4. Концепція Нової української школи. <https://surl.li/lrlazz> (дата звернення: 27.07.2024).
5. Максьом К.В. Емоційний інтелект: Основні концептуальні підходи та структурна модель соціально-психологічного феномену. *Зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. С. 350-351 <https://surl.li/abcdqs>
6. Савченко Ю.Ю. (2014). Розвиток емоційного інтелекту учнів молодшого шкільного віку. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*, (12), 12-16.
7. Сухопара І.Г. Чинники розвитку емоційного інтелекту молодших школярів у контексті нової української школи *Науковий Вісник МНУ імені В. О. Сухомлинського*. Педагогічні Науки № 2 (6 5) , травень 2019, С.297.

УДК159.923: 374.1

СТАН МЕДІАОСВІТИ УКРАЇНСЬКОГО ЮНАЦТВА У ПЕРІОД ВІЙНИ

Хома Людмила, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія», 2 курс РДГУ

Науковий керівник: Безлюдна В.І., кандидат педагогічних наук,
професор кафедри

3 червня 2024 року Міністерством культури та інформаційної політики України було презентовано «Стратегію розвитку медіаграмотності на період до 2026 року». Цей документ розроблено відповідно до закріплених норм Закону України «Про медіа» [3], який передбачає правове регулювання діяльності ЗМІ в умовах повномасштабної збройної агресії. «Стійкість населення України до дезінформації та маніпуляцій є визначальною для захисту державності та розбудови успішної країни під час правового режиму воєнного стану та у післявоєнний період. Таким захистом є медіаграмотність, яка потребує опанування з найменшого віку та розвитку протягом усього життя», – говориться у вступі до Стратегії.

Серед описаних викликів у Стратегії виокремлюють психоемоційний стан суспільства, спричинений медіатравматизацією, негативним станом і враженнями від новин та аудіовізуального контенту, а серед цільових аудиторій, що поставлені в основні пріоритети, окреме місце посідають такі аудиторії як діти та батьки. Серед цілей, поставлених Стратегією, визначено Ціль №4: Медіаграмотність сприймається як компетентність, що розвивається впродовж всього життя. А «налагодження ефективної співпраці з МОН для системного впровадження медіа грамотності», «врахування навчальними програмами особливостей розвитку сучасних інформаційно-комунікаційних технологій, зокрема штучного інтелекту» визначено як один із головних засобів досягнення цієї цілі [2].

Стратегія розвитку медіаграмотності не є першим документом, розробленим в галузі медіаосвіти в Україні. У 2016 році Інститутом соціальної та політичної психології НАПН України було запропоновано Концепцію впровадження медіаосвіти в Україні. Вона описує мету та завдання медіаосвіти, а також формує її основні принципи та пріоритетні напрямки

розвитку. Оскільки саме медіаосвіта є основним інструментом формування медіаграмотності та медіагігієни, ця Концепція, беззаперечно, є одним із основоположних документів галузі. В Концепції також описано основні форми медіаосвіти, етапи реалізації та сформовано термінологічну базу. Серед інших форм автори виділяють шкільну медіаосвіту, медіаосвіту у вищій школі та батьківську медіаосвіту⁴].

Досліджуючи формування медіагігієни українського юнацтва, ми звернули увагу на такі чинники як батьки, і школа, що є базою для формування медіаграмотності та медіагігієни. Актуальність даного дослідження із появою та розвитком штучного інтелекту динамічно зростає, адже в той час, як збільшується кількість і покращується якість інструментів ШІ, законодавча база щодо його використання та способи обмеження його шкідливого впливу досі є нерозробленими. Єдиними засобами уникнення згубного впливу ШІ лишаються критичне мислення та здоровий глузд. Формування *навичок критичного мислення*, що стають не просто важливими, а необхідними для кожного, і є одним із основних завдань медіаосвіти, адже попереду повоєнні роки, роки відбудови нашої держави і руху до посилення демократії, або стрімкого падіння до диктатури.

Мета повідомлення полягає у дослідженні ефективності заходів, що вживаються на державному рівні для формування медіагігієни юнацтва та ролі батьків і сім'ї у цьому процесі. Для визначення стану медіаосвіти серед юнацтва у вересні-листопаді 2024 року було проведено анкетне онлайн-опитування студентів 1 та 2 курсів РДГУ. Серед опитаних 84% жінки, 16% чоловіки віком 17-19 років. 52% опитаних проживають у Рівному, 32% в Рівненській області і 16% мешкають в інших областях України. 80% опитаних отримували під час освітнього процесу знання в галузі медіаосвіти. Водночас лише 32% опитаних отримали свої знання у школі і всього 16% – у ВУЗі, ще 32% – від друзів, з Інтернет ресурсів чи соціальних мереж. Усі респонденти не отримували медіаосвіти від батьків та у закладах позашкільної освіти. А 20% опитаних студентів взагалі не отримували знань в галузі медіаосвіти. (Рис. 2.) Кожен із опитаних вказав лише одне джерело отриманих знань, таким чином відсутня така риса медіаосвіти, як наступність та повнота охоплення. Оскільки процес мав би розпочинатися вдома, від батьків, продовжуватися у школі, в закладах позашкільної освіти і далі у ВУЗі, що передбачено і “Стратегією розвитку медіаграмотності” [2] і “Концепцією впровадження медіаосвіти” [4].

Державні програми реалізуються недостатньо, щоб забезпечити виконання поставлених завдань, а українське юнацтво лишається вразливим в умовах інформаційної війни, що триває уже не перше десятиріччя.



Рис. 2. Джерело знань та навичок у галузі медіаграмотності

Аналізуючи результати проведеного опитування, ми бачимо, що 96% респондентів вважають себе медіаграмотними, і лише 4% – ні. Значення поняття “медіаграмотність”, за їх власною оцінкою, розуміють 96% опитаних, а поняття “медіагігієна” – 88% анкетованих. Але, попри високу самооцінку, відповіді на питання про інформаційну війну, фейки та мету ПІСО показують, що опитані є недостатньо компетентними в галузі медіаосвіти. Так, тільки 20% опитаних розуміють суть інформаційної війни, а фейк правильно визначають лише 28%.

Висновки. Відсутність системності у передачі знань про медіаграмотність від батьків, школи та позашкільних закладів ставить юнацтво у вразливе становище перед маніпуляціями. Відсутність послідовності, всеохопності та наступності в медіасвіті не дає сформувати стійкі знання і навички. А загрози й виклики, пов'язані із розвитком медіасередовища, із зростанням кількості інструментів штучного інтелекту та активною діяльністю ворожих спецслужб не лише в інформаційному середовищі, а й в середовищі молодіжної культури та геймерських спільнот розвиваються швидше, ніж інструменти державної регуляції та запобігання їй освітні заходи.

Список використаних джерел

1. Презентовано Стратегію з розвитку медіаграмотності на період до 2026 року. URL: https://kompkd.rada.gov.ua/news/main_news/76261.html
2. Стратегія Міністерства культури та інформаційної політики України з розвитку медіаграмотності на період до 2026 року. URL: <https://surl.li/ldkpzn>
3. Закон України Про медіа. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2849-20#Text>
4. Концепція впровадження медіаосвіти в Україні (нова редакція) URL: <https://surl.li/rchoke>

УДК 159.944.4:355.01:341.321.32.

ФАКТОРИ РИЗИКУ ПТСР У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ БОЙОВИХ ДІЙ, ШЛЯХИ ЇХ ВИЯВЛЕННЯ ТА ЗАПОБІГАННЯ

Яницька Ольга, здобувач ОС «магістр»,
спеціальності 053 «Психологія», 2 курс, РДГУ

Науковий керівник: Демчук О.О., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми: Участь військовослужбовців у бойових діях супроводжується постійним психологічним навантаженням і надзвичайними стресовими факторами, які створюють високий ризик розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР). ПТСР є серйозною проблемою, що може призвести до тривалих порушень психічного здоров'я, труднощів із соціальною адаптацією, зниження якості життя та особистої ефективності військових після повернення до мирного середовища.

Мета дослідження: аналіз факторів ризику розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР) у військовослужбовців, що перебувають в умовах бойових дій, з метою виявлення ключових психосоціальних, фізичних і психологічних чинників, які сприяють розвитку ПТСР, а також розробка рекомендацій щодо покращення психопрофілактики та психологічної реабілітації для військовослужбовців

Виклад основного матеріалу дослідження: В умовах бойових дій військовослужбовці стикаються з інтенсивними емоційними потрясіннями: безпекою для життя, втратою близьких товаришів, пораненнями або загрозою отримати фізичні травми. вчені з Університету Ліверпуля та Університету Кардіффа проводили дослідження впливу військової служби на психічне здоров'я солдатів, які показали, що військовослужбовці мають вищий рівень посттравматичного стресового розладу (ПТСР) порівняно з цивільним населенням. Проте, при численні дослідження ПТСР, існує недостатня кількість даних щодо того, які саме фактори у військових умовах є найбільш критичними для розвитку цього

розладу. Через це знижується ефективність профілактичних заходів і уможливорюється створення систем, орієнтованих на зменшення рівня розвитку ПТСР.

На мою думку, одними з ключових факторів негативного впливу на військовослужбовців, які можуть призводити до розвитку ПТСР є індивідуальні особливості військових, соціальна підтримка, психосоціальні фактори та травматичний досвід.

Індивідуальні особливості військовослужбовця відіграють важливу роль у розвитку ПТСР. Вік, стать, попередній психічний стан та рівень стресостійкості впливають на те, як людина реагує на травматичні події. Молодші військовослужбовці можуть бути менш стійкими до стресу через недостатність життєвого досвіду, в той час як старші можуть мати кращі навички саморегуляції. Крім того, наявність попередніх психічних розладів, таких як депресія або тривожний розлад, збільшує ризик розвитку ПТСР.

Соціальна підтримка є критичним фактором у запобіганні розвитку ПТСР. Відсутність підтримки з боку сім'ї, товаришів по службі та суспільства може посилити почуття ізоляції та відчаю у військовослужбовців. Наприклад, військовослужбовці, які не мають міцних соціальних зв'язків або підтримки, можуть відчувати себе покинутими та ізольованими після повернення з бойових дій. Натомість, наявність міцної підтримки, можливість обговорення пережитого досвіду та отримання емоційної допомоги знижують ризик розвитку ПТСР та сприяють швидшій реабілітації.

Психосоціальні фактори, такі як рівень освіти, соціально-економічний статус і попередній життєвий досвід, також впливають на ризик розвитку ПТСР. Військовослужбовці з вищим рівнем освіти та кращими фінансовими умовами мають більше ресурсів для боротьби зі стресом. Наприклад, вони можуть мати доступ до якісної медичної та психологічної допомоги. Крім того, попередній життєвий досвід, такий як пережиття інших травматичних подій, може збільшити або зменшити ризик розвитку ПТСР, в залежності від того, як людина з цим справлялася раніше.

Однак, одним з головних факторів розвитку ПТСР є саме травматичний досвід, пов'язаний з бойовими діями. Військовослужбовці можуть піддаватися фізичній небезпеці, свідчити насильство та втрату товаришів. Інтенсивність і тривалість таких подій впливають на психічний стан людини, викликаючи сильний стрес і психологічні травми. Наприклад, військовослужбовці, які перебували у зонах активних бойових дій, мають вищий ризик розвитку ПТСР через повторювані шоківі ситуації та постійне відчуття загрози життю. На думку Є. Курченко, Р. Мороз, Т. Цуканова серед факторів, пов'язаних з бойовими діями, які викликають найбільшу напругу та страх провідне місце займає: смерть бойових товаришів – 50%; зовнішній вигляд важкопораненого (загиблого) – 29%; світлові та шумові ефекти бою – 8%; палаючий військовий транспорт – 5%.

Військовослужбовці, які беруть участь у запеклих боях, зазнають значного психологічного навантаження через постійні загрози для їхнього життя. Найвищий відсоток стресу пов'язаний зі смертю бойових товаришів (50%), що показує, наскільки важливі міжособистісні зв'язки та підтримка серед військовослужбовців. Свідчення загибелі товариша або його важких поранень може викликати сильні емоційні реакції, включаючи відчуття вини, безпорадності і глибокий сум. Такі події мають значний вплив на психічне здоров'я військовослужбовців і можуть сприяти розвитку ПТСР. Побачити тяжкопораненого або загиблого (29%) нагадує військовослужбовцям про їхню власну вразливість і небезпеку, з якою вони стикаються щодня. Світлові та шумові ефекти бою (8%) створюють додаткове навантаження на нервову систему, посилюючи відчуття тривоги і страху. Постійне перебування в середовищі з такими подразниками може впливати на нервову систему і збільшувати ризик розвитку ПТСР. Палаючий військовий транспорт (5%) може бути символом втрати та руйнування, що також впливає на психологічний стан військовослужбовців. Це також може нагадувати про небезпеку, з якою вони стикаються, і про можливі втрати, що можуть статися внаслідок бойових дій. Розуміння та врахування цих факторів ризику є важливими для розробки ефективних програм профілактики та лікування ПТСР у військовослужбовців. Забезпечення психологічної підтримки, розвиток навичок стресового управління та зміцнення соціальних зв'язків сприяють покращенню

психологічного стану військовослужбовців та знижують ризик розвитку посттравматичного стресового розладу.

Комплексний підхід до розуміння та усунення цих негативних впливів, включаючи психологічну підтримку, профілактичні заходи та терапію, має вирішальне значення для збереження психічного здоров'я військовослужбовців.

З метою виявити симптоми ПТСР на ранніх етапах, вчасно втрутитися і починати лікування до того, як розвиватимуться серйозніші проблеми існують Психологічні тести та скринінгові інструменти. Серед методів діагностики було виділено:

- Первинний скринінг посттравматичного стресового розладу. Цей тест допомагає швидко виявити наявність симптомів ПТСР у військовослужбовців. Використовується для початкового відбору осіб, які можуть потребувати додаткового обстеження та лікування.

- Коротка шкала тривоги. Це інструмент для оцінки рівня тривожності у військовослужбовців. Допомагає визначити, чи є тривожність одним із симптомів ПТСР або самостійним психічним розладом, що потребує уваги.

- Опитувальник PCL-5. Опитувальник Посттравматичного Стресового Розладу (PCL-5) є більш детальним інструментом для виявлення та оцінки симптомів ПТСР. Він включає в себе 20 питань, які стосуються різних аспектів життя пацієнта і допомагають визначити ступінь вираженості симптомів.

- Опитувальник бойового стресу. Цей інструмент спеціально розроблений для оцінки рівня стресу, викликаного бойовими діями. Він допомагає визначити, які аспекти бойового досвіду найбільш впливають на психічний стан військовослужбовців.

Результати цих опитувальників вказують на те, що високий відсоток військовослужбовців виявляє наявність початкових симптомів ПТСР, аналіз результатів свідчить про підвищений рівень тривожності у значної частини військовослужбовців. Дослідження вказують на важливі психоемоційні проблеми серед учасників дослідження, які потребують термінової уваги фахівців. Зокрема, 75% респондентів відзначили часті кошмари та нав'язливі думки, 80 % - роздратування та 100% труднощі зі сном, що є серйозними показниками наявності травматичного досвіду, який може впливати на їх повсякденне життя. Високий рівень ризиків, виявлений за допомогою цих інструментів, підкреслює важливість своєчасного втручання, діагностики та надання психологічної допомоги для попередження серйозних психічних проблем.

Зважаючи на результати, необхідний комплексний підхід до лікування. Важливо не лише провести детальнішу оцінку психоемоційного стану учасників, а й розробити індивідуальні програми терапії, що включають психотерапію, тренінги з управління стресом та, за потреби, медикаментозну терапію. Це допоможе учасникам відновити стабільний психоемоційний стан і уникнути подальших ускладнень.

Висновки: Дослідження факторів ризику розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР) у військовослужбовців показує, що інтенсивність бойових дій, втрата бойових товаришів, світлові та шумові ефекти, зовнішній вигляд важкопораних або загиблих, а також палаючий військовий транспорт є головними травмуючими факторами. Рання діагностика за допомогою психологічних тестів і скринінгових інструментів дозволяє своєчасно виявити симптоми ПТСР та надати необхідну психологічну допомогу.

На основі цих досліджень стає очевидною необхідність розробки та впровадження психологічної програми запобігання ПТСР у військовослужбовців, яка буде актуальною в сучасних умовах. Така програма має включати раннє виявлення симптомів, надання психологічної підтримки, розвиток навичок управління стресом і зміцнення соціальних зв'язків. Це допоможе знизити ризик розвитку серйозних психічних проблем і сприятиме швидшій реабілітації військовослужбовців після бойових дій.

Список використаних джерел

1. Кравченко А. С. Фактори психологічної стійкості військовослужбовців у бойових умовах. Психологічний журнал, 8(2), 2019. С. 77-84.

2. Кузьменко Л. П. Психологічна допомога військовослужбовцям з посттравматичним стресовим розладом. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка, 6(4), 2015. С. 101-108.

3. Петренко І. В. Соціальна підтримка як фактор подолання стресу у військовослужбовців. Психологічні перспективи, 13(1), 2020. С. 123-130.

4. Посттравматичні стресові розлади: Навчальний посібник / Під заг. ред. проф. Б. В. Михайлова. Вид. 2-е, перероблене та доповнене. Харків. ХМАПО, 2014. 223 с.

УДК 159.923.2

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ОСОБИСТОСТІ

Ясковець Тетяна, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія», 1 курс, РДГУ

Науковий керівник: Созонюк О.С., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. Проблема інтелекту поглиблено почала вивчатися у ХХ столітті. Л.Терстоун перший почав говорити про відмінності між аналітичними здібностями і регулюючими здібностями. Інтелект є не тільки механізмом регуляції психічної та поведінкової активності, а й механізмом з переробки інформації. Інтелект – це здатність адаптувати і управляти імпульсивними спонуканнями, це якість прояву розумності особистості.

Мета дослідження: визначити особливості розвитку емоційного інтелекту особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження. Для того, щоб приступити до аналізу емоційного інтелекту, необхідно проаналізувати поняття інтелекту.

Поняття «інтелект» (від лат. – розум) часто визначається як розумова здатність людини. При цьому французький психолог Ж. Піаже розводив ці два поняття. Він пропонував трактувати інтелект як «психічну адаптацію до нових умов» [1, с. 59]. Згідно Піаже, «інтелект є станом рівноваги, до якого тяжіють всі послідовно розташовані адаптації сенсомоторного і когнітивного порядку так само, як і всі взаємодії організму із середовищем» [1, с. 75]. Одна з основних особливостей людського інтелекту полягає в тому, що не всякий зміст, що отримується із зовнішнього світу, може бути засвоєно, а лише той, який хоча би приблизно відповідає внутрішнім структурам індивіда.

Якщо Піаже визначав інтелект як загальний регулятор поведінки всіх рівнів, то для деяких інших дослідників (А. Біне, Л. Векслер) інтелект – це символ вміння людини вчитися і будь-якої іншої живої істоти всьому новому. Л.Векслер дав таке визначення інтелекту: «Інтелект – це глобальна здатність діяти розумно, раціонально; здатність людини адаптуватися до навколишнього середовища» [2, с. 94].

Таким чином, у даний час існують три трактування поняття інтелекту:

- біологічне трактування: здатність свідомо пристосовуватися до нової ситуації;
- педагогічне трактування: здатність до навчання;
- структурний підхід, сформульований А. Біне: інтелект як здатність адаптації засобів до мети. З точки зору структурного підходу, інтелект – це сукупність тих чи інших здібностей.

Під сучасним визначенням інтелекту прийнято розуміти здатність до здійснення процесу пізнання і ефективного вирішення проблем, зокрема, при оволодінні новим колом життєвих завдань [3, с. 56].

Також науковці виділяють наступні види інтелекту:

1. Вербальний інтелект: відповідає за важливі функції людського організму, такі як письмо, читання, мова;

2. Логічний інтелект: вміщує в себе навички логічного мислення, обчислення, міркування;
3. Просторовий інтелект: містить в собі здатність до створення зорових образів, візуального сприйняття і маніпулювання даними образами;
4. Фізичний інтелект: включає в себе моторику рук, координацію рухів, спритність;
5. Музичний інтелект: відчуття ритму, розуміння музики;
6. Емоційний інтелект: здатність до усвідомлення власних і чужих почуттів, емоцій, а так само управління ними;
7. Духовний інтелект: здатність до самомотивації, самовдосконалення;
8. Творчий інтелект: містить в собі здатність видавати нові ідеї, створювати щось нове, творити [3, с. 22].

У свою чергу, Г. Гарднер запропонував свою модель, яка включає в себе кілька видів інтелекту, виділених з опорою на кілька наукових дисциплін, замість єдиної базової інтелектуальної спроможності, фактора «g» [4, с. 158]. Виходячи з його моделі, люди можуть володіти одним інтелектом більшою мірою, а іншим – меншою.

Коли Г. Гарднер виділив типи інтелекту, він виділив певні критерії, що лежать в основі інтелекту [4]:

- потенційна ізоляція в результаті мозкової травми;
- існування розумово відсталих, вундеркіндів та інших незвичайних індивідів;
- помітний набір основних операцій;
- особлива історія розвитку та відмітний набір «кінцевих» характеристик;
- еволюційна історія і еволюційна пластичність;
- підтримка з боку експериментальної психології;
- підтримка з боку психометрії;
- сприйнятливості до розшифровки символічних систем.

Підсумовуючи вищесказане, можна відзначити, що високий коефіцієнт інтелекту є запорукою успіху в освітній сфері. Люди, які мають високий IQ, при навчанні в освітніх установах мають високі бали і оцінки, при цьому, високий рівень IQ не є гарантом успіху в соціальній сфері, набуття матеріального благополуччя і вдалої побудови особистого життя. Потужним чинником успіху в соціальній сфері людини багато авторів, зокрема, Д.В. Люсин, Д. Гоулман називають емоційний інтелект. При цьому, емоційний інтелект може бути як академічним (тоді люди мають певні знання про емоції), так і практичним (навички та вміння, пов'язані з емоціями).

Висновки. У сучасних теоріях емоція розглядається як особливий тип знання. На основі даного підходу до визначення та розуміння емоцій, можна висунути поняття емоційного інтелекту, який можна визначити, як здатність діяти з внутрішнім світом своїх почуттів, управляти емоційною середовищем на основі інтелектуального аналізу і синтезу. Сукупність емоційних, соціальних здібностей, які здійснюють прямий вплив на здатність справлятися з вимогами і тиском навколишнього середовища.

Таким чином, емоційний інтелект розкривається зарубіжними дослідниками як здатність диференціювати емоції, а також виступати в якості когнітивної функції, застосовувати уявлення про емоції та користуватися емоційною сферою з метою поліпшення розумової діяльності. Високий рівень емоційного інтелекту передбачає можливість викликати потрібні емоції для сприяння мисленню, використовувати знання про емоції для свідомої їх регуляції, що, в свою чергу, забезпечує інтелектуальний розвиток.

Список використаних джерел

1. Піаже Ж. Психологія інтелекту. Київ: Кондор, 2004. 192 с.
2. Зарицька В.В. Емоційний інтелект: аналіз наукових теорій *Теорія і практика сучасної психології*. 2010. Вип.1. С.17-22.
3. Носенко Е.Л., Четверик-Бурчак А.Г. Курс лекцій з дисципліни «Теорія емоційного інтелекту» із завданнями для самоконтролю. Дніпропетровськ: ПП Акцент, 2016. 114 с.

4. Попова Т. С. Теоретичні засади дослідження емоційного інтелекту *Наукові праці Чорноморського державного університету імені Петра Могили комплексу „Києво-Могилянська академія”*]. Серія : Соціологія. 2014. Вип. 232. С. 63–66.

Частина 2
ЛІТЕРАТУРНИЙ КРЕАТИВ:
«СТУДЕНТСЬКИЙ ДАРУНОК УКРАЇНСЬКИМ ДІТЯМ»
(авторські казки)

З УКРАЇНОЮ В СЕРЦІ

Лазарчук Яна, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальності 012 «Дошкільна освіта. Психологія» 3 курс. РДГУ.

*Науковий керівник: Безлюдна В. І., кандидат педагогічних наук, доцент,
професор кафедри*

У одному квітучому краю, на перехресті степів і лісів, між ріками та високими горами, жила держава – Україна. Славилася вона не лише своїми багатствами, а й людьми, які були вільні духом, хоробрі серцем і вірні рідній землі. Але не завжди її шлях був мирним. Здавна приходили до неї темні сили, які хотіли відібрати її багатства, поневолити її народ і загасити вогник свободи.



Одного дня, коли сонце вже ховалося за обрій, а небо застигло в помаранчевих відблисках, зібралися на раді старійшини України – мудрі люди з усіх куточків держави. Вони міркували, як захистити рідну землю, бо надходили важкі часи: чорні хмари згущувалися на сході, несучи з собою небезпеку.

Ми мусимо захистити наш край, – промовив сивий дідусь, якого всі звали Батьком. Він був старим, але його голос звучав міцно, як залізо. Потрібно підняти молодь, бо саме в ній – сила України.

Але чи вистачить їм сміливості? – засумнівалася бабуса, в якої очі виблискували мудрістю пережитих років. – Ворог сильний, а наші діти ще такі юні...

Вистачить, – мовила молода дівчина з червоною квіткою у волоссі. – У нас у серці живе те, чого не знищити ні мечем, ні вогнем – любов до рідної землі.

На ранок старійшини розійшлися по всіх селах і містах, розповідаючи людям про небезпеку, що наближалася, і про те, що кожен мусить піднятися на захист рідного краю. І люди почали гуртуватися, діти вчилися майструвати луки, хлопці збирали метал, дівчата плели вінки й готувалися до складних днів.

Минуло кілька місяців, і чорні хмари дійсно накрили край. Ворог прийшов зі своїми темними силами й оголосив, що відтепер Україна мусить схилити голову. Він розсилав своїх гінців у кожен дім, щоб налякати людей, але, на подив, не зустрів ні страху, ні підкорення.

Ви мусите здатися, – мовив один із ворогів, увійшовши до хати старої жінки. Це не ваш бій.

Але бабуса лише подивилася на нього і сказала:

Не вашій силі зрозуміти наш дух. Ми – діти свободи, і ніколи не схилимо голову!

Ворог намагався залякати людей, вдавався до обманів, але кожен раз зустрічав опір. Хлопці й дівчата ставали поруч зі старими і відстоювали кожен клаптик землі, кожен будинок, кожне дерево.

Після однієї важкої битви молодий хлопець, на ім'я Олекса, повертався до свого села. Рани боліли та серце билосся рівно й гордо.

Чи не важко тобі, сину? – запитала його мати, помітивши його втому.

Ні, мамо, – відповів він. Бо я знаю, за що ми боремося. І я знаю, що наша перемога – в єдності. Бо коли ми разом – ніякі сили не здолають нас!



Його слова розлетілися по всій Україні. Люди повторювали їх, як молитву, надихаючи одне одного й укріплюючи віру в перемогу.

Минув час, і ворог відступив, бо зрозумів, що Україну не здолати ні мечем, ні обманом. Вона вистояла, бо її сила була не в зброї, а в серцях її людей, у їхній відданості, у любові до рідної землі. І не важливо, скільки разів приходили темні хмари – вони завжди розсіювалися перед світлом, що горіло в кожному українському серці.

І тепер, коли вечорами збиралися люди біля вогнищ, старші розповідали молодшим:

Запам'ятайте, діти, не той сильний, хто має меч, а той, хто має світло в душі. Україна жила і буде жити, бо в ній – вічна сила народу!

І всі, слухаючи ці слова, відчували гордість за свій край, де б вони не були, бо знали: їхня земля, їхня Україна, завжди буде вільною і ніколи не схилить голову перед темрявою.

ПТАХ СВІТЛА

Власюк Вікторія, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальності 012 «Дошкільна освіта. Психологія», 3 курс, РДГУ

*Науковий керівник: Безлюдна В.І., кандидат педагогічних наук, доцент,
професор кафедри*

Чи чули ви, як шумить сосновий ліс? Звичайний ліс, у якому весело щебечуть пташки, дзюрчать струмочки та проживають звичайні лісові мешканці.

Але сьогоднішній ранок у сосновому лісі розпочався не зі співу птахів, а із тривожної новини про появу над містом вогняних птахів. Ніхто зі звірів їх раніше не бачив, але всі відчували, що ці непрохані гості прилетіли зі злими намірами. От і наш маленький Єнотик ніколи раніше не зустрічався з вогняними птахами, але по маминому стурбованому обличчю зрозумів, що сталося щось непередбачуване.

Єнотик намагався дізнатися у мами, що ж трапилося, але дорослим було не до нього: вони постійно кудись телефонували та збирали речі. Дорослі трішки заспокоїлися лише коли дісталися до старого куща калини, під яким Єнотик побачив дбайливо вириту лисячу нірку. Біля цієї нірки збиралися і інші звірі. «Нарешті я зможу поспілкуватися з мамою», – подумав Єнотик, коли вони присіли на м'яке покривало поруч з двома лисенятами-близнючками.

Із розмов дорослих Єнотик зрозумів, що над їх рідним лісом тепер можуть літати небезпечні вогнені птахи. Але у нас є відважний охоронець: у небі впевнено літає, захищаючи ліс та його мешканців мужній Птах Світла. Нашого захисника бояться навіть вогнені птахи. Єнотик його теж ніколи не бачив, але дорослі говорили, що Птах Світла має сильні великі крила та безстрашне серце. І він завжди перебуває на стороні Добра. Ці слова трішки заспокоїли Єнотика та додали йому впевненості.

Мамо, а ми завжди будемо йти до лисячої нірки, коли з'являтимуться вогняні птахи? – запитав Єнотик.

Так, адже тут безпечно. І саме тут ми зможемо перечекати небезпеку, щоб потім повернутися до свого житла і до своїх щоденних справ.

А нам не буде тут сумно? Чим ми тут будемо займатися?

Ми можемо грати в ігри, спілкуватися, знайомитися з іншими звірятами, читати казки, співати і багато чого іншого. За спільною справою і час іде швидше.

А якщо мені стане трішки страшно? – запитав Єнотик.

Тоді я тебе обійму і увесь страх розвіється.

А якщо мені стане дуже страшно?

Тоді я тебе обійму міцно-міцно і страх вимушений буде підти, бо для нього просто не залишиться місця. – сказала мама і ніжно погладила Єнотика по голівці.

- А можна я також буду обіймати і наше мишеня? Воно ж маленьке і йому також може бути страшно. Ти обійматимеш мене, а я обійматиму Мишку. Такий собі обмін обіймами. - посміхнувся Єнотик.

Звичайно, можна. Коли ми підтримуємо один одного, то стаємо сильніші і нас нікому не здолати.

А Птах Світла у цей час обійматиме нас усіх і наш ліс... Мамо, а він справді переможе вогняних птахів? – запитав Єнотик

Звичайно, він же Птах Світла, а Світло завжди перемагає темряву. Після темної ночі завжди настає світлий день.

А як ми можемо подякувати Птахові Світла за наш захист?

Просто підійми очі до неба і скажи «Дякую».

І він почує? – запитав Єнотик

Обов'язково почує.

Саме так і зробив Єнотик, коли вони з мамою вийшли із лисячої нірки: підняв очі до неба і тихенько сказав «Дякую». Яким же було його здивування, коли із-за хмар неочікувано вийшло сонечко і освітило промінцями їх ліс.

Мамо, він мене почув! Дивись, він мені посміхнувся! Тепер я точно знаю, що Світло обов'язково переможе темряву! – весело підстрибуючи, вигукнув Єнотик.

Звичайно, синку, – сказала мама і ніжно обійняла Єнотика та його маленьке мишеня.

РАЗОМ НЕПЕРЕМОЖНІ!

Галюк Світлана, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальності 012 «Дошкільна освіта, Психологія», 3 курс, РДГУ

*Науковий керівник: Безлюдна В. І., кандидат педагогічних наук, доцент,
професор кафедри*

У густому лісі, де росли високі дерева та співали пташки, жила дружня спільнота тварин. Кожен мав своє місце: мудра сова була порадицею, сильний ведмідь – захисником, а весела лисичка завжди приносила радість у їхнє життя.

Одного дня до лісу прийшла тривога. Здалеку чути було гуркіт машин та постріли. Тварини зібралися на раду під великим дубом.

Що нам робити? – запитав зайчик, тремтячи від страху. – Ворог може прийти і до нас!

Ми повинні захистити наш дім, – сказав ведмідь, піднявши лапу. – Якщо будемо разом, то зможемо впоратися з будь-якою небезпекою.

Лисичка, яка завжди знала, як знайти вихід, вигадала план. Вона запропонувала розділитися на групи: одні будуть спостерігати за ворогом, інші – готувати їжу та укриття.

На наступний день, коли тварини почали реалізовувати свій план, вони зрозуміли, що найважливіше – це підтримка один одного. Совеня слідувало за небом, а їжаки будували укриття з гілок і листя. Кожен робив свою справу, і разом вони створили надійний захист.

Але одного разу, коли ніч спустилася на ліс, ворог підійшов ближче. Тварини відчували страх, але ведмідь нагадав їм про їхню силу.

Разом ми непереможні! – закричав він. – Не біймося!

Як тільки вороги наблизилися, тварини, зібравшись у коло, почали гучно кричати і стукати лапами об землю. Цей шум налякав ворога, і він втік, не зумівши подолати силу єдності.



Після того, як загроза минула, тварини зібралися знову під дубом. Вони зрозуміли, що в їхньому лісі важливі не тільки сила і мудрість, а й дружба та підтримка.

Ми навчилися важливого, – сказала сова. – У часи труднощів ми повинні стояти разом, як одна велика сім'я.

Відтоді тварини лісу жили в мирі, завжди готові допомогти один одному, адже знали, що разом вони зможуть подолати будь-які труднощі. І навіть коли на горизонті з'являлися нові загрози, їхня єдність завжди була їхньою силою.

ХОМКА ТА ЧАРІВНИЙ МЕТЕЛИК

Дубич Ольга, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальності 012 «Дошкільна освіта. Психологія», 3 курс, РДГУ

*Науковий керівник: Безлюдна В.І., кандидат педагогічних наук,
доцент, професор кафедри*

У затишній нірці під старим дубом жив маленький хом'ячок на ім'я Хомка. Він був дуже допитливим і любив подорожувати лісовими стежками, збирати різні насіння й гратися з друзями. Але останнім часом Хомка почав помічати, що йому все важче залишати свою нірку. Коли він збирався на прогулянку, йому ставало страшно, серце калатало швидше, а лапки тремтіли.

Одного дня, коли Хомка сидів біля входу в нірку, розмірковуючи, чи виходити назовні, біля нього приземлився барвистий метелик. Він був легкий, мов пух, і його крила переливалися всіма кольорами веселки.

Привіт, я Метелуся, – лагідно привітався метелик. – Чому ти сидиш тут самотньо, Хомко?

Хомка зітхнув.: «Мені чомусь страшно виходити назовні. Я хочу погратися, але раптом щось погане трапиться?»

Метелуся зрозуміла, що Хомці важко, і задумалася.

Знаєш, іноді, коли я літаю, мене лякають великі птахи. Але я тоді згадую про свої міцні крильця та легкість, які допомагають мені швидко злітати вгору, якщо треба.

І тобі не страшно? – запитав Хомка.

Страшно буває, але коли я вірю в себе, страх стає меншим. А ще, я завжди фокусуюся на тому, скільки гарних місць ще не бачила!

Метелуся порадила Хомці уявити, що у нього теж є «крильця» – його хоробрість, яка допоможе, коли страх стає надто сильним.

Хомка спробував уявити, що у нього з'явилися уявні крильця. «Що ж, з такими крильцями я, мабуть, зможу наважитися вийти хоч на крок», – подумав він і, на диво, відчув себе трохи впевненіше»

Метелуся радісно махнула крильцями. «Перший крок – це вже сміливість!»

З кожним наступним днем Хомка все більше виходив зі своєї нірки, трохи далі, ніж вчора. І кожного разу, коли йому було лячно, він уявляв свої невидимі крильця, які робили його сміливішим.

Так Хомка навчився поступово долати свій страх і радів кожному новому дню у великому та цікавому лісі. І коли на його шляху знову траплялася Метелуся, вони разом раділи, як далеко Хомка зміг зайти.

ЯК ВЕДМІДЬ ДОПОМІГ ЗАЙЧИКУ ЯКИЙ ЗАБЛУКАВ

Жмура Світлана здобувач ОС “бакалавр”

спеціальності 012 “Дошкільна освіта. Психологія.” 3 курс. РДГУ.

*Науковий керівник: Безлюдна В.І., кандидат педагогічних наук, доцент,
професор кафедри*

Жив собі маленький зайчик на ім'я Хвостик. Він був дуже допитливий і щодня шукав нових пригод. Одного дня Хвостика захотілося дізнатися, що цікавого можна знайти в глибокому лісі.

Скільки ж там може бути цікавого! – подумав зайчик і, не сказавши нікому ні слова, подався до лісу. Спочатку Хвостик бігав по стежинках, весело стрибав і милувався яскравими квітами. Але, коли сонечко почало сідати, в лісі стало темно і тихо. Тіні від дерев здавалися довгими й страшними, і зайчик зрозумів, що заблукав.

Злякався зайчик і почав кликати на допомогу: «Хто-небудь, допоможіть мені!». Ніхто не почув Хвостика. Лише дерева тихо зашуміли у відповідь.

Раптом із кушів почулися кроки. Підскочив зайчик від страху, але побачив великого, доброго ведмедя на ім'я Буркотун.

Що ти тут робиш сам у таку пізню годину, маленький зайчику? – лагідно запитав ведмідь.

Зайчик зітхнув і розповів, як він шукав пригод, а тепер загубився і не знає, як повернутися додому.

Буркотун усміхнувся і лагідно сказав: «Не хвилюйся, я знаю всі стежки в лісі. Сідай на мою спину і я тебе віднесу додому!»

Зайчик радісно скочив на спину ведмедя, і вони разом вирушили в дорогу. Ведмідь крокував впевнено, а зайчик милувався зірками, що мерехтіли над лісом. Незабаром вони дійшли до знайомої галявини, і зайчик побачив свій дім.

Дякую тобі, Буркотуне, ти врятував мене! – сказав зайчик.

Наступного разу, Хвостика, будь обережнішим”, – порадив ведмідь, лагідно поплескавши його по спинці. З того часу зайчик завжди пам'ятав, що в лісі треба бути обачним, і ніколи не ходив далеко від дому без дорослих.

І хоча Ведмідь був великим і сильним, а Зайчик – маленьким і пухнастим, вони довели, що дружба не знає меж і може з'єднати навіть зовсім-зовсім різних.



СЛІДУЙ СВІТЛУ В СВОЄМУ СЕРЦІ

Ковальчук Соломія, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальності 012 «Дошкільна освіта. Психологія», 3 курс, РДГУ

*Науковий керівник: Безлюдна В.І. . кандидат педагогічних наук,
доцент, професор кафедри*

У далекій чарівній країні, де золотаві трави ніжно колихаються під теплим сонцем, жила маленька жирафа на ім'я Лілі. Вона була особливою: мала найвищі ніжки серед своїх однолітків і веселі та яскраві оченята, що вміли бачити радість



навіть у хмарах. Лілі була дуже близька зі своєю мамою, жирафою Ламін, яка завжди розповідала казки про чарівні місця, де мешкають зіркові жирафи, що світяться вночі.

Але одного дня в чарівну країну прийшла велика біда – гучна й темна війна. Шум і пил охопили землю, а здавалося б, мирне небо стало грізним і важким. Ламін підштовхнула Лілі до густих заростей акацій і прошепотіла: «Залишайся тут, моя зіронько. Я знайду тебе, коли все вщухне». Потім мама зникла в диму, а Лілі залишилась одна.

Дні змінювали ночі, а ночі ставали днями. Лілі відчувала, як її маленьке серце стискається від страху та суму. Але в її пам'яті яскраво сяяли слова мами: «Ти завжди знайдеш шлях, якщо довірятимеш світлу свого серця». І в один світанок Лілі вирішила вирушити на пошуки мами.

Першого, кого вона зустріла на своєму шляху, був мудрий лев Сімба, король цієї країни. Його хутро було покрите пилом війни, але очі блищали добротою. «Чому ти одна, маленька жирафо?» – запитав він. Лілі відповіла: «Я шукаю маму, жирафу Ламін. Ти не бачив її?» Лев схилив голову: «Іди до великої річки, там, де води зустрічаються з небом. Слухай свій внутрішній голос, він приведе тебе до неї».



Дорога була нелегкою. Лілі перетинала колочі чагарники, перетинала сухі рівнини, де навіть вітер здавався втомленим. Вона зустріла добру мавпу Чічі, яка поділилася з нею стиглим манго та розповіла про дорогу через таємничий ліс гігантських баобабів. Лілі подякувала і вирушила далі.



Коли сонце почало ховатись за обрій, перетворюючи небо на полотнище яскравих фарб, Лілі дісталася великої річки. Її води були спокійні, а дзеркальна поверхня відбивала обриси зірок. І тут вона почула знайомий, рідний голос: «Лілі, моя зіронько!» З іншого берега, у сріблястих відблисків місяця, стояла Ламін, висока і прекрасна.

Лілі помчала до води, сльози щастя котилися її мордочкою. Ламін обійняла доньку, і їхні серця знову билися разом, як одне. «Ти знайшла мене, бо слідувала світлу в своєму серці», – прошепотіла Ламін.

Відтоді Лілі і Ламін жили разом, а чарівна країна знову наповнилася радістю і спокоєм. Лілі навчилася, що навіть у найтемніші часи любов і надія завжди допоможуть знайти дорогу додому.

ЛИСИЧКА ТА ЧАРІВНА КВІТКА

Левчук Андрій, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальності 012 «Дошкільна освіта. Психологія», 3 курс, РДГУ

Науковий керівник: Безлюдна В.І кандидат педагогічних наук, доцент,
професор кафедри

Жила в густому лісі лисичка на ім'я Луїса. Вона мала м'яке руде хутро, пухнастий хвіст, а очі їй виблискували, мов зірочки. Ліс був її домом, а кожна стежка, кожен кущик і кожне дерево – її добрі друзі. Луїса була не тільки хитрою, а й дуже доброю та сміливою.

Одного разу, коли сонце вже котилося за обрій, лисичка натрапила на стару сову на ім'я Молі, що сиділа на гілці великого дуба. Молі покликала Луїсу до себе і сказала:

Луїсо, у тебе добре серце і щира душа. Хочу поділитися з тобою таємницею. У найтемнішій частині лісу є чарівна квітка світла, яка може виконати одне-єдине бажання того, хто знайде її від щирого серця.

Лисичка затремтіла від захоплення. Вона завжди мріяла про подорожі і пригоди, і ця новина була для неї справжнім дивом. Луїса вирішила вирушити на пошуки чарівної квітки.

Наступного ранку Луїса вирушила у подорож. Вона зустріла мудру черепаху Тіну, яка попередила її про колючі кущі та глибокі болота. Ліс був темний, але Луїса не боялася – вона знала, що її мета безпечна.

По дорозі вона допомагала всім, кого зустрічала. Лісові мишки заплуталися в густій траві – Луїса допомогла їм вибратися. Маленький зайчик загубився, і Луїса вивела його на світлу галявину. Кожна добра справа робила її ще сильнішою, а її серце ставало світлішим і сміливішим.

Нарешті Луїса досягла глибини лісу, де панувала тиша. Тут вона побачила квітку, яка сяяла, немов місяць у небі, – це була чарівна квітка світла. Вона підійшла ближче, а квітка запитала:

Луїсо, яке твоє найзаповітніше бажання?

Лисичка на хвилинку задумалася і сказала:

Я бажаю, щоб мій ліс був завжди мирним і спокійним, а всі мої друзі – щасливими і в безпеці.

Квітка засвітилася ще яскравіше і з її пелюсток посипалися маленькі іскорки, які полетіли по всьому лісу. Вони торкнулися дерев, квітів, тварин, і з того часу ліс став ще красивішим і доброзичливішим.

Лисичка Луїса повернулася додому зі щасливим серцем, бо тепер знала: справжня магія живе в добрих справах і щирих бажаннях. А чарівна квітка світла залишилася в найглибшій частині лісу, щоб кожен, хто шукає з добрим серцем, міг знайти її і виконати своє заповітне бажання.

ДИКИЙ ВОГОНЬ

Максимчук Маргарита, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальність 012 «Дошкільна освіта. Психологія», 3 курс,
РДГУ

Науковий керівник: Безлюдна В. І. кандидат педагогічних
наук, доцент,
професор кафедри

У густому лісі, де сонячні промені ледь пробивалися крізь крони дерев жила родина ведмежат. Вони жили в мирі та злагоді. Але одного дня, у їхнє мирне та спокійне життя прийшла велика біда.

Випуск 10, 2024. Збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти



З віконця своєї барлоги ведмедиця бачила стовпи диму, що піднімалися над лісом. Серце її стислося від жаху. "Пожежа!", – прошепотіла вона. Ведмежата злякано притулилися до матері.

Мамо, мені страшно, – пропищало Ведмежа.

Діти, нам потрібно рятуватися! – сказала ведмедиця. – Вогонь швидко поширюється, і ми можемо заблукати у диму.

Вони швидко зібрали найнеобхідніші речі і вибігли з барлоги. Повітря було наповнене гаром і димом. Ведмежата тулилися ближче до матері, бо боялися заблукати.

Куди ми підемо, мамо? – запитало найменше ведмежа.

До річки, – відповіла ведмедиця. – Вода нас врятує.

Вони бігли крізь палаючий ліс, обминаючи вогняні язики. Дим щипав очі, і було важко дихати. Але ведмедиця не здавалася. Вона вела своїх малюків вперед, до порятунку. Серце ведмежат швидко-швидко билось, але Ведмедиця вірила в перемогу над небезпекою.

Ведмеді кинулися до води і занурилися в неї з головою. Вони пливли до протилежного берега, поки не відчули себе в безпеці. Вибравшись на берег, вони озирнулися.

Рятувальники вже здолали пекельний вогонь. Ліс був знищений вогнем. Дерев стояли чорні і обгорілі. Серце ведмедиці боліло від того, що сталося з їхнім домом. Але вона знала, що вони вижили, і це було найголовніше.

Згодом ліс відновився. З'явилися нові паростки, зазеленіли трави. Ведмежата вирости і стали сильними. Вони ніколи не забували того страшного дня, коли вогонь майже знищив їхній дім. І вони вирішили, що будуть завжди берегти ліс і допомагати один одному.

КАЗКА ПРО БІЛОЧКУ МАРИСЮ ТА ЇЇ СТРАХ

Михасик Ольга, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальність 012 «Дошкільна освіта. Психологія», 3 курс, РДГУ

*Науковий керівник: Безлюдна В.І., кандидат педагогічних наук, доцент,
професор кафедри*

У затишному куточку лісу, де шелестять листочки і дзюрчить струмочок, жила маленька білочка на ім'я Марися. Вона була дуже допитливою та розумною і понад усе мріяла вступити до лісової школи – місце, де звірята вчаться дбати про ліс і дізнаються всі його секрети.

Марисі було дуже цікаво, як усе влаштовано в школі, проте думки про вступні завдання які необхідні для вступу до школи змушували її хвилюватися. Вона уявляла, що дорослі звірята завжди впевнені у своїх силах і не знають, що таке страх. Марися мріяла, що з часом у неї також з'являться такі «чарівні» здібності, які допоможуть долати будь-які труднощі. Однак, готуючись до вступу, вона починала розуміти: сміливість не з'являється сама собою – її треба знаходити в собі, крок за кроком.

Сиділа Марися на горбочку і зітхала, роздумуючи про те, що ж далі на неї чекає.

Несподівано з кущів з'являється страненький їжачок, з сивою довгою борідкою, та прикульгуючи, з палицею в руках. Це був мудрик – лісовий мудрець, якого всі знали як помічника у важкі часи.

Здрастуй, Марисю, – лагідно промовив він. – Що ти тут сумуєш, дитино? Чи не набридло тобі тривожитись про те, чого ще не сталося?

Марися здивувалася, як Мудрик міг знати про її страхи, але не могла не довіритися його добрим очам.

Я боюся, Мудрику, – відповіла вона, відверто дивлячись йому в очі. – Боюся того що очікує мене в школі, боюся помилок і труднощів. Що, як у мене нічого не вийде?

Мудрик усміхнувся їй, опираючись на свою криву палицю, сів поруч із Марисею на пагорб. Він показав на дерево, яке росло поблизу, – міцний дуб із товстим стовбуром і великим корінням, що глибоко входило в землю.

Бачиш цей дуб, Марисю? Коли він був маленьким пагінцем, його також лякали вітри і грози. Але він ріс, незважаючи на бурі, які раз за разом накривали його. Коріння його стало сильним, а стовбур – міцним. Тепер це дерево не зламається від будь-якої бурі, бо витримало чимало випробувань.

Так само і з тобою, – продовжив він. – Твоє серце – це пагінець, який ще тільки росте. Труднощі, яких ти боїшся, – це бурі, що зміцнять тебе, зроблять мудрішою і сильнішою. Головне – не зупинятися і довіряти собі.

Марися замислилась над словами Мудрика. Страх трохи відступив, поступаючись місцем цікавості та відчуттю. Можливо, кожна перепона на шляху – це нагода вирости, зміцнитися і стати таким же, як цей могутній дуб.

Дякую тобі, Мудрику, – прошепотіла вона, і лісовий мудрець кивнув, сховавшись знову між кущів, наче його й не було.

Відтоді Марися вже не боялася труднощів, а сміливо йшла вперед, знаючи, що кожен крок робить її сильнішою.

КАЗКА ПРО МИШЕНЯ ТА ВЕЛИКЕ БАЖАННЯ

Шелест Марія, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальності 012 «Дошкільна освіта. Психологія», 3 курс, РДГУ

*Науковий керівник: Безлюдна В. І., кандидат педагогічних наук, доцент,
професор кафедри*

У маленькому затишному куточку старої комори жила собі мишка на ім'я Міллі. Вона була зовсім крихітною, з пухнастими вухами та блискучими оченятами, але мала велике і відважне серце. Кожного ранку Міллі вибігала зі своєї нірки і мріяла про те, як одного дня зможе стати великою і сильною, як лев, щоб більше не боятися великого кота Бруно, який вічно нишпорив навколо її домівки.

Одного сонячного дня, коли Міллі вирушила на пошуки крихт хліба, вона побачила щось дивовижне.



На великому дерев'яному ящику сиділа стара мудра сова Софія. Вона була відома на весь двір своєю здатністю давати найкращі поради та виконувати найзаповітніші бажання. Міллі несміливо підійшла до сови й поклонилася: Добрий день, пані Софіє! Мені казали, що ви можете виконувати бажання. Я дуже хочу стати великою і сильною! – промовила мишка, відчайдушно дивлячись на сову.

Сова, повільно розплющивши свої мудрі очі, лагідно посміхнулася: О, маленька Міллі, чому ж тобі хочеться бути великою і сильною? – спитала вона.

Міллі зітхнула:

Мені так страшно, коли кіт Бруно полює на мене. Я хочу бути такою сильною, щоб захистити себе і своїх друзів.

Мудра сова замислилася і покивала головою: Сила буває не лише у міцних м'язах, але й у великій мудрості та хоробрості. Проте я можу дати тобі одну чарівну ягідку, яка допоможе тобі. Але пам'ятай: її сила триватиме лише день, а справжня сила завжди приходить зсередини.

Міллі з нетерпінням з'їла ягоду. І, о диво! Вона почала рости і ставати такою великою, що могла навіть дивитися коту Бруно просто в очі. Але ось у чому справа: коли Міллі побачила здивованого і наляканого кота, вона зрозуміла, що це зовсім не той шлях, який їй потрібен.



Замість того щоб лякати Бруно, Міллі підійшла до нього і сказала: «Я більше не хочу битися з тобою. Давай краще жити в мирі!»

Кіт Бруно, який не очікував таких слів, ошелешено кліпнув очима. Він замислився: чому б і справді не спробувати жити дружно? З того дня вони стали добрими друзями, а Міллі навчилася, що справжня сила полягає в доброті та вмінні знайти спільну мову.

Коли дія чарівної ягоди завершилася, Міллі повернулася до своїх звичних розмірів, але вже не боялася. Вона знала, що навіть найменша мишка може мати велике серце. І з того дня її життя стало набагато щасливішим, бо навколо неї було більше друзів, ніж страхів.

Частина 3

МАТЕРІАЛИ КОНКУРСУ СТУДЕНТСЬКИХ РОБІТ
«ПОЯСНИ ДИТИНІ ПРО ГОЛОДОМОР»

ВОНИ ПРОСТО ЧЕКАЛИ НАШОЇ СМЕРТІ

Правник Ярослав, Мельничук Софія, Кучер Максим,
Демчук Анна
здобувачі ОС «бакалавр», 2 курс,
факультет історії, політології та міжнародних відносин РДГУ



ХЛІБ, ЩО СТАВ ПАМ'ЯТТЮ: ІСТОРІЯ ПРО ГОЛОДОМОР ДЛЯ ДІТЕЙ

Галаган Крістіна, здобувач ОС «магістр», 1 курс
Криворізький державний педагогічний університет

Колись у нашій країні, в Україні, була велика біда. Люди, як і ми зараз, сіяли хліб, пекли смачні паляниці, збирали врожай і раділи життю. Але одного разу настав час, коли хліб забрали. Весь хліб, зерно, їжу. Людям не залишили нічого, навіть крихти.

Це було майже сто років тому. Той час назвали Голодомором. Слово "голод" ти, мабуть, знаєш — це коли нема що їсти. А "мор" означає загибель. Люди не мали їжі та гинули цілими сім'ями.



Хто ж зробив таку страшну річ? Тоді в Україні була влада, яка наказала забрати всі запаси їжі, навіть якщо це була остання крихта в домі. Це сталося не через неврожай чи погоду, а тому, що ті, хто був при владі, хотіли змусити наш народ підкорятися.

Але, незважаючи на біду, наші прадідусі та прабабусі не здалися. Вони вірили, що прийдуть кращі часи. Вони берегли пам'ять про ті роки, щоб розказати нам, своїм онукам, правду.

Чому ми маємо пам'ятати про це? Щоб більше ніколи і ніде на землі не повторилося таке лихо. Щоб цінувати те, що маємо — хліб на столі, мир, родину поруч.

Голодомор навчив нас важливого: бути добрими один до одного, допомагати тим, хто потребує, і завжди боротися за правду.

Коли наступного разу ти побачиш на столі хліб, згадай цю історію. Хліб — це не лише їжа. Це символ життя, пам'яті й надії.

ЗМІСТ

Частина 1. ТЕОРЕТИКО-ЕМПІРИЧНИЙ КОНТЕНТ МОЛОДІЖНИХ ПОШУКІВ	
Аладько Тетяна Психологічні чинники професійного вигорання медичних працівників під час війни	3
Бондар Альона Психологічні особливості переходу військовослужбовців від умов бойових дій до цивільного життя	6
Бондар Альона Особливості надання психологічної допомоги демобілізованим військовослужбовцям	8
Боярчук Мар'яна Прагнення до краси та привабливості у контексті психологічного супроводу	10
Василюк Марія Особливості емоційного розвитку дошкільників в умовах війни	12
Верстляр Ярослава Психологічні особливості управлінської діяльності менеджера	15
Горшковська Лілія Проблема об'єктивності в оцінці претендентів на посаду у процесі кадрового відбору	18
Гуцуляк Ангеліна Особливості сприймання казок дітьми старшого шкільного віку	19
Данильченко Олександр Психологічні особливості впливу інтернет-технологій на студентську молодь	23
Дем'янюк Любов Психологічні особливості стресостійкості особистості у період військового стану	26
Карпова Жанна Психологія роботи з сім'ями в складних життєвих обставинах	28
Катеринчук Дарія Теоретичні аспекти проблеми розвитку емоційного інтелекту в підлітковому віці	30
Ковальчук Олена Психологічні чинники депресії у підлітковому віці	32
Косяк Тетяна Ігрові технології в регуляції емоційних станів дітей ігрові технології в регуляції емоційних станів дітей в умовах воєнного часу	35
Кравцова Світлана Психологічна корекція тривожно-депресивних станів дорослих середнього віку засобами емоційно-образної терапії	38
Кравчук Ірина Психологічні детермінанти агресії: ретроспективний аналіз	40
Любчик Олександра Роль державних та громадських ініціатив у підтримці ментального здоров'я ВПО після окупації	44
Луцак Ольга Роль ігрової діяльності в розвитку дітей молодшого дошкільного віку	47
Малафей Вікторія Когнітивно-поведінкова терапія як ефективний метод роботи з кризовими станами клієнтів	50
Малютіна Олександра Формування соціальної компетентності дітей старшого дошкільного віку засобами казки	52
Мельник Людмила Роль психологічної підтримки у коригуванні впливу чинників,	54

що впливають на професійне самовизначення осіб юнацького віку	
Мельничук Оксана, Піонтковська Діана Психологічні особливості впливу інтернет-технологій на студентську молодь	56
Оздемір Оксана Емоційний інтелект як складова професійного становлення студентів-філологів	59
Омелич Григорій Формування фінансової грамотності дітей дошкільного віку: педагогічні можливості дидактичної гри	62
Пантелеймонова Наталія, Широких Анастасія Особливості симптомів ПТСР та специфіка його діагностики у військовослужбовців	65
Пермінова Наталія Психологічні чинники управління персоналом в умовах воєнного стану	68
Помаранський Валентин Дослідження психологічної готовності до бойових дій у добровольців сил територіальної оборони Збройних сил України	71
Рабош Наталія Особливості педагогічних конфліктів : шляхи вирішення	74
Рожко Олена Розвиток літературних здібностей у підлітковому та юнацькому віці	77
Сабат Єлизавета Вплив соціальних мереж на комунікативну поведінку старшокурників	79
Сапронова Катерина Сімейні конфлікти як складова міжособистісної взаємодії подружніх пар	82
Супрунюк Олена Розвиток емоційного інтелекту у дітей молодшого шкільного віку арт-терапевтичними технологіями	84
Хома Людмила Стан медіаосвіти українського юнацтва у період війни	87
Яницька Ольга Фактори ризику ПТСР у військовослужбовців в умовах бойових дій, шляхи їх виявлення та запобігання	89
Яскевець Тетяна Теоретико-методологічні дослідження соціального інтелекту особистості	92
Частина 2. ЛІТЕРАТУРНИЙ КРЕАТИВ: «СТУДЕНТСЬКИЙ ДАРУНОК УКРАЇНСЬКИМ ДІТЯМ» (авторські казки)	
Лазарчук Яна З Україною в серці	95
Власюк Вікторія Птах світла	96
Галюк Світлана Разом непереможні!	97
Дубич Ольга Хосмко та чарівний метелик	98
Жмура Світлана Як ведмідь допоміг зайчику який заблукав	99
Ковальчук Соломія Слідуй світлу в своєму серці	100
Левчук Андрій Лисичка та чарівна квітка	101
Максимчук Маргарита Дикий вогонь	101
Михасик Ольга Казка про білочку Марисю та її страх	102

Шелест Марія Казка про мишеня та велике бажання	103
Частина 3 МАТЕРІАЛИ КОНКУРСУ СТУДЕНТСЬКИХ РОБІТ «ПОЯСНИ ДИТИНІ ПРО ГОЛОДОМОР»	
Правник Ярослав, Мельничук Софія, Кучер Максим, Демчук Анна Вони просто чекали нашої смерті	105
Галаган Крістіна Хліб, що став пам'яттю: Історія про Голодомор для дітей	107

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

СТУДЕНТСЬКИЙ ДАЙДЖЕСТ

Збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти

Випуск 10

Упорядники:

проф. Павелків Р. В., проф. Корчакова Н. В.

Підписано до друку 05.12.2024 р.

Формат 60х84 1/8. Папір офсетний № 1. Гарнітура Times New Roman. Друк офсетний. Ум.
друк. арк. 13,4. Наклад 300

ТОВ «Центр учбової літератури»
вул. Лаврська, 20 м. Київ

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до державного реєстру
видавців, виготівників і розповсюджувачів видавничої продукції
ДК № 2458 від 30.03.2006 р.