

Міністерство освіти і науки України
Житомирський державний університет імені Івана Франка
Соціально-психологічний факультет
Кафедра психології, логопедії та інклюзивної освіти

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ НАУКИ: ВИКЛИКИ СУЧАСНОСТІ

**Збірник наукових праць
за матеріалами Всеукраїнської студентської інтернет-конференції
(Україна, Житомир, 10 жовтня 2022р.)**

**Житомир
Вид-во ЖДУ ім. І.Франка
2022**

УДК 159.923.2

А 43

*Рекомендовано до друку вченою радою
Житомирського державного університету імені Івана Франка
(протокол № від « » листопада 2022 року)*

Рецензенти:

БУЛГАКОВА Олена – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри дошкільної педагогіки, декан факультету дошкільної педагогіки та психології ДЗ «Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д.Ушинського».

ДІДОРА Марія – кандидат психологічних наук, доцент, завідувачка кафедри психології Житомирського інституту ПрАТ «МАУП».

ЯКИМЧУК Ірина - кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини.

ТИЧИНА Ірина - кандидат психологічних наук, доцент, декан соціально-психологічного факультету Житомирського державного університету імені Івана Франка.

А 43 Актуальні проблеми сучасної психологічної науки: виклики сучасності: Збірник наукових праць за матеріалами Всеукраїнської студентської інтернет-конференції (м. Житомир, 10 жовтня 2022р.) / Ред. колегія: Л.Котлова, Л.Бутузова, С.Дмитрієва, І.Долінчук, С.Максимець, О.Стахова / М-во освіти і науки України, Житомирський державний університет імені Івана Франка, соц.-псих. факультет. Житомир, Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2022. 208 с.

У збірнику подано наукові праці учасників Всеукраїнської студентської інтернет-конференції, яка відбулася 10 жовтня 2022 року в м. Житомирі на базі соціально-психологічного факультету Житомирського державного університету імені Івана Франка. Збірник адресовано науковцям, фахівцям-практикам, здобувачам вищої освіти, а також усім, хто цікавиться сучасними науковими досягненнями, проблемами і перспективами в психології, логопедії, педагогіці, соціальній роботі та інклюзивній освіті.

Матеріали подані в авторській редакції. Відповідальність за науковий та літературний зміст опублікованих матеріалів несуть їх автори. Думки редакторів можуть не збігатися з позицією авторів.

УДК 159.923.2

©Автори публікацій, 2022
©Житомирський
державний університет
імені Івана Франка,
оригінал-макет, 2022

ЗМІСТ

РОЗДІЛ 1. ЧИННИКИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я У ВОЄННИЙ ЧАС... 12**Вінник Н.**

ДУХОВНО-ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ, ЩО ЗАБЕЗПЕЧУЮТЬ СТІЙКІСТЬ ДО СТРЕСУ 12

Качур Г.

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ОСІБ, ЗАЛУЧЕНИХ ДО ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ..... 14

Коробова М., Омецинська В

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ЯК ФАКТОР ЕФЕКТИВНИХ СОЦІАЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ 16

Максимець С., Запара В

ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТА..... 18

РОЗДІЛ 2. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПСИХІЧНОГО ТА ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ НА РІЗНИХ ОНТОГЕНЕТИЧНИХ ЕТАПАХ..... 21**Білорус Т.**

ДОСЛІДЖЕННЯ ЗАЗДРОЦІВ ПІДЛІТКІВ 21

Білошицька А.

РЕФЛЕКСІЯ ПЕДАГОГІВ ЩОДО ПРИЧИН НЕУСПІШНОСТІ ШКОЛЯРІВ . 23

Булгакова О., Савченкова М

РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗА ДОПОМОГОЮ «КАЗКОТЕРАПІЇ»..... 24

Булгакова О., Саєнко О.

ОСВІТНЄ СЕРЕДОВИЩЕ ЗДО_ЯК УМОВА РОЗВИТКУ РЕГУЛЯТОРНИХ ФУНКЦІЙ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ..... 27

Бутузова Л., Гордійчук Н., Самборська Д.

СТАТЕВІ ВІДМІННОСТІ У РОЗВИТКУ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ В РАНЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ 29

РОЗДІЛ 1. ЧИННИКИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я У ВОЄННИЙ ЧАС

Вінник Наталія Дмитрівна

кандидатка психологічних наук,
старша викладачка кафедри психології особистості
та соціальних практик Факультету психології,
соціальної роботи та спеціальної освіти КУБГ
м. Київ, Україна

ДУХОВНО-ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ, ЩО ЗАБЕЗПЕЧУЮТЬ СТІЙКІСТЬ ДО СТРЕСУ

Дослідників в області філософії, психології, педагогіки та інших напрямів дедалі більше цікавлять проблеми розвитку гнучкості поведінки людини, освоєння варіативних моделей реагування на стресові умови. Так, Ганс Сельє у розробленій ним теорії стресу припустив, що люди мають обмежений обсяг адаптаційної енергії, яка необхідна для підтримки здоров'я. Він вважав, що люди використовують цю енергію, стикаючись з різними стресорами, і вона є найважливішим фактором стійкості до стресу і адаптивності організму. А життєва енергія презентується як активна внутрішня сила і як психологічний ресурс, що підтримує психічне та фізичне здоров'я [3].

Насправді життєва енергія великою мірою залежить від стану духовної сфери, яка включає безліч складових елементів. Серед них слід особливо виділити культивування гуманності, доброзичливості, взаємоповаги та довіри. Сприятлива духовна атмосфера як стимулює інтелектуальну творчу діяльність, так і підвищує соціальний настрій. Саме в таких умовах у кожного з'являється можливість знаходити та накопичувати психологічні ресурси.

Духовно-психологічні ресурси можна розглядати як сильні сторони особистості, які підвищують соціальну адаптивність і психологічну стійкість до стресів. Це можуть бути позитивні емоції, позитивний настрій, наявність сил та внутрішня готовність до вирішення поставлених завдань тощо. Ресурси можуть бути: зовнішні та внутрішні; актуальні в минулому, теперішньому та найближчому майбутньому; свої та чужі; дорослі та дитячі. До ресурсів особистості можна віднести знання, вміння, навички, здібності, досвід, моделі конструктивної поведінки, що дають змогу людині бути адаптивною і стресостійкою.

Ми можемо використовувати ресурси в момент стресу або «консервувати» їх, тобто зміцнювати свої ресурси задовго до того, як опинимося у стресовій ситуації (допомагати друзям, займатися спортом, вкладати гроші у власне навчання та здоров'я). Багато авторів зазначають, що позитивне соціальне оточення (родина, друзі, колеги) також може бути одним із найважливіших факторів збереження стресостійкості особистості. У зв'язку з цим, соціальне оточення можна рахувати як соціально-психологічний ресурс подолання стресу. На психологічну стійкість особистості також впливає

наявність моральної підтримки та співчуття з боку інших людей. Соціальна підтримка може розглядатись як механізм, що знижує негативні наслідки стресу.

Відомо, що потужним стимулом для розвитку ресурсів можуть бути кризові ситуації. В екстремальних або стресових умовах людина стає особливо сприйнятливою до осмислення та розуміння того, чого їй не вистачає для боротьби з труднощами. Під час кризи в особистості включаються механізми психологічного захисту, саморегуляції та адаптації. Індивідуальна стратегія подолання життєвих труднощів насамперед залежатиме від внутрішніх духовних резервів та накопичених психологічних ресурсів. Пошук психологічних ресурсів та опора на ці ресурси, як правило, є ключовим моментом як у саморегуляції, так і реабілітації в екстремальних умовах.

В. Франкл виділяв три психологічні категорії, що позначаються як ресурси людини у подоланні важких життєвих ситуацій:

- надія – те, що забезпечує готовність до зустрічі з майбутнім, саморозвиток та бачення його перспектив, що сприяє життю та зростанню;
- раціональна віра – усвідомлення існування безлічі можливостей та необхідності вчасно ці можливості виявити та використовувати;
- душевна сила (мужність) – здатність чинити опір спробам наражати на небезпеку надію і віру і зруйнувати їх, перетворивши на голий оптимізм чи ірраціональну віру, «здатність сказати «ні» тоді, коли весь світ хоче почути «так» [4]. Як на нашу думку, це і є ті духовно-психологічні ресурси, які ми повинні культурувати в собі, щоб вижити в нестабільному, невизначеному, складному і неоднозначному – світі VUCA [5].

Хоча психологічні ресурси зазвичай досліджуються у межах гуманістичної психології, найбільш значущий у цьому контексті напрямок передбачає вивчення особистісних якостей, здатних полегшувати процес подолання стресів та кризових ситуацій. Причому особливий інтерес представляє аналіз таких характеристик, які можуть сприяти або перешкоджати подоланню труднощів. Тому особливої актуальності сьогодні набуває аналіз внутрішнього світу людини. У психологічній літературі існує чимало класифікацій ресурсів (Фромм, 1999; Хобфолл, 1993; Водопьянова, 2005). Розуміння системи індивідуально значимих цінностей може допомогти суттєво розширити спектр потрібних психологічних ресурсів, до яких, за класифікацією С. Хобфолла відносяться такі: 1) матеріальні об'єкти (дохід, будинок, одяг, матеріальні речі) та нематеріальні (бажання, цілі); 2) зовнішні (соціальна підтримка, сім'я, друзі, робота, соціальний статус) та внутрішні, інтерперсональні, змінні (самовага, професійні вміння, навички, здібності, інтереси, гідні захоплення, риси характеру, оптимізм, самоконтроль, життєві цінності, система вірувань та ін.); 3) психічні та фізичні стани; 4) вольові, емоційні та енергетичні характеристики, які необхідні (прямо чи опосередковано) для подолання важких життєвих ситуацій або досягнення особисто значимих цілей. [6]

Якось повіривши в те, що основний життєвий успіх полягає в матеріальному достатку, багато людей забувають про існування інших можливостей досягнення успіху та щастя. Водночас сьогодні, як і раніше, ми продовжуємо потребувати визнання, поваги, любові, віри, пізнання, самоствердження, самореалізації тощо. Радість, щастя, доброта, схвалення і любов – це величезний духовний ресурс, який знаходиться всередині нас.

Література:

1. Вінник Н. Духовно-буттєві практики підвищення свободи вибору поведінки в стресовій ситуації. Наукові праці МАУП. Психологія. 2021. Вип. 4 (53). Київ : МАУП, 2021. С. 19-24.
2. Столярчук О. А. Психологія становлення особистості фахівця в умовах різновекторності універсуму : монографія. Кременчук : ПП Щербатих О.В., 2018. 294 с.
3. Сельє Г. Стресс без дистресса / Г. Сельє. – Режим доступу <https://lib.misto.kiev.ua/PSIHO/SELYE/distree.dhtm>
4. Франкл В. Людина в пошуках сенсу / В. Франкл. – Режим доступу https://platona.net/load/knigi_po_filosofii/psikhologija/frankl_v_chelovek_v_pois_kakh_smysla_1990/22-1-0-2410
5. Nataliia Vinnyk, Valentina Kutishenko Coaching support in the context of the global crisis : Collective monograph: Development of scientific, technological and innovation space in Ukraine and EU countries. Riga : “ Baltija Publishing”, 2021. P 356-374.
6. Hobfoll S. E. The Influence of Culture, Community, and the Nested Self in the Stress Process: Advancing Conservation of Resources Theory / S.E. Hobfoll // Applied Psychology: An International Review. - 2001. - № 50(3). - P. 337-421

Качур Галина Олександрівна

здобувачка магістерського рівня вищої освіти за спеціальністю 053
«Психологія»

Науковий керівник:

Біла О.Г., кандидатка психологічних наук, доцентка,
доцентка кафедри психології

*Національний університет України імені Б. Хмельницького
м. Черкаси, Україна*

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ОСІБ, ЗАЛУЧЕНИХ ДО ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

В умовах війни з Росією, що точиться з 24.02.2022, підвищеного психоемоційного навантаження зазнають не лише військові й ті цивільні особи, що опинилися на прифронтових та окупованих територіях, а й усе населення України, включно з вимушено переміщеними за межі держави особами.