



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
Державна наукова установа "Інститут модернізації змісту освіти"  
Національна академія педагогічних наук України  
Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України  
Український науково-методичний центр  
практичної психології і соціальної роботи НАПН України  
Український державний університет імені Михайла Драгоманова  
Педагогічний факультет  
Громадська організація "Українська асоціація педагогів  
і психологів початкової, дошкільної і позашкільної освіти"

## **АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ**

---

## **ACTUAL PROBLEMS OF THE PSYCHOLOGY OF PERSONALITY DEVELOPMENT**

МАТЕРІАЛИ  
Міжнародної науково-практичної конференції

12–15 травня 2023 року

Київ  
Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова  
2023

УДК 159.923:005.745  
А 43

*Рекомендовано до друку Вченою радою  
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова  
(протокол № 7 від 31.05.2023 р.)*

**За загальною редакцією професора Тараса ОЛЕФІРЕНКА**

**Редакційна колегія:**

- С. Д. Максименко* – академік НАПН України, доктор психологічних наук, професор;  
*Т. С. Яценко* – академік НАПН України, доктор психологічних наук, професор;  
*Н. В. Дем'яненко* – доктор педагогічних наук, професор;  
*Р. А. Калениченко* – кандидат психологічних наук, доцент;  
*Л. Л. Макаренко* – доктор педагогічних наук, професор;  
*О. В. Матвієнко* – доктор педагогічних наук, професор;  
*О. Я. Митник* – доктор педагогічних наук, професор;  
*Т. О. Олефіренко* – кандидат педагогічних наук, професор;  
*Л. В. Савенкова* – кандидат педагогічних наук, доцент;  
*О. Д. Сафін* – доктор психологічних наук, професор;  
*Г. В. Семеренко* – кандидат філологічних наук, професор;  
*Г. Г. Цветкова* – доктор педагогічних наук, професор.

**А 43      Актуальні проблеми психології розвитку особистості :**  
матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (12-15 травня  
2023 року). – Київ : Український державний університет імені  
Михайла Драгоманова, 2023. – 133 с. [Електронне видання]

ISBN 978-966-931-282-2

У матеріалах Міжнародної науково-практичної конференції “Актуальні проблеми психології розвитку особистості” презентовано: вітчизняний і зарубіжний досвід розвитку особистості в онтогенезі, зокрема, забезпечення її успіху у соціумі, в контексті європейського вибору України; психолого-педагогічні та методичні проблеми забезпечення психічного здоров'я дитини у закладах освіти в умовах війни; психолого-педагогічне забезпечення професійної підготовки вчителя та психолога в умовах дистанційної освіти; психологічні засоби надання допомоги особистості, яка зазнала психічних розладів у наслідок травматичних подій.

Матеріали збірника можуть бути використані науковцями, практиками, здобувачами вищої освіти в галузі психології, педагогіки та дотичних до них наук.

УДК 159.923:005.745  
<https://doi.org/10.31392/UDU-MKPF-p2023>

ISBN 978-966-931-282-2

© Автори матеріалів, 2023  
© Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2023

---

<i>Невмержицький В. М.</i>	
ХАРАКТЕРИСТИКИ МОРАЛЬНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ .....	76
<i>Омельченко Я. М.</i>	
ВІДНОВЛЕННЯ СПРИЯТЛИВОГО ПСИХОЕМОЦІЙНОГО КОНТАКТУ У РОДИНІ ТА АКТУАЛІЗАЦІЯ АКТИВНОЇ ЖИТТЄВОЇ ПОЗИЦІЇ ЯК БАЗОВІ УМОВИ РОЗВИТКУ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ДІТЕЙ У ВІЙСЬКОВИЙ ЧАС ....	78
<i>Рашиковська І. В.</i>	
ДІЯЛЬНІСТЬ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА ШКОЛИ З НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПІДЛІТКАМ ПІД ЧАС ВОЄННОГО ЧАСУ .....	81
<i>Романовська Д. Д.</i>	
ОСОБИСТІСНІ СТРАТЕГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА В УМОВАХ ВІЙНИ.....	83
<i>Сорока О. М.</i>	
ТРЕНІНГ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ІНСТРУМЕНТ РОЗВИТКУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ФАХІВЦІВ МОРСЬКОГО ТРАНСПОРТУ .....	85
<i>Ткачишина О. Р.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я.....	88
<i>Трачук Р. Г.</i>	
ФЕНОМЕН ЕПІЗОДИЧНОЇ ТА СЕМАНТИЧНОЇ ПАМ'ЯТІ: ВІД ЗАПАМ'ЯТОВУВАННЯ ДО РОЗУМІННЯ .....	91
<i>Хлонь О. М.</i>	
ПРАВОСВІДОМІСТЬ МОЛОДОГО ПОКОЛІННЯ, ЯК ОСНОВА ДЛЯ РОЗВИТКУ СОЦІАЛЬНО УСПІШНОЇ ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ ЄВРОПЕЙСЬКОГО ВИБОРУ УКРАЇНИ.....	93
<i>Шулдик Г. О., Шулдик А. В.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ЛЮДИНІ ПІД ЧАС ВІЙНИ.....	95
<i>Кондратюк А. А.</i>	
АЛГОРИТМІЗАЦІЯ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ В ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ПЕДАГОГІВ .....	97
<i>Лунченко Н. В.</i>	
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ЗАСАДИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ БЕЗПЕКИ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА ПРАЦІВНИКАМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ У ЗАКЛАДІ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ.....	99
<i>Токарєва Л. Д.</i>	
ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОДІЇ ДОРСЛОГО І ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ У СЮЖЕТНО-РОЛЬОВІЙ ГРІ ЯК ПЛАТФОРМА ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ.....	101

---

---

---

система реагування. Наступні п'ять занять присвячено відпрацюванню навичок, отриманих в процесі освоєння вище описаних методів. Закінчуючи загальний курс занять, передбачається, що переважна більшість учасники відзначають підвищення загального фону настрою та почуття впевненості у власних силах. Наприкінці занять рекомендується використовувати набуті навички у повсякденному житті для зняття нервової напруги в екстремальних умовах, програмування позитивного самопочуття, моделювання комфортного емоційного стану.

#### **Список використаних джерел:**

1. Кокун О. М. (2004) Оптимізація адаптаційних можливостей людини у психофізіологічному забезпеченні діяльності : дис. ... д-ра психол. наук. Інститут психології ім. Г. С. Костюка АПН України. К. 426 с.
2. Lazarus, R. S., Launier, R. (1978) Stress-related transactions between person and environment. In: L. A. Pervin, M. Lewis. (Eds.). Perspectives in interactional psychology. New York : Plenum Press, 287-327.
3. Wolpe, J. (1969) The practice of behavior therapy. New York : Pergamon Press.

УДК 159.95:613.86

*Ткачишина О. Р.,  
кандидат психологічних наук, старший викладач  
кафедри психології особистості та соціальних практик  
Київського університету імені Бориса Грінченка*

#### **ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я**

Нестабільність, невизначеність, складність, неоднозначність, важкопрогнозованість та непередбачуваність – це лише деякі особливості сучасного світу які впливають на психіку особистості і змушують її адаптуватися до змін соціально-психологічної реальності. Повсякденне життя особистості в час загальних соціальних трансформацій і потужного інформаційного тиску, які змушують перебувати в стані постійного емоційного напруження, стає загальною нормою. Перебуваючи у ситуаціях постійних стресів та емоційних навантажень, таким проблемам, як внутрішній неспокій, тривога, дискомфорт, зазвичай, не надається належної уваги, не дивлячись на те, що вони можуть призводити до криз, тяжких душевних розладів, потрясінь і негативно впливають на психіку людини та її ментальне здоров'я, а в трагічних випадках закінчуються самогубством.

Динамічність сучасного світу, негативні зовнішні чинники такі, як нестабільність соціально-економічного, політичного становища суспільства, пандемія COVID-19, глобальна криза, військові конфлікти та війни, природні катаклізми (землетруси, повені тощо) впливають на формування образу зовнішнього світу у свідомості особистості, який постає складним і непередбачуваним. Крім того, соціально-технологічний прогрес призводить до зростання негативного впливу на особистість інформаційних потоків, збільшення обсягу впливу інформації на психіку людини, зростання повсякденних фізичних та психологічних навантажень, прискорення темпів та ритму життя, загострення екзистенційного почуття страху, невпевненості, розгубленості та розчарування. Зазначені

---

негативні впливи та загрози психологічному благополуччю особистості актуалізують проблему ментального здоров'я у сучасному світі [4].

В Україні дана проблема набуває особливої актуальності, що зумовлено реаліями життя, зокрема, повномасштабною війною та її наслідками. В таких умовах особистість все частіше опиняється в стресових ситуаціях, обставинах невизначеності та важкопрогнозованості, ситуаціях коли порушується нормальне життя, а інколи, і забезпечення базових життєвих потреб, у тому числі, і потреби у безпеці, і для того щоб вижити особистість змушена адаптуватися до цих змін.

Динамічність та суперечливість сучасного світу обумовлюють значний вплив на свідомість особистості, втручаються в її особистісний простір і можуть негативно впливати як на психічне, так і на психологічне здоров'я. Невизначеність життя, важкопрогнозованість майбутнього, відсутність або руйнація планів та перспектив призводять до зростаючого емоційного напруження, підвищеної тривожності, появи страхів, нав'язливих негативних думок та постійних переживань, що значною мірою впливають на стан психологічної рівноваги особистості та її психологічне благополуччя.

В умовах суспільних трансформацій найважливішим ресурсом розвитку суспільства стає потенціал особистості, компетентної у виконанні своїх соціальних та професійних функцій, відповідальної у прийнятті рішень, здатної до саморозвитку та саморегуляції, адаптації до змін, що відображає загальні психологічні аспекти психічного, тобто ментального здоров'я.

Соціальна дійсність, як політична, так і економічна, війни та інші соціально-економічні потрясіння досить часто стають для особистості потужним стресогенним чинником, а довготривалий стрес зазвичай виступає провокатором життєвої кризи, що в сою чергу актуалізує проблеми кризових ситуацій, реагування на них, їх переживання та подолання. Все це може негативно відбиватися на ментальному здоров'ї людини. Таким чином, соціально-психологічна реальність в умовах сучасного існування людського суспільства є досить мінливою, при цьому з роками спостерігається тенденція до зростання швидкості цих змін, зростає інформаційний потік на психіку людини, зазнають трансформації спосіб життя особистості, її особистісне буття та існування суспільства в цілому. Перед особистістю в сучасному соціумі постають як нові можливості, так і нові виклики та загрози. Тому, проблема ментального здоров'я набуває все більшої актуальності у сучасному світі [4].

Термін VUCA виник у 1987 році і став використовуватись як визначення мінливого світу, в якому потрібно взаємодіяти із величезною кількістю інформації та швидко реагувати на нові факти: volatility (нестабільність), uncertainty (невизначеність), complexity (складність), ambiguity (неоднозначність) [6]. Етап VUCA прийшов на зміну SPOD-світу: стійкому (steady), передбачуваному (predictable), простому (ordinary), визначеному (definite). Період впливу SPOD закінчився у 80-ті роки минулого століття через різкий розвиток технологій та збільшення кількості інформації.

В наш час на зміну цьому етапу приходить новий. Ми можемо спостерігати ці зміни у кожній із сфер нашого життя. Футурист Жамі Кассіо переконаний, що наш світ став набагато швидшим і складнішим, ніж був на етапі VUCA, тому запропонував новий термін – BANI-світ:

- Brittle (крихкий, ламкий) – крихкий світ означає, що будь-які звичні нам системи, способи дій, організації можуть зруйнуватися будь-якої миті. Кризи, які раніше стосувалися лише однієї держави чи регіону, впливають на весь світ. Немає нічого надійного і ніхто не захищений.



---

- Anxious (неспокійний, тривожний) – неможливість передбачити, що станеться далі породжує високий рівень фонові тривоги, який постійно зростає.

- Nonlinear (нелінійний) – нелінійний світ не дозволяє встановити чітких зв'язків між причинами та наслідками, наприклад, між нашими діями та їх результатом. Події мають системний ефект, впливаючи відразу на все. І для досягнення мети потрібні численні системні дії.

- Incomprehensible (незбагненний) – незбагненний світ унеможливує створення повного уявлення про те, що відбувається. Усі знання завжди неповноцінні, люди відчувають гостру недостатність точних перевірених даних. Тому більшість рішень ми змушені приймати у ситуації невизначеності [5].

Крихкість проявляється у нестійких ситуаціях, що трапляються щодня, і непередбачуваних змінах – за своєю природою, швидкістю, об'ємом, динамікою. Особистість у сучасному світі все більше починає сприймати нестабільність як нову умову реальності. Зазначені особливості сучасного світу не можуть не впливати на ментальне здоров'я особистості.

Проблема психічного та психологічного здоров'я, яка є особливо актуальною в наш час, цікавила багатьох, як вітчизняних, так і зарубіжних дослідників таких, як: А. Адлер, Р. Ассаджіолі, Б. Братусь, Л. Бурлачук, І. Дубровіна, А. Елліс, Е. Еріксон, О. Завгородня, Н. Колотій, І. Коцан, В. Лишук, Л. Лушин, А. Маслоу, С. Московичі, К. Роджерс, В. Франкл, З. Фрейд, Е. Фром, К. Хорні, К. Юнг та багатьох інших.

Розкриваючи поняття психічного (ментального) здоров'я, Всесвітня організація охорони здоров'я виокремлює сім компонентів психічного здоров'я: 1) усвідомлення постійності та ідентичності свого фізичного і психічного "Я"; 2) постійність й однаковість переживань в однотипних ситуаціях; 3) критичне ставлення до себе і своєї діяльності; 4) адекватність психічних реакцій впливу середовища; 5) здатність керувати своєю поведінкою відповідно до встановлених норм; 6) планування власної життєдіяльності і реалізація її; 7) здатність змінювати свою поведінку залежно від зміни життєвих обставин [3].

Дослідники виділяють найбільш типові ознаки порушення ментального здоров'я у сфері психічних процесів такі, як: неадекватне сприйняття самого себе, свого "Я", нелогічність, зниження когнітивної активності, хаотичність (неорганізованість) мислення, категоричність (стереотипність) мислення, підвищена навіюваність, некритичність мислення. До психічних станів відносять: афективну тупість, безпідставну злість, ворожість, підвищену тривожність. Серед властивостей виділяють: залежність від шкідливих звичок, уникнення відповідальності, втрата віри у свої можливості, пасивність («духовне нездоров'я»).

Загалом особистість, що має порушення на рівні ментального здоров'я є достатньо дезінтегрованою. Для неї характерна втрата інтересу, любові до близьких, пасивна життєва позиція. Щодо самоуправління, то вона характеризується неадекватністю самооцінки, послабленим чи, навпаки, невиправдано гіпертрофованим самоконтролем, послабленням волі. Соціальне неблагополуччя особистості виявляється у неадекватному сприйнятті (відображенні) навколишньої дійсності, дезадаптивній поведінці, конфліктності, ворожості, егоцентризмі, прагненні до влади (як самоціль) [1; 2].

Таким чином, розглянуті ознаки психічного нездоров'я проявляються в міжособистісних відносинах, спілкуванні, особливостях поведінки людини, а саме, можна простежити, що така особистість обирає неконструктивні стратегії поведінки. Отже, порушення на рівні ментального здоров'я впливають на життєдіяльність людини в цілому та її функціонування у соціумі і виходять за межі окремої особистості, а інколи і за межі

---

певних соціальних груп, що потребує розв'язання даної проблеми на рівні всього суспільства.

#### Список використаних джерел:

1. Борисюк А. С. До проблеми психічного та психологічного здоров'я молоді. *Психологічні науки* : зб. наук. праць. Том 2. Випуск 10 (91), 2013. С. 46-51.
2. Психологія здоров'я : учеб. для вузов / под ред. Г. С. Никифорова. СПб. : Питер, 2006. 607 с.
3. Психологічна енциклопедія / автор-упорядник О. М. Степанов. К. : "Академвидав", 2006. 424 с.
4. Ткачишина О. Р. Особистість у сучасному соціумі: психологічний аспект. *Габітус*. Науковий журнал Вип. 24. Т. 2. Видавничий дім "Гельветика", 2021. С. 107-111.
5. BANI – How To Make Sense Of A Chaotic World? – URL: <https://thinkinsights.net/leadership/bani/>
6. VUCA-WORLD. – URL: <https://www.vuca-world.org/>

УДК 159.953.33

**Трачук Р. Г.,**  
кандидат філософських наук,  
заступник Голови правління ГО "Нова полонина"

#### ФЕНОМЕН ЕПІЗОДИЧНОЇ ТА СЕМАНТИЧНОЇ ПАМ'ЯТІ: ВІД ЗАПАМ'ЯТОВУВАННЯ ДО РОЗУМІННЯ

Спираючись на психологічну літературу про пам'ять, можна виділити три типи пам'яті: процесуальну, семантичну та епізодичну. У всіх трьох випадках минулий досвід певним чином впливає на теперішню дію, навіть якщо форма впливу відрізняється.

Три вищезгадані види пам'яті використовують дуже різні види здібностей, від тілесних, заснованих на звичках, схемах поведінки і до дуже складних семантичних та когнітивних навичок.

Тулвінг [1, с. 381-402) розмежував епізодичну та семантичну пам'ять. Численні напрямки досліджень вивчали складні відносини між цими нібито окремими, але, очевидно, взаємопов'язаними системами пам'яті [2, с. 1041-1057]. Сам Тулвінг стверджував: "Я називатиму обидва види пам'яті двома сховищами або двома системами, але я роблю це насамперед для зручності спілкування, а не як вираз глибокого переконання в їхньому структурному чи функціональному розділенні" [1, с. 384). Далі він називає це "орієнтаційною установкою або дотеоретичною позицією" [1, с. 384].

Як припустив Тулвінг [3, с. 1-12], епізодична пам'ять пов'язана з автоноетичною свідомістю (чітким залученням себе у вибрану подію, яка знаходиться в одній точці часу і простору) і досвідом *пригадування*, тоді як семантична пам'ять пов'язана з ноетичною свідомістю і досвідом *пізнання*.

Використовуючи феноменологічний метод дослідження насамперед *запам'ятовування* та *пізнання*, можливо почати досліджувати, як нещодавно отримана інформація може інтегруватися в семантичну пам'ять.

Поняття епізодичної пам'яті (і пов'язане з ним поняття *пригадування*) значно еволюціонувало від початкової пропозиції Тулвінга: "Я зробив те-то і те-то, в такому-то місці, в такий-то час" [1, с. 389]. Тулвінг з часом розширює зміст цього поняття.