

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МОРСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ
OSNABRÜCK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES
(GERMANY)
КАШ-ОНМУ: ЦЕНТР ВИВЧЕННЯ КИТАЮ
ВЕЛИКОТИРНОВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ СВ. КИРИЛА ТА
МЕФОДІЯ (БОЛГАРІЯ)
ІНСТИТУТ КРИМІНАЛЬНИХ НАУК ТА ПРИКЛАДНОЇ КРИМІНОЛОГІЇ (МОЛДОВА)
ASOCIATIA OBSTEASCA "PERSPECTIVA" (MOLDOVA)
АСОЦІАЦІЯ ПРАКТИКУЮЧИХ ПСИХОЛОГІВ ОДЕСЬКОЇ ОБЛАСТІ (УКРАЇНА)
ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ МЕДИЦИНИ ТА ФАРМАЦІЇ ІМ. НІКОЛАЄ ТЕСТЄМЦАНУ
РЕСПУБЛІКИ МОЛДОВИ, КАФЕДРА ПСИХІАТРІЇ, НАРКОЛОГІЇ ТА МЕДИЧНОЇ
ПСИХОЛОГІЇ



АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЇ У СУЧАСНОМУ ІННОВАЦІЙНОМУ ПРОСТОРІ

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

III Міжнародної науково - практичної
конференції

13 - 14 травня 2022 року

м. Одеса

ОДЕСА
ВИДАВНИЦТВО «ДРУК ПІВДЕНЬ»
2022

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МОРСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ
OSNABRÜCK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES
(GERMANY)
КАСН-ОНМУ: ЦЕНТР ВИВЧЕННЯ КИТАЮ
ВЕЛИКОТИРНОВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ СВ. КИРИЛА ТА
МЕФОДІЯ (БОЛГАРІЯ)
ІНСТИТУТ КРИМІНАЛЬНИХ НАУК ТА ПРИКЛАДНОЇ КРИМІНОЛОГІЇ (МОЛДОВА)
ASOCIATIA OBSTEASCA "PERSPECTIVA" (MOLDOVA)
АСОЦІАЦІЯ ПРАКТИКУЮЧИХ ПСИХОЛОГІВ ОДЕСЬКОЇ ОБЛАСТІ (УКРАЇНА)
ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ МЕДИЦИНИ ТА ФАРМАЦІЇ ІМ. НІКОЛАЄ ТЕСТЄМЦАНУ
РЕСПУБЛІКИ МОЛДОВИ, КАФЕДРА ПСИХІАТРІЇ, НАРКОЛОГІЇ ТА МЕДИЧНОЇ
ПСИХОЛОГІЇ



ACTUAL ISSUES OF PSYCHOLOGY IN THE MODERN INNOVATIVE SPACE

I INTERNATIONAL SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE PAPERS VOLUME

May 13-14, 2022

ODESA
ВИДАВНИЦТВО «ДРУК ПІВДЕНЬ»
2022

УДК 159.9:001.895-047.37(082)

A437 <https://doi.org/10.33082/onmu/airpmis-2020>

Рекомендовано до друку Вченою радою
Одеського національного морського університету.
Протокол № 10 від 27.04.2022 року.

Редакційна колегія:

Р. П. Шевченко, д. психол.н., проф., завідувач
кафедри практичної психології ННМГІ ОНМУ;

О. А. Діколь-Кобріна, ст. викладач кафедри
практичної психології ННМГІ ОНМУ.

A437 **Актуальні** питання психології у сучасному
інноваційному просторі : Збірник матеріалів
міжнародної наук.-практ. конф., м. Одеса, ОНМУ,
13-14 травня 2022 р. / Редкол. : Р. П. Шевченко,
О. А. Діколь-Кобріна. – Одеса : Видавництво «Друк
Південь», 2022. – 220 с.

Матеріали збірника відображають результати досліджень, що здобуті в процесі науково-дослідної роботи професорсько-викладацьким складом закладів вищої освіти України та зарубіжжя, провідних науковців, практиків, студентів та молодих науковців. Збірник може бути використаний для підвищення якості підготовки фахівців з психології та вдосконалення педагогічного процесу.

УДК 159.9:001.895-047.37(082)

Матеріали друкуються мовою оригіналу в авторській редакції

© Колектив авторів, 2022

© Видавництво «Друк Південь», 2022

ПРОГРАМНИЙ КОМІТЕТ

**Олексій Немчук, проректор з наукової роботи ОНМУ, к.т.н.,
голова комітету конференції**

**Валентина Самойловська, к.е.н., доц., директор Навчально-
наукового морського гуманітарного інституту (ННМГІ),
співголова комітету конференції**

**Росіна Шевченко, д. психол. н., проф., завідувач кафедри
практичної психології ННМГІ, заст. голови комітету конференції**

**Світлана Гловацька, к.т.н., доц., декан факультету по роботі з
іноземними студентами (ФРІС)**

**Петя Генкова д. психол. н., проф. факультет бізнес-психології,
Університет прикладних наук, м. Оснабрюк, Німеччина**

**Марія Коростенко проєкт-координатор громадського об'єднання
«Перспектива» (Молдова)**

**Тетяна Рєпнова, к. психол. н., доц., доцент кафедри практичної
психології ОНМУ**

ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ КОМІТЕТ

ПАХМУРНИЙ В. А., к.м.н., доцент (ННМГІ, ОНМУ, м. Одеса)

РУБСЬКИЙ В. М., д.ф.н., ст. викладач (ННМГІ, ОНМУ, м. Одеса)

КАРГІНА Н. В., к.психол.н., ст. викладач (ННМГІ, ОНМУ, м. Одеса)

БОНДАРЕВИЧ С. М., к.психол.н., доцент (ННМГІ, ОНМУ, м. Одеса)

ЧУМАЄВА Ю. В., к.психол.н., доцент (ННМГІ, ОНМУ, м. Одеса)

МАЛИШ В. Є., ст. викладач (ННМГІ, ОНМУ, м. Одеса)

ЖИЛІН М. В., ст. викладач (ННМГІ, ОНМУ, м. Одеса)

**СМОКОВА Л. С., к.психол.н., доцент (ФПСР, ОНУ
імені І. І. Мечникова, м. Одеса)**

**МЕЛЬНИЧУК І. В., к.психол.н., доцент (ПНПУ
імені К. Д. Ушинського, м. Одеса)**

**СЕКРЕТАР ОРГКОМІТЕТУ: Вікторія Малиш, ст. викладач
кафедри практичної психології ННМГІ**

З М І С Т

ПЛЕНАРНЕ ЗАСІДАННЯ

Вітальне слово ректора ОНМУ д.т.н., професора Руденко С. В. до учасників I Міжнародної науково-практичної конференції.....	13
Вітальне слово директора науково-дослідного інституту фундаментальних і прикладних Досліджень ОНМУ, доктора технічних наук, професора ОНМУ <i>Єзупова Константина В'ячеславовича</i>	14
Вітальне слово завідувача кафедри практичної психології ННМГІ ОНМУ, д.п.н., доцента <i>Шевченко Р.П.</i>	15
Вітальне слово директора навчально-наукового морського гуманітарного інституту ОНМУ к.е.н., доцента <i>Самойловської В. П.</i>	16
КРОСКУЛЬТУРНЫЙ СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ЛИЧНОСТНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК БОЛГАРСКИХ И УКРАИНСКИХ СТУДЕНТОВ	
<i>Велислава Чавдарова, кандидат психологических наук, профессор, Великотърновский Университет им. Св. Кирилла и Методия (Болгария)</i>	18
О ДЕПРЕССИВНЫХ РАССТРОЙСТВАХ И СУИЦИДАЛЬНОМ ПОВЕДЕНИИ ПРИ КОВИД-19	
<i>Геннадий Кереушу, доктор медицинских наук, доцент кафедры психиатрии, наркологии и медицинской психологии, Государственный Университет Медицины и Фармации «Николае Тестемичану» (Молдова)</i>	20
НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ – НАШЕ ПРІОРИТЕТНЕ ЗАВДАННЯ	
<i>Росіна Шевченко, доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри практичної психології ННМГІ, Одеський національний морський університет (м. Одеса, Україна)</i>	23
САМОРЕГУЛЯТИВНІ АСПЕКТИ АДАПТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ	
<i>Леонід Велитченко, доктор психологічних наук, професор кафедри сімейної та спеціальної педагогіки і психології, Південноукраїнський національний педагогічний університет</i>	

<i>імені К. Д. Ушинського (м. Одеса, Україна).....</i>	<i>26</i>
ДЕПРЕССИВНЫЕ РАССТРОЙСТВА ПРИ КОВИД-19	
<i>Кэрэушу Г. Ф., Чобану А. А., Д.м.н., доцент Кафедры</i>	
<i>психиатрии, наркологии и медицинской психологии</i>	
<i>Государственного Университета Медицины и Фармации</i>	
<i>«Николае Тестемицану» Республики Молдова, аспирант</i>	
<i>Кафедры психиатрии, наркологии и медицинской психологии</i>	
<i>Государственного Университета Медицины и Фармации</i>	
<i>«Николае Тестемицану» Республики Молдова, врач психиатр</i>	
<i>Центра психического здоровья г. Чимишлия.....</i>	<i>28</i>
ДО ПИТАННЯ ПЕДАГОГІЧНОЇ ДОЦІЛЬНОСТІ	
ВИКОРИСТАННЯ ДОСЛІДЖЕНЬ ІНДИВІДУАЛЬНО-	
ПСИХОЛОГІЧНИХ ХАРАКТЕРИСТИК СТУДЕНТІВ-	
МЕДИКІВ У ПРОЦЕСІ ОСВОЇННЯ ГУМАНІТАРНИХ	
ДИСЦИПЛІН	
<i>Медянова О. В., кандидат психологічних наук, доцент кафедри</i>	
<i>філософії та біоетики Одеського національного медичного</i>	
<i>університету, доцент кафедри прикладної психології</i>	
<i>ОНМУ.....</i>	<i>30</i>

Секція № 1. ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИХ ПРОБЛЕМ У СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

РОЛЬ СТЕЙКГОЛДЕРІВ У РЕАЛІЗАЦІЇ ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНОЇ ПРОГРАМИ "ПСИХОЛОГІЯ"	
<i>Вікторія Корнещук.....</i>	<i>34</i>
ОСОБЛИВОСТІ ОНЛАЙН ВИКЛАДАННЯ ОСВІТНЬОЇ КОМПОНЕНТИ “ОСНОВИ КОНСУЛЬТУВАННЯ”	
<i>Ольга Джебжик.....</i>	<i>37</i>
ЧИННИКИ ЧАСУ У ПРОГНОЗУВАННІ ПСИХОСОМАТИЧНОЇ ДЕЗАДАПТАЦІЇ У СИТУАЦІЇ БОЙОВОГО СТРЕСУ	
<i>Бондаревич С. М.....</i>	<i>41</i>
ВЗАЄМОЗВ’ЯЗОК ТА ВЗАЄМОВПЛИВ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ МОТИВАЦІЙНИХ УТВОРЕНЬ ОСОБИСТОСТІ ТА РІВНЕМ УСПІШНОСТІ.	
<i>Дворядкіна Тетяна, Бондаревич С. М.....</i>	<i>43</i>
ВНУШЕНІЕТО В ПРОЦЕСА НА ПЕДАГОГІЧЕСКОТО ОБЩУВАНЕ	

<i>Георгиева З. К.</i>	46
ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТА ВЗАЄМОВПЛИВ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ У ФОРМУВАННІ ЗАЛЕЖНОСТЕЙ	
<i>Єршоменко Катерина, Бондаревич С. М.</i>	49
ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТА ВЗАЄМОВПЛИВ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ НА РІВЕНЬ ДОМАГАНЬ У ФОРМУВАННІ Я-КОНЦЕПЦІЇ ТА САМОСВІДОМОСТІ	
<i>Зарічна Ганна, Бондаревич С. М.</i>	51
ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ДО ШКОЛИ ЯК ФАКТОР ВИБОРУ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НАВЧАННЯ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ	
<i>Новокрещенцова Катерина. 3-й скорочений курс, Чумаєва Ю. В.</i>	54
ВЗАЄМОВПЛИВ ТА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ГЕНДЕРУ НА ОСОБИСТІСНІ ВІДНОСИНИ У СІМ'І	
<i>Ціпле Вірджінія, Бондаревич С. М.</i>	56
ВЗАЄМОВПЛИВ ТА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РІВНЯ ОСВІТИ ОСОБИСТОСТІ ВІД РІВНЯ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО РОЗВИТКУ ТА ЗАГАЛЬНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ІНДИВІДА	
<i>Шеремет Ірина, Бондаревич С. М.</i>	59
РОЛЬ СТРЕСУ ЯК ФАКТОР ФОРМУВАННЯ ПСИХОСОМАТИЧНОЇ ДЕЗАДАПТАЦІЇ У ВІЙСКОВИХ	
<i>Тупік Анастасія, Бондаревич С. М.</i>	61
ІНДИВІДУАЛЬНО-ТИПОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ ТА ЇЇ ПОВЕДІНКОВІ ХАРАКТЕРИСТИКИ У СИТУАЦІЇ КОНФЛІКТУ	
<i>Чендарогло Сергій, Бондаревич С. М.</i>	63
ЖИТТЄВИЙ ШЛЯХ ОСОБИСТОСТІ В ПРАЦЯХ ШАРЛОТИ БЮЛЕР ЯК ФАКТОР САМОЗДІЙСНЕННЯ В ПЕРЕТИНІ З ВІКОВИМИ ПЕРІОДАМИ	
<i>Томак Е. А., Бондаревич С. М.</i>	65
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ АРТ- ТЕРАПІЇ ПРИ ХРОНІЧНИХ ПСИХОСОМАТИЧНИХ РОЗЛАДАХ	
<i>Маркова Олена, Бондаревич С. М.</i>	68
ВЗАЄМОВПЛИВ ТА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ У ФОРМУВАННІ	

ПСИХОСОМАТИЧНИХ РОЗЛАДІВ (НА ПРИКЛАДІ ХВОРИХ ТУБЕРКУЛЬОЗОМ)	
<i>Крохмаль Зоя, Бондаревич С. М.</i>	72
САМОРОЗВИТОК ТА САМОРЕАЛІЗАЦІЯ СТУДЕНТІВ ЗАСОБАМИ ОРГАНІЗАЦІЇ ПОЗААУДИТОРНОЇ ТА ДОСЛІДНИЦЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	
<i>А. П. Піскарьова, Т. П. Рєпнова</i>	75

Секція № 2. ЕМПІРИЧНІ РОЗРОБКИ У СФЕРІ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ У СУЧАСНОМУ СОЦІУМІ

ОСОБИСТІТЬ ЯК ВИМІР БЕЗПЕКИ СУЧАСНОГО СУСПІЛЬСТВА	
<i>Чумаєва Ю. В.</i>	79
ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ МОРСЬКОГО ТРАНСПОРТУ НА ХАРАКТЕР ВЗАЄМОДІЇ В КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЯХ	
<i>Черноморченко Валерія, Чумаєва Ю. В.</i>	83
КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ПОДОЛАННЯ НАСЛІДКІВ ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ НА ПРИКЛАДІ МОРЯКІВ ТА ПОЖЕЖНИХ СЛУЖБИ ДСНС	
<i>Циганко Катерина, Чумаєва Ю. В.</i>	86
ЕФЕКТИВНІСТЬ ПСИХОКОРЕКЦІЇ ПСИХІЧНОЇ ВТОМИ ОПЕРАТОРІВ МОРСЬКОГО ТРАНСПОРТУ ЗАСОБАМИ ПОЛІФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ЗВУКОКОЛІРНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ.	
<i>Гогоман Тетяна, Чумаєва Ю. В.</i>	89
САМОТНІСТЬ ЯК ФАКТОР ПОРУШЕННЯ АДАПТАЦІЇ У МОРЯКІВ	
<i>Бердега Анжеліка, Шевченко Р. П.</i>	92
ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДУ СОЦІОМЕТРІЇ ДЛЯ ЕФЕКТИВНОГО ФОРМУВАННЯ ЕКІПАЖУ МОРСЬКИХ СУДЕН	
<i>Коваль Ю. І., Зарембо Н. О.</i>	94
ВПЛИВ ІНДИВІДУАЛЬНО-ТИПОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ НА СХИЛЬНІСТЬ ДО ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ В ПЕРІОД ПАНДЕМІЇ COVID-19 СЕРЕД МОРЯКІВ	
<i>Златьєва Анастасія, Чумаєва Ю. В.</i>	97
ЗВ'ЯЗОК СТРУКТУРИ МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ ПІДЛІТКІВ З РІВНЕМ УСПІШНОСТІ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	

<i>Гузунова Юлія, Кокоріна Ю. Є.</i>	100
ЗВ'ЯЗОК САМОСТАВЛЕННЯ ТА ОБРАЗУ Я В ЮНАЦЬКОМУ ВІСІ.	
<i>Гуцан Ольга, Кокоріна Ю. Є.</i>	104

**Секція № 3. ІННОВАЦІЙНИЙ ПОТЕНЦІАЛ
ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ТРАНСФОРМАЦІЙНИХ
ЗМІН СОЦІУМУ**

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ НАВЧАННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	
<i>Рубський В. М.</i>	107
ЮНОШЕСКИЕ СТРАХОВЕ КАТО БАРИЕРИ В ОБЩУ- ВАНЕТО	
<i>Доротія Росенова Дунева</i>	110
ВПЛИВ БРЕХНІ НА АДАПТАЦІЮ В СІМЕЙНИХ СТОСУНКА	
<i>Федоренко Віталій, Малиш В. Є.</i>	114
ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ОСОБИСТІСНОЇ ТРИВОЖНОСТІ ТА ПРОКРАСТИНАЦІЇ	
<i>Сафронова Т. А., Малиш В. Є.</i>	117
ВПЛИВ ОСОБИСТІСНИХ ФАКТОРІВ НА ПРОФЕСІЙНУ СПРЯМОВАНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ	
<i>Панченко В. О., Кернас А. В.</i>	121
ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ ДІАГНОСТИКИ КОРЕКЦІЇ СТРЕСУ	
<i>Архиреева Ярослава, Кернас А. В.</i>	125
МОТИВАЦІЯ НАВЧАЛЬНО-ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ПСИХОЛОГІВ	
<i>Москалик Ольга, Кернас А. В.</i>	128
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ АЛЬТЕРНАТИВНИХ ФОРМ ТРАДИЦІЙНИХ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ	
<i>Гуйвік Вікторія, Діколь-Кобріна О. А.</i>	132
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ У ФОРМУВАННІ АКЦЕНТУАЦІЙ ХАРАКТЕРУ	
<i>Наконечна Аліна, Бондаревич С. М.</i>	136
ВЗАЄМОВПЛИВ ТА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СПЕЦИФІКИ ЖІНОЧОЇ ГЕРОНТОЛОГІЇ	

НА ФІЗИЧНИЙ СТАН І САМООЦІНКУ СВОЄЇ ЗОВНІШНОСТІ	
<i>Петрушевська Анна, Бондаревич С. М.</i>	138
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОВПЛИВУ ТА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ Я-КОНЦЕПЦІЇ ТА САМООЦІНКИ ОСОБИСТОСТІ У ФОРМУВАННІ ПСИХОСОМАТИЧНИХ РОЗЛАДІВ	
<i>Зайцева Вєра, Бондаревич С. М.</i>	141

**Секція № 4. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ
СУЧАСНОГО СУСПІЛЬСТВА ПЕРЕД ВИКЛИКАМИ
ВІЙНИ: ЕКОНОМІЧНІ, СОЦІАЛЬНІ ТА
ЕТНОКУЛЬТУРНІ АСПЕКТИ**

ПСИХО-СОЦІАЛЬНІ АСПЕКТИ НА КРИЗАТА ПО ВРЕМЕ НА ПАНДЕМІЯТА С КОВИД-19	
<i>И. К. Иванов.</i>	144
ВПЛИВ СІМ'Ї НА РОЗВИТОК ПІДЛІТКІВ У ВОЄННИЙ ЧАС	
<i>Булавченко Наталія, Рєпнова Т. П.</i>	147
АРТ-ТЕРАПІЯ ТА ЇЇ НАПРЯМИ ЯК МЕТОДИ ПСИХОКОРЕКЦІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ СІМ'Ї.	
<i>Мала Діана, Дзюба Валерія, Бельченко Каріна, Гінкул Єлизавета, Шевченко Альбіна, Рєпнова Т. П.</i>	150
ДОСЛІДЖЕННЯ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПРЕДСТАВНИКІВ РІЗНИХ ПРОФЕСІЙНИХ ГРУП	
<i>Касич Валерія, Діколь-Кобріна О. А.</i>	153
КОРЕКЦІЯ АГРЕСИВНІ ПОВЕДІНКИ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРПІЇ	
<i>Смолянінова Вікторія, Діколь-Кобріна О. А.</i>	156
ПРОБЛЕМА ІНДУКОВАНО-ПОВЕДІНКОВИХ ТА ПСИХОЛОГІЧНИХ РОЗЛАДІВ У СПЕЦІАЛІСТІВ МОРЕГОСПОДАРСЬКОЇ ГАЛУЗІ	
<i>Сулїк Юлія, Котляр Л. І.</i>	158
АДАПТАЦІЙНІ МЕХАНІЗМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ДО МАТЕРИНСТВА	
<i>Макаренко Анна, Діколь- Кобріна О.</i>	162
ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК БЛАГОПОЛУЧЧЯ ШЛЮБУ З	

ФАКТОРАМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СУМІСНОСТІ ПОДРУЖЖЯ <i>Мунтянова Владислава, Діколь-Кобріна О. А.</i>	165
ВПЛИВ ВІЙНИ НА ПСИХІКУ ДИТИНИ. ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ДІТЕЙ, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ ПСИХОТРАВМУЮЧІ ПОДІЇ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ. <i>Томак Катерина, Рєпнова Т. П.</i>	168
СІМЕЙНА РЕАДАПТАЦІЯ ПРИ ПОВЕРНЕННІ МОРЯКА З РЕЙСУ ТА ПОДОЛАННЯ ПРОБЛЕМ СІМ'Ї У ЗМІНЕНИХ УМОВАХ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ <i>Чендарогло Сергій, Лапшин Леонід, Синиця Владіслав, Пугач Оксана, Капралов Володимир, Бурсай Катерина, Рєпнова Т. П.</i>	172

Секція № 5. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ У РІЗНИХ СФЕРАХ ДІЯЛЬНОСТІ

ГУМАНІСТИЧНІ АСПЕКТИ ВЗАЄМОДІЇ СУБ'ЄКТІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ СУЧАСНОГО ВИЩОГО ЗАКЛАДУ ОСВІТИ (НА ПРИКЛАДІ ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ) <i>Запорожцев Є. Г.</i>	175
ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ НА ПРОКРАСТИНАЦІЮ СПЕЦІАЛІСТІВ МОРЕГОСПОДАРСЬКОЇ ГАЛУЗІ <i>Мала Діана, Котляр Л. І.</i>	179
ПРОБЛЕМА САМОСВІДОМОСТІ ТА НЕГАТИВНОЇ Я- КОНЦЕПЦІЇ СПЕЦІАЛІСТІВ МОРЕГОСПОДАРСЬКОЇ ГАЛУЗІ <i>Дзюба Валерія, Котляр Л. І.</i>	183
ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ МАЙБУТНІХ СПЕЦІАЛІСТІВ МОРЕГОСПОДАРСЬКОЇ ГАЛУЗІ <i>Бельченко Карина, Котляр Л. І.</i>	187
ВПЛИВ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ НА РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ З РОЗЛАДОМ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРА. <i>Самчевський Микола, Котляр Л. І.</i>	190
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ТРИВОЖНОСТІ	

В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ	
<i>Покровецька Анастасія, Котляр Л. І.</i>	194
ПРОБЛЕМА РОЗЛАДІВ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ У СПЕЦІАЛІСТІВ МОРЕГОСПОДАРСЬКОЇ ГАЛУЗІ	
<i>Волонтир Жасмін, Котляр Л. І.</i>	197
ПРОБЛЕМА СЕКСУАЛЬНОЇ ОСВІТИ ПІДЛІТКІВ У ФОРМУВАННІ ГАРМОНІЙНОЇ ОСОБИСТОСТІ	
<i>Циганкова Яна, Котляр Л. І.</i>	201
ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ СТРАХІВ У МАЙБУТНІХ СПЕЦІАЛІСТІВ МОРЕГОСПОДАРСЬКОЇ ГАЛУЗІ. <i>Клименко Олександр, Котляр Л. І.</i>	205
СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК ФАКТОР СОЦІАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ПРАЦІВНИКІВ МОРСЬКОГО ТРАНСПОРТУ	
<i>Оболонська Олена, Котляр Л. І.</i>	207
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ УПРАВЛІННЯ АДАПТАЦІЄЮ ПРАЦІВНИКІВ МОРСЬКОГО ТРАНСПОРТУ	
<i>Ламбова Любов, Кернас А. В.</i>	212
СИНДРОМ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПРЕДСТАВНИКІВ РІЗНИХ ПРОФЕСІЙНИХ ГРУП	
<i>Костюкова Анастасія, Кернас А. В.</i>	215
ЗВ'ЯЗОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРЯННЯ	
<i>Іожиця Анна, Жилін М. В.</i>	217

ПЛЕНАРНЕ ЗАСІДАННЯ

ВІТАЛЬНЕ СЛОВО

**Ректора Одеського національного морського
університету, доктора технічних наук, професора
РУДЕНКО Сергія Васильовича**



Вітаю вас, шановні науковці, з початком роботи III Міжнародної науково-практичної конференції «АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЇ У СУЧАСНОМУ ІННОВАЦІЙНОМУ ПРОСТОРІ».

На мою думку, неможливо за період роботи нашої конференції охопити всі аспекти і напрямки застосування психологічних теоретико-практичних знань у різноманітних напрямках життєдіяльності людини і соціальної сфери сучасного суспільства. Однак, вважаю, що спільними зусиллями ми зможемо підняти дуже важливі для Держави питання – як підняти бойовий дух сучасного суспільства у цей непростий для нас усіх час.

А також зможемо зробити ще один крок на шляху виявлення найбільш важливих проблем та пошуку ресурсів поліпшення навчально-виховного процесу у сучасному ВУЗі за допомогою психологічної науки.

Зважаючи на актуальність питань, що передбачені для обговорення під час цієї конференції, переконаний, що фахові доповіді, повідомлення, діалоги та наукові дискусії будуть сприяти розвитку вітчизняної науки і подальшому вдосконаленню якості основного продукту вищої школи - особистості наукового фахівця.

Хочу побажати, щоб ваша праця була успішною та плідною, а прагнення творити на благо України - невичерпним.

ВІТАЛЬНЕ СЛОВО

**Директора Науково-дослідного інституту
фундаментальних і прикладних
Досліджень ОНМУ, доктора технічних наук,
професора ОНМУ
ЄГУПОВА Константина В'ячеславовича**

Дозвольте привітати Вас з початком роботи III Міжнародної науково-практичної конференції «АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЇ У СУЧАСНОМУ ІННОВАЦІЙНОМУ ПРОСТОРІ», присвяченої актуальним питанням психології.

Активність людини залежить від її психологічних особливостей та соціального оточення. Поведінка особистості є похідною функцією інтрапсихічних чинників людини і зовнішньої соціальної ситуації. Беручи до уваги зазначені положення, колектив кафедри ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ Навчально-наукового морського гуманітарного інституту ОНМУ, створив потужний стимул активізації діяльності науково-педагогічних працівників, а також мотивації навчання студентів спеціальності 053 «Психологія». Метою конференції є створення платформи для діалогу між науковцями та психологами-практиками для сприяння впровадженню найкращих наукових досягнень у практику, а також аналізу та систематизації досвіду психологічної допомоги різним категоріям населення України. Хочу зазначити, що проблема підготовки висококваліфікованого професіонала турбувала суспільство завжди і не стала менш гострою зараз.

**Бажаю учасникам конференції плідної роботи,
цікавого спілкування!**

**Завідувач кафедри практичної психології ННМГІ
ОНМУ ОНМУ (м. Одеса),
д.пс.н., професор Р. П. Шевченко**



Вітаю вас, шановні учасники

III Міжнародної науково-практичної конференції «Актуальні питання психології в сучасному інноваційному просторі»!

Рада вітати представників від вищих навчальних закладів, співorganizаторів нашої конференції: г-на Кереушу, доктора медичних наук, доцента кафедри психіатрії, наркології та медичної психології Державного Університету медицини і фармації Республіки Молдова; Велиславу Атанасова Чавдарову, кандидата психологічних наук, професорку Великотирновського університету ім. Св. Кирила та Мефодія (Болгарія); Кристенко Марію проект-координатора громадського об'єднання «Перспектива», Молдова та всіх учасників зарубіжних та вітчизняних навчальних закладів, що приєдналися до роботи нашої конференції.

З особливою теплотою хочу привітати студентів, аспірантів, які починають свій шлях у науці. Дякую співробітникам Одеського національного морського університету, дирекції Навчально-наукового морського гуманітарного інституту, кафедрі практичної психології, а також студентам спеціальності «Психологія» Одеського національного морського університету за активну, творчу роботу при підготовці та проведенні конференції.

Бажаю всім нам плідної роботи та приємного спілкування!

Директор Навчально-наукового морського гуманітарного інституту ОНМУ (м. Одеса)



Вельмишановні студенти, аспіранти та викладачі! Дозвольте привітати Вас з початком роботи студентської науково-практичної конференції в Навчально-науковому морському гуманітарному інституті Одеського національного морського університету, присвяченої актуальним питанням, напрямкам та якості психологічної підготовки сучасних фахівців.

Хочу зазначити, що проблема підготовки висококваліфікованого професіонала турбувала суспільство завжди і не стала менш гострою зараз. Особливо це торкається фахової підготовки психологів.

Сучасні соціально-економічні умови чітко ставлять питання про психологічне забезпечення багатьох сфер людської діяльності. У суспільстві зростає потреба в психологах. Особливо це торкається служб, орієнтованих на покращення психічного здоров'я населення, подолання різних стресових факторів, формування потреби особистості у самореалізації.

Основне завдання вищої школи це формування освіченого та небайдужого до якості виконання своїх професійних обов'язків фахівця, викликає до життя спроби реформування як системи вищої освіти загалом, так і намагання удосконалити процес підготовки зсередини, через кількісні та якісні зміни в організації, методичному забезпеченні, змістовому наповненні навчально-виховного процесу.

Зважаючи на актуальність питань, що передбачені для обговорення під час студентської науково-практичної конференції, переконана, що фахові доповіді, повідомлення,

діалоги та дискусії будуть сприяти розвитку вітчизняної науки і подальшому вдосконаленню якості основного продукту вищої школи - особистості молодого фахівця.

Хочу побажати, щоб Ваша праця була успішною, а прагнення творити на благо України - невичерпним.

Творчої Вам наснаги, взаєморозуміння та плідної дискусії!

З повагою, Валентина Самойловська

КРОСКУЛЬТУРНЫЙ СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ЛИЧНОСТНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК БОЛГАРСКИХ И УКРАИНСКИХ СТУДЕНТОВ

В. А. Чавдарова

кандидат психологических наук, профессор
профессор кафедры психологии,
Великотырновский университет им. Кирилла и Мефодия
г. Велико Тырново, Болгария

В докладе представлены и проанализированы результаты кросс-культурного исследования, проведенного в период 05.2020-05.2021 года личностных качеств 602 студентов, из которых 251 болгар и 351 украинцев. Теоретическая и прикладная основа исследования - пятифакторная модель личности Макрея и Кости. После обработки данных были обнаружены статистически значимые различия между болгарскими и украинскими студентами по двум признакам «большой пятерки» - болгары оцениваются как более эмоционально устойчивые и более открытые к новому опыту. В целом для обеих национальных групп характерны тенденции к осознанности, эмоциональной устойчивости, доброжелательности, открытости новому опыту и экстраверсии. Дискриминантный анализ устанавливает разную дискриминационную силу только по чертам смелый, творческий и любознательный.

Черта личности «смелый» более выражена у украинских респондентов, а черты «творческий» и «любознательный» характерны для болгарских студентов.

Подведя итоги, можно сделать следующие выводы:

1. Болгары оцениваются как более эмоционально устойчивые и экспрессивные. В целом для обеих национальных групп регистрируются тенденции самоконтроля, эмоциональной устойчивости, привязанности, экспрессивности и экстраверсии.

2. В болгарской выборке отмечена более высокая эмоциональная устойчивость и незначительные тенденции к большей экспрессивности.

3. По подфакторам, входящим в состав фактора «экстраверсия-интроверсия», имеются статистически значимые различия по шкалам «активность - пассивность», «разнообразие -

спокойствие» и «наличие - отсутствие вины». Болгары более пассивны и с более высоким чувством вины, чем украинцы.

4. По подфакторам, входящим в фактор «привязанность-изоляция», имеются статистически значимые различия по шкалам «сотрудничество-соперничество», «понимание-непонимание» и «доверие-подозрение». Болгары более доверчивые чем украинцы.

5. По субфакторам, входящим в состав фактора «самоконтроль – импульсивность», имеются статистически значимые различия по шкалам «настойчивость – снисходительность», «ответственность – безответственность» и «сдержанность – импульсивность» и «предсказуемость – невнимание». Болгары проявляют больше настойчивости, сдержанности и дальновидности, чем украинцы.

6. По подфакторам, входящим в состав фактора «эмоциональная устойчивость - эмоциональная лабильность», имеются статистически значимые различия по шкалам «напряжение - спокойствие» и «депрессия - конфликтность». Болгары более напряжены и подавлены, чем украинцы.

7. При сравнении по половому признаку можно утверждать, что существенных различий между болгарками и украинками по признаку экстраверсия-интроверсия нет. Самыми экстравертными являются мужчины-украинцы, за ними следуют женщины, а самыми интровертными являются мужчины-болгары.

8. По линии «привязанность - изоляция» у болгарских женщин выявлена высокая степень привязанности. Степень привязанности у болгарских мужчин выше, чем у украинских мужчин. Наиболее сильная тенденция к изоляции присутствует у украинских женщин.

9. Относительно распределения по полу по линии «самообладание - импульсивность» можно констатировать следующее: Наивысшим самообладанием обладают болгарки, за ними следуют болгары-мужчины. Самые низкие значения зарегистрированы среди украинок.

10. В распределении по полу в отношении признака «эмоциональная устойчивость - чувствительность» статистических различий нет - как мужчины, так и женщины - болгары демонстрируют более высокую эмоциональную устойчивость.

11. Гендерное распределение линии «выразительность - практичность» показывает, что наиболее экспрессивными

являются болгарки, за ними следуют болгарки-мужчины. Самыми практичными являются украинки, за ними следуют украинцы.

В заключении можно сказать, что современные социальные условия прямо и косвенно влияют на основные аспекты социального восприятия, опыта и поведения, но зависят от национальности, пола и личностных особенностей современного человека.

УДК: 616.89

О ДЕПРЕССИВНЫХ РАССТРОЙСТВАХ И СУИЦИДАЛЬНОМ ПОВЕДЕНИИ ПРИ КОВИД-19

Г. Ф.¹ Кэрэушу, А. В.^{2,3} Мамедова

¹ Д.м.н., доцент Кафедры психиатрии, наркологии и медицинской психологии Государственного Университета Медицины и Фармации «Николае Тестемицану» Республики Молдова

² Аспирант Кафедры психиатрии, наркологии и медицинской психологии Государственного Университета Медицины и Фармации «Николае Тестемицану» Республики Молдова

³ Заведующий отделением принудительного лечения с обычным наблюдением Психиатрической Клинической Больницы, Кишинэу

Согласно Европейскому бюро ВОЗ, на фоне пандемии коронавирусной инфекции, отдельные группы граждан, например, лица старшего возраста, поставщики услуг здравоохранения и лица с сопутствующими нарушениями здоровья, испытывают повышенное беспокойство, депрессивные нарушения. При этом по мере введения новых противоэпидемических мер и связанных с ними изменений (в первую очередь карантина), растет распространенность употребления алкоголя, наркотиков, равно как и суицидальное поведение [1]. Поэтому предметом серьезной озабоченности становятся вопросы обеспечения бесперебойного доступа к услугам для людей с развивающимися или уже имеющимися нарушениями психического здоровья, наряду с вопросами поддержания психического здоровья [2].

Чтобы оценить чей-то риск самоубийства, важно принимать во внимание как можно больше аспектов личности, включая предупреждающие знаки, которые могут свидетельствовать о

риске причинения вреда, также факторы риска, действующие для этого человека, и защитные факторы, поддерживающие человека. Этого можно достичь, сохраняя спокойствие и стремясь построить отношения с человеком в ответ [3].

Защитные факторы - это характеристики и факторы, которые снижают попытки самоубийства. Они различаются между людьми и культурами [3]. Помощникам важно определить вместе с людьми, которых они поддерживают, защитные факторы, которые способствуют их безопасности:

- Социальная поддержка, ведущая к чувству принадлежности,
- Чувство ответственности перед семьей,
- Наличие различных навыков преодоления трудностей,
- Обладание навыками решения проблем,
- Наличие навыков разрешения конфликтов,
- Религиозная вера или культурные убеждения, препятствующие самоубийству,
- Мероприятия, которые придают смысл жизни,
- Позитивная самооценка,
- Обращение за помощью,
- Доступ к качественной психиатрической и физической помощи, включая поддержку при употреблении психоактивных веществ,
- Постоянная психологическая поддержка,
- Занятость,
- Сбалансированное физическое здоровье [3].

Факторы риска - это характеристики и факторы, которые могут увеличить вероятность попытки самоубийства. Они также различаются между людьми, культурами и контекстами [3]. Поэтому в рамках усилий по обеспечению готовности важно обсудить с членами сообщества, какие факторы риска могут иметь значение в конкретной ситуации, и была ли проведена оценка факторов риска на местном или национальном уровне, чтобы понять, какие группы могут быть более уязвимыми.

На индивидуальном уровне предыдущие попытки самоубийства являются самым большим фактором риска самоповреждения или самоубийства.

В условиях пандемии COVID-19 повышению риска самоубийства способствуют:

- Потеря работы и финансовые потери,
- Отсутствие социальной поддержки и растущая изоляция,
- Ограничение социальной активности,
- Обострение внутрисемейных проблем,
- История жестокого обращения и пренебрежения,
- Злоупотребление алкоголем и/или психоактивными веществами,
- Высокий уровень стыда, унижения,
- Безднадежность,
- Импульсивность,
- Стигма, связанная с обращением за помощью,
- Препятствия для доступа к медицинской помощи [3].

Предупреждающие знаки - это немедленные действия или поведение, которые подвергают людей непосредственному риску самоповреждения или самоубийства.

Профилактика самоубийств в эпоху COVID-19 требует устранения не только факторов риска самоубийств, связанных с пандемией, но и факторов риска, существовавших до пандемии.

Существенным вкладом в профилактику суицидального поведения может стать своевременное выявление лиц с суицидальными намерениями. Своевременная организация консультативной помощи, с разработкой плана терапевтических мероприятий, может способствовать снижению риска суицидального поведения.

Выводы

1. При оценке риска суицидального поведения, важно принимать во внимание предупреждающие знаки, факторы риска и защитные факторы, поддерживающие человека.
2. Разработка плана терапевтических мероприятий может способствовать снижению риска суицидального поведения.

Литература

1. Gunnell D. et al. Suicide risk and prevention during the COVID-19 pandemic. The Lancet Psychiatry. Volume 7, Issue 6, p. 468-471, June 01, 2020.

2. Moutier C. Suicide Prevention in the COVID-19 Era Transforming Threat Into Opportunity. JAMA Psychiatry. 2021; 78(4):433-438.
3. McBride K. Suicide prevention during COVID-19. IFRC Help Center for Psychosocial Support, Copenhagen, 2020, 48 p.

PROVIDING PSYCHOLOGICAL HELP IS OUR PRIORITY TASK

Rosina Petrovna Shevchenko

Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor,
Odessa National Maritime University, head of the department
"Practical Psychology", Odessa, Ukraine
E-mail: Rosina7775@gmail.com
orcid.org/ 0000-0003-2515-6717
Researcher ID: AAK-4166-2020

The choice of the topic of my speech is indicated by relevant international documents regarding the situation in our country, as well as the content and main purpose of our specialty.

According to internal and external experts, there is a growing shortage of vital resources in our country, such as fuel, medicines, and timely receipt of a number of services.

In solving such problems, Ukraine enjoys the support and assistance of a number of international organizations.

One of them is the WHO, the World Health Organization. Among the priority tasks of the WHO in relation to the situation in Ukraine is to ensure the supply of necessary medical supplies to Ukraine, the formation of a stable working system of a "safe corridor" for the delivery of humanitarian food and medical supplies.

The UN coordinator for the crisis situation in Ukraine, Amin Awad, is directly involved in the solution of this issue.

In his speeches, he identifies several main directions for the strategic plan for assistance to Ukraine.

The possibility of concluding peace or a general truce in Ukraine is not currently visible - such a statement was made by UN Secretary General António Guterres at a press conference in Vienna.

According to the UN Secretary General, now it is necessary to focus on providing humanitarian assistance, evacuating civilians from the war zones in Ukraine. Guterres also touched on the topic of food security. "Agricultural products of Ukraine should return to world markets," he said.

Thus, there is a situation in which the lack of an opportunity in Ukraine to carry out the sowing campaign in a timely manner and fully, the harvest will affect the food supply of a number of countries.

UN Secretary-General António Guterres stressed that as a result of the Russian-Ukrainian military conflict, global food security in the world is under threat, called for the creation of conditions for stable food supplies.

"Global food security is a particularly deep concern and has been the focus of my recent meetings in Moscow and Kyiv," he said at a joint news conference with the Austrian president.

The UN chief called for "quick and decisive action to ensure a stable circulation of food and energy in open markets by lifting export restrictions."

He noted that resolving the current global food security situation "requires reintegration into the world markets of agricultural production in Ukraine and food and fertilizer production in Russia and Belarus", despite the ongoing conflict.

The head of the UN added that he is making every effort to promote dialogue to achieve this goal.

One of the problems that needs attention is that on the territory of Ukraine there are four operating nuclear power plants (NPP) with 15 nuclear reactors, as well as two research nuclear reactors, radioactive waste disposal sites, radioactive sources for use in medicine and industry, and the Chernobyl Nuclear Power Plant, decommissioned after the 1986 accident, which still houses two storage facilities for spent nuclear fuel assemblies.

Artillery attacks and fires can damage the security systems and critical supplies of these installations. The State Nuclear Regulatory Inspectorate of Ukraine (SNRIU) provides the IAEA (International Atomic Energy Agency) and the world community with daily updates on the situation with nuclear installations in Ukraine.

The IAEA will continue to support Ukraine in ensuring the nuclear and security of its nuclear facilities. This was stated by IAEA Director General Rafael Mariano Grossi to President of Ukraine Volodymyr Zelensky during a meeting in Kyiv.

It should be noted that the IAEA issues daily updated information on developments in the nuclear field in Ukraine and distributes it on social networks in all UN languages, including Ukrainian.

It is directly in our interests that Mr. Grossi visit the South Ukrainian nuclear power plant, since this facility is located quite close to us - in the city of Yuzhnoukrainsk, Mykolaiv region. physical security of the country's nuclear arsenals.

According to WHO estimates, due to the ongoing war, the life support systems in Ukraine, including healthcare in the country, work in the most difficult conditions.

Indeed, people face a shortage of medical care, a frequent shortage of basic medical supplies. However, an even more global issue is the stressfulness of the current situation in our country.

In the current conditions, a person is in a state of constant readiness to respond to danger. Constantly sounding alarms, public opinion about real and imaginary threats deplete mental and physiological resources.

A separate topic that needs to be discussed is the fate of internally displaced persons and refugees. Many of them cause sympathy, sometimes giving way to irritation on the part of the host. This is due to fear, irritability in people on the one hand and unwillingness to provide psychological, material and housing assistance for a long time on the other.

In such conditions, the work of a specialist who understands the essence of what is happening with such people and has work experience is especially significant.

In modern conditions, the importance of our profession is growing sharply, dear colleagues. It is from us as never before to maintain our mental balance, as well as professional care for our loved ones.

In conclusion, I would like to wish you and me fruitful work within the framework of our 3rd International Conference "Actual Nutrition of Psychology in the Modern Innovation Space"

САМОРЕГУЛЯТИВНІ АСПЕКТИ АДАПТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ

Леонід Велитченко

доктор психологічних наук, професор кафедри сімейної та спеціальної педагогіки і психології, Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського

Основною концептуальною ідеєю сучасної психології є ідея людини, яка у багатьох аспектах перегукується з положеннями філософської антропології (прагнення створити цілісний образ людини), філософської герменевтики (тлумачення людини у контексті її буття), структуралізму (установка на розкриття співвідношення соціальної реальності та її відображення у мисленні), франкфуртської школи (ідея безкомпромісного впливу пануючої ідеології на свідомість людини).

Ідея людини має солідне дослідницьке опрацювання також в багатьох сучасних психологічних наукових школах, особистість постає як: а) стійка система відносин, соціальної перцепції і поведінки у сфері спілкування і діяльності; б) єдність індивідуального й соціального; в) продукт діяльності; г) фіксована структура ставлення людини до дійсності, інших людей і до самого себе, як певний набір конкретних дій і взаємодій.

Погляд на людину як цілісного суб'єкта психіки відображено в постулатах канонічної психології, де особистість не зводиться до деякої сукупності окремих якостей та функцій, а розглядається через призму категорії вчинку як осереддя її особистісних смислів.

Якщо вважати людиноцентричність основною рисою сучасної психології, то головне місце в цій людиноцентричності має по праву займати поняття особистості. Вже сам факт існування величезної кількості визначень цього поняття говорить не тільки про складність цього явища, але і про важливість його розгляду як у теоретичному, так і у практичному плані.

Не вдаючись в деталі зіставлення різних персонологічних концепцій, відзначимо, що всі вони беруть за основу уявлення про людину як біосоціальну систему, що саморегулюється. Саморегуляція містить мету активності, модель значущих умов, програму відповідних дій, критерії їх успішності, оцінку результатів, відповідні корекції.

Якщо розглядати прагнення індивіда до стабільності свого існування як основну умову його життєзабезпечення, то, природно, проблему пізнання значущих умов та відповідних ним дій слід розглядати як найбільш істотну проблему особистості у цілому.

Наразі проблема смислової організації особистісного існування відкривається найгостріше. Ця гострість якнайкраще була сформульована свого часу Сартром – людина тільки тоді в повному розумінні людина, коли вона поставлена на межу свого існування.

Якщо мета існування у найзагальнішому вираженні полягає у двох основних імперативах – імператив самозбереження та імператив самоствердження, то питання про значущі умови містить таку величезну кількість новоявлених проблем, що індивід опиняється у стані не тільки екзистенційного, а й інформаційного стресу.

Звичайно, моделювання значущих умов та прийняття програми відповідних дій стикається з необхідністю діяти не тільки швидко, а й адекватно ситуації, що вимагає врахування всіх значимих обставин. І діяти не тільки швидко, але і по можливості холоднокровно, що, власне, вимагає сформованих поведінкових патернів.

Все це висуває на перший план проблему тренінгу адаптивної поведінки у життєнебезпечних умовах, яке потребує відповідного професійного супроводу, що здійснюється у тому числі й у плані волонтерського руху.

Вихідною основою адаптивної поведінки індивіда є суб'єктне моделювання стресогенної ситуації, яка відбувається в просторі перетину об'єктивної і суб'єктивної реальності як ментальне протиставлення об'єктивно заданих ситуативних вимог і заданих цілей, з одного боку, і наявних у індивіда можливостей, пов'язаних з його уявленням про себе і загальної і парціальної (ситуативної) самооцінкою, з другого.

ДЕПРЕССИВНЫЕ РАССТРОЙСТВА ПРИ КОВИД-19

Г. Ф. ¹Кэрэушу, А. А. ^{2,3} Чобану

¹ Д.м.н., доцент Кафедры психиатрии, наркологии и медицинской психологии Государственного Университета Медицины и Фармации «Николае Тестемицану» Республики Молдова

² Аспирант Кафедры психиатрии, наркологии и медицинской психологии Государственного Университета Медицины и Фармации «Николае Тестемицану» Республики Молдова

³ Врач психиатр Центра психического здоровья г. Чимишлия

Депрессивные нарушения являются одними из наиболее характерных психических расстройств, сопровождающих пандемию COVID-19. Для Европы показатели депрессивных расстройств составляют 26%, для Азии–15-20% (с самыми низкими цифрами в Китае). В условиях пандемии отмечается рост не только числа, но и выраженности депрессивных симптомов, таких как снижение настроения, плаксивость; чувство беспомощности, одиночества и подавленности из-за изоляции, изменения своих привычек и образа жизни; чувство вины и стыда из-за того, что «выжили», «заразили других» или «не смогли помочь другим»; растерянность, эмоциональное оцепенение или деморализация из-за потери некоторых предпочитаемых видов деятельности; социальная или коммуникативная замкнутость, а также нарушений поведения (самоповреждения) [1].

При этом эти расстройства негативно влияют на мотивацию и поведенческую активность, необходимые для совладания с последствиями пандемии, также они повышают риск развития суицидальных тенденций. Все это определяет необходимость их своевременной диагностики и терапии.

Депрессивные состояния нередко являются также ответом на потерю своего социального статуса, семейного благополучия, уверенности в партнере, подорванных совместным пребыванием в изоляции, материальный ущерб, вызванный карантинными мерами, утрату родных и близких от новой коронавирусной инфекции. Переживание депрессии информирует человека о потерях и утратах [2].

Лечение пациентов с депрессивными расстройствами должно быть комбинированным, включая психотерапию и медикаментозное лечение. Основной группой препаратов для лечения депрессивных нарушений являются антидепрессанты последних поколений. Одним из наиболее перспективных препаратов среди них является венлафаксин. Он воздействует на все три системы нейромедиаторов, участвующих в развитии депрессивного расстройства, в большей степени ингибируя обратный захват серотонина и норадреналина и в меньшей степени тормозя обратный захват дофамина. Его отличительной особенностью является формирование стойкой ремиссии.

Выводы

1. Депрессивные нарушения могут быть разной степени выраженности и требовать специализированной психотерапевтической помощи для смягчения переживания утрат, проработки семейных конфликтов.
2. Лечение пациентов с депрессивными расстройствами должно быть комбинированным, сочетающим психотерапевтические методы и психофармакотерапию.

Литература

1. Clemente-Suárez V. J. et al. The Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Disorders. A Critical Review. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2021, 18(19), 10041.
2. Heitzman J. Impact of COVID-19 pandemic on mental health. *Psychiatr Pol.* 2020 Apr 30;54(2):187-198.

**ДО ПИТАННЯ ПЕДАГОГІЧНОЇ ДОЦІЛЬНОСТІ
ВИКОРИСТАННЯ ДОСЛІДЖЕНЬ ІНДИВІДУАЛЬНО-
ПСИХОЛОГІЧНИХ ХАРАКТЕРИСТИК СТУДЕНТІВ-
МЕДИКІВ У ПРОЦЕСІ ОСВОЇННЯ ГУМАНІТАРНИХ
ДИСЦИПЛІН**

О. В. Медянова

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри філософії та біоетики
Одеського національного медичного університету,
доцент кафедри прикладної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Процес первинної професіоналізації майбутніх медиків передбачає формування таких цінностей професійної групи у гуманітарному блоці навчального процесу як гуманність, відповідальність та комунікативна компетентність [2,4]. У цей період відбувається освоєння базової медичної інформації, що сприймається студентами як значне. Тому постає педагогічна задача актуалізації освоєння світоглядної, етичної та психологічної інформації, що можливо досягнути у процесі навчання за допомогою індивідуально-психологічного підходу до особи учня.

Для реалізації поставлених завдань, до навчального плану гуманітарних та психологічних дисциплін при навчанні студентів-медиків включено елемент науково-дослідної роботи студентів з вивчення різних характеристик психіки та особистості однокурсників [1-3]: тип нервової системи, ціннісні орієнтації, домінуючі командні ролі, стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях, особистості прийняття рішення у професійних обставинах та комунікативні характеристики особистості. Отримані дані використовуються у всіх аспектах оптимізації навчально-виховної та науково-дослідної роботи університету:

1) у навчальному процесі студентів, для індивідуалізації сприйняття навчальних тем. Заплановані дослідження проводяться за навчальними темами та їх результати студенти повідомляють на семінарах. Що дозволяє учням вивчити теми як теоретично, так і з урахуванням індивідуальних даних. Наприклад, теми «Гуманізм як

моральна основа культури лікування» та «Пріоритет вітальних, загальнолюдських цінностей у науково-практичній діяльності» спирається на дослідження ціннісної сфери особи (ЦСО) студента. Це дає їм можливість не тільки розглянути професійні стандарти цінностей медиків, але й порівняти останні з індивідуальним рівнем розвитку своєю ЦСО. Прикладний підхід дозволяє студентам усвідомлено сприймати деонтологічні та біоетичні норми та вимоги сучасною медицини, стимулює їх саморозвиток та становлення професійної складової особистості майбутнього медика;

2) у підготовці аспірантів для оптимізації педагогічних навичок з урахуванням індивідуально-психологічних характеристик сьогоdnішнього покоління студентів. Регулярність подібних досліджень дозволяє включати у педагогічну підготовку фахівців вищої медичної школи не тільки теоретичні педагогічні знання, а й практичне розуміння особливостей даного покоління студентів; засвоювати адекватні їм методи та форми подання та контролю навчальних матеріалів, ефективні форми кураторської роботи зі студентами та розвинути комунікативну лабільність та компетентність як медичного професіонала, так і майбутнього педагога:

3) у розвиток навичок науково-дослідницької діяльності студентів. З огляду на те, що гуманітарний освітній блок у вищій медичній школі локалізується на перших курсах, навчання первинним навичкам дослідницької діяльності студентів відбувається на матеріалі цих дисциплін. І на старших курсах студенти можуть застосувати дані навички вже в руслі медичних досліджень, спираючись на теоретичне та практичне застосування сучасних біоетичних норм;

4) для практичного відпрацювання біоетичних норм взаємодії у системі лікар-пацієнт, дослідник-досліджуваний (механізму інформаційної згоди та комунікативної компетентності). Теоретичне розуміння такого поняття як «інформована згода», що вивчається студентами в курсі «Основи біоетики», доповнюється його практичним застосуванням під час дослідження зі своїми однокурсниками. А інформування та роз'яснення результатів дослідження формує первинні комунікативні навички взаємодії у навчальному медичному колективі, навички активного слухання, психологічного

інтерв'ювання та коректного повідомлення об'єктивних даних дослідження;

5) для інформування психологічної служби про психологічні складнощі студентів у рамках психологічного супроводу навчального процесу. Дослідження проходять під керівництвом співробітників психологічної служби університету в рамках навчального процесу. Отримані дані дозволяють оптимізувати індивідуальні та групові форми психокорекційної роботи служби, своєчасно вживати актуальних заходів щодо формування професійних компетентностей з початкових курсів навчання та з урахуванням поколінних та індивідуально-психологічних особливостей навчальних потоків.

Таким чином, насичення гуманітарного блоку медичної освіти практичними дослідженнями індивідуально-психологічних даних студентів-медиків не тільки сприяє глибшому та усвідомленому освоєнню навчальної програми, а й оптимізує формування особистості самих студентів-медиків у руслі вимог сучасних норм медицини, а також сприяє зростанню педагогічної майстерності та ефективності роботи всього викладацького колективу.

Література

1. Медянова О.В. Досвід розвитку комунікативної компетентності майбутніх медиків в умовах карантину (дистанційний формат) [Електроний ресурс]/О. В. Медянова// матеріали VIII Міжнародна науково-практичної Інтернет-конференції «Віртуальний освітній простір: психологічні проблеми» , присвяченої 75-річчю Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (15 травня-15 червня 2020 р., Київ) / Режим доступу: http://newlearning.org.ua/system/files/sites/default/files/zagruzheni/medyanova_olena_2020.pdf

2. Медянова Е. В. Когнитивные факторы развития ценностной сферы личности студента-медика: монография/Е. В. Медянова. – Херсон: ФОП Гринь Д. С., 2017. – 260 с.

3. Медянова О. В. Сьогоднішні завдання вищої медичної освіти в контексті парадигми цілісності людини/ О. В. Медянова// Інтегративна антропологія. – №1 (33). – 2019. – С.46-52.

4. Філоненко М. М. Психологія особистісного становлення майбутнього лікаря: монографія / М. М. Філоненко. – Київ: Центр учбової літератури, 2015. – 334 с.

Секція 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ У СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

УДК 378.005.6

РОЛЬ СТЕЙКГОЛДЕРІВ У РЕАЛІЗАЦІЇ ОСВІТНЬО- ПРОФЕСІЙНОЇ ПРОГРАМИ «ПСИХОЛОГІЯ»

В. В. Корнещук

доктор педагогічних наук, професор,
завідувач кафедри психології та соціальної роботи Одеського
національного політехнічного університету, м. Одеса, Україна

Положення про акредитацію освітньо-професійних програм (Наказ Міністерства освіти і науки України за № 977 від 11 липня 2019 року [1]) зумовлює урахування в ОПП під час формулювання цілей та програмних результатів навчання інтересів і пропозицій стейкголдерів, якими можуть виступати дійсні або потенційні роботодавці, випускники або здобувачі вищої освіти, академічна спільнота тощо. Кафедра психології та соціальної роботи (ПСР) Національного університету «Одеська політехніка» має певний досвід такого співробітництва, який реалізується за такими напрямками:

- залучення стейкголдерів до розробки та перегляду освітніх програм;
- запрошення стейкголдерів на навчально-методичні семінари на базі кафедри;
- анкетування дійсних і потенційних стейкголдерів;
- встановлення договірних відносин, що передбачають зокрема можливість проведення виробничої та переддипломної практик здобувачів на базі установ стейкголдерів, подальше працевлаштування випускників тощо;
- залучення провідних фахівців установ стейкголдерів до проведення навчальних занять на базі університету та на базі установи стейкголдера;

– залучення провідних фахівців установ стейкхолдерів, а також випускників кафедри до проведення занять і майстер-класів в межах студентських наукових гуртків;

– запрошення представників установ стейкхолдерів та академічної спільноти до заходів підсумкового контролю та атестаційних заходів;

– залучення академічної спільноти до розробки навчально-методичного забезпечення освітніх компонент, передбачених ОПП та ін.

Що стосується ОПП «Психологія» для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, то зовнішні стейкхолдери є постійними учасниками процесу її щорічного перегляду, до якого залучаються також студенти, які навчаються за ОПП.

Крім того, співробітництво зі стейкхолдерами передбачає їх залучення до участі у навчально-методичних семінарах на кафедрі ПСР, на яких обговорюються: Стандарти вищої освіти зі спеціальності «Психологія»; ОПП та її відповідність Рамці кваліфікацій і Стандартам вищої освіти; аналізуються методи навчання майбутніх психологів на аудиторних та виїзних заняттях в установах стейкхолдерів.

Співробітництво кафедри ПСР з роботодавцями передбачає також встановлення договірних відносин з ними, що забезпечує можливість проведення на базі установи стейкхолдера виробничої та/або переддипломної практик здобувачів. Знайомство з установою стейкхолдера, її специфікою, робота під керівництвом провідних кваліфікованих фахівців упродовж практики надає студентам можливість перевірити набуті знання, вміння і навички в умовах реальної професійної діяльності, оцінити свою компетентність в професійній сфері, співвіднести наявні результати навчання з тим, що потрібно знати і вміти для подальшого виконання професійних функцій. Водночас знайомство установи стейкхолдера зі студентами надає їй можливість забезпечити себе кваліфікованими кадрами та запропонувати подальше працевлаштування найкращим випускникам.

Співробітництво кафедри ПСР з роботодавцями поширюється також на залучення провідних фахівців установи стейкхолдера до проведення навчальних занять на базі університету або в установі стейкхолдера, які разом з викладачами проводять психологи-практики.

Фахівці з установ стейкхолдерів залучаються також на засідання наукового гуртка «Психологічне консультування», який діє на кафедрі ПСР. Такі спільні зустрічі спрямовані насамперед на ознайомлення студентів з різними інноваційними психологічними практиками. Роботою наукових гуртків передбачено також майстер-класи, до яких залучаються випускники кафедри. Такі майстер-класи мають на меті не тільки набуття студентами професійних навичок, але й мотивацію для навчання за ОПП та подальшого працевлаштування за спеціальністю.

Крім того, співробітництво кафедри ПСР з роботодавцями передбачає залучення представників установ стейкхолдерів до семестрових екзаменів, атестаційного екзамену та захисту кваліфікаційних робіт здобувачів вищої освіти. Так, перебуваючи на захисті кваліфікаційних робіт, зокрема як голови ЕК, роботодавці мають можливість надати студентам запитання в межах проведених ними досліджень, з'ясувати актуальність їх наукових доробок, їх практичну значущість тощо.

Кафедра ПСР плідно співпрацює не тільки з дійсними та потенційними роботодавцями, але й з академічною спільнотою – спорідненими кафедрами різних ЗВО України. Така співпраця передбачає: формування базових засад підготовки студентів-психологів до майбутньої професійної діяльності; здійснення науково-дослідної, навчально-методичної, консультативної та видавничої діяльності з питань модернізації освітньої підготовки майбутніх психологів; підготовку, перепідготовку та підвищення кваліфікації педагогічних працівників споріднених кафедр; спільну підготовку та видання наукової, науково-популярної та навчально-методичної літератури, посібників (зокрема електронних), засобів навчання з актуальних проблем підготовки майбутніх психологів; організацію та проведення науково-практичних конференцій, семінарів, диспутів, тематичних зустрічей та «круглих столів» з різноманітних актуальних проблем.

Висвітлений багаторічний досвід кафедри ПСР свідчить про те, що співпраця зі стейкхолдерами не тільки задовольняє Положенню про акредитацію освітньо-професійних програм, але й дозволяє вирішити головні завдання професійної підготовки майбутніх психологів: поєднати її теоретичну і практичну складові та забезпечити конкурентоспроможність випускників на ринку праці.

Література

1. Наказ Міністерства науки і освіти України «Про затвердження Положення про акредитацію освітніх програм, за якими здійснюється підготовка добувачів вищої освіти» за № 977 від 11.07.2019 р. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://search.ligazakon.ua/l_doc2.nsf/link1/RE33851.html

УДК 159.96

ОСОБЛИВОСТІ ОН-ЛАЙН ВИКЛАДАННЯ ОСВІТНЬОЇ КОМПОНЕНТИ «ОСНОВИ КОНСУЛЬТУВАННЯ»

О. В. Джежик

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології та соціальної роботи,
Національний університет «Одеська політехніка»
м. Одеса, Україна

Відповідно до Стандарту вищої освіти зі спеціальності «Психологія», інтегральною компетентністю є здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у сфері психології, що передбачають застосування основних психологічних теорій, методів та характеризуються комплексністю і невизначеністю умов [1].

Під час розробки навчальної програми дисципліни «Основи консультування» було взято до уваги Стандарт вищої освіти, затверджений наказом Міністерства освіти і науки України № 565 від 24.04.2019 року, Освітньо-професійну програму та навчальний план зі спеціальності 053 «Психологія», розроблені робочою групою забезпечення за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти кафедри психології та соціальної роботи гуманітарного факультету Одеського Національного політехнічного університету [2].

Головною метою розробленого нами навчального курсу: «Основи консультування» є формування у здобувачів вищої освіти високої теоретичної та практичної освіченості, розуміння ними сучасних наукових концепцій, понять та методів психологічного консультування; опанування методиками діагностики кризових

станів, оволодіння основними техніками та технологіями соціально-психологічного консультування.

Основними завданнями вивчення дисципліни вбачаємо у можливості здобувачів:

- сформувати комплексне уявлення про сутність, принципи та цілі психологічного консультування;
- опанувати навичками застосовувати теоретичні знання в практичних ситуаціях;
- сформувати розуміння психологічної сутності індивідуального та групового психологічного консультування;
- оволодіти вміннями критично опрацювати, аналізувати, узагальнювати та прогнозувати соціально-психологічні ситуації клієнта;
- сформувати навички самостійно використовувати сучасні технології та методи психологічного консультування.
- оволодіти вміннями аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації.

Розробляючи програму курсу «Основи консультування», ми орієнтувалися на формування у здобувачів програмних результатів навчання (ПРН), які сприяли б формуванню комбінації загальних (ЗК) та спеціальних (СК) компетентностей.

Вивчення курсу «Основи консультування» дозволить здобувачам отримати наступні основні результати навчання:

- презентувати результати власних досліджень усно / письмово для поінформованої аудиторії, формулювати розгорнутий аналіз та тези досліджень;
- пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання;
- складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, встановлювати ефективність власних дій;
- складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до запиту;
- знати та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога.

Програма орієнтована на особистісний та професійний ріст майбутніх фахівців-психологів.

Навчальна дисципліна «Основи консультування» читається у п'ятому семестрі і є обов'язковою для вивчення. Програма курсу розрахована на 225 годин, в тому числі аудиторних занять – 74, з них лекційних занять – 30 годин, практичних – 30 та лабораторних – 14. На самостійну роботу здобувачів відведено 151 годину. Індивідуальна робота передбачає – 30 годин. Підсумковою формою контролю за вивченням курсу є іспит.

Відповідно до мети та завдань навчальної дисципліни, лекційний курс підкріплюється практичними та лабораторними заняттями, на яких застосовуються тренінгові методи, методи кейсів, рольові ділові ігри, що допоможе обрати найкраще рішення згідно з аналізом ситуації та дозволить навчити здобувачів вмінні встановлювати та підтримувати взаємини з клієнтами на підґрунті взаємної довіри, розуміти специфіку клієнт-центрованої взаємодії.

Самостійна робота є основним засобом засвоєння здобувачем навчального матеріалу в час, вільний від обов'язкових навчальних занять. Самостійна робота повинна виконуватись систематично. В кінці кожної лекції здобувачі одержують контрольні питання за змістом лекційного матеріалу, відповідь на які передбачає осмислення та більш глибоке засвоєння матеріалу.

Система оцінювання рівня навчальних досягнень ґрунтується на принципах ЄКТС та є накопичувальною. Оскільки дисципліна поділяється на два семестрові модулі, здобувачі протягом семестру готуються до лекційних, практичних та лабораторних занять, виконують 2 модульні контрольні роботи та курсову роботу.

Курсова робота є індивідуальним завданням дослідницького характеру, яка має на меті не лише поглиблення, узагальнення та закріплення знань здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни «Основи консультування», а й застосування їх при вирішенні конкретного фахового завдання, вміння опрацьовувати наукові першоджерела, використовувати сучасні інформаційні та технологічні засоби психологічного консультування, напрацьовувати навички проведення емпіричного дослідження, робити висновки та пропозиції. Змістова сутність роботи залежить від об'єкта, предмета, методів та методик дослідження.

Починаючи з березня 2020 року, в умовах карантину «COVID-19» в Національному університеті «Одеська політехніка» запроваджено дистанційне он-лайн навчання з використанням

новітніх форм сучасної освіти. Викладання та навчання здійснюється за допомогою платформи «Google Meet» та «Google Classroom». Сьогодні, в умовах воєнного часу, ми продовжуємо використовувати зазначені платформи.

На наш погляд, найбільшими перевагами «Google Meet» та «Google Classroom» є, перш за все, можливість планування занять заздалегідь, в тому числі надання завдань для самостійного опрацювання та здійснення контролю за їх виконанням, на відміну від інших програм, заняття може тривати безперервно до 300 годин, що дає можливість проводити якісні тренінгові заняття та семінари (вебінари). Ще однією перевагою є можливість одночасного перебування на зустрічі до 150 здобувачів, а також доступність демонстрації матеріалів під час лекційних та практичних занять, оскільки під час зустрічі можна надати доступ до свого екрану, щоб показати презентацію або іншу інформацію на робочому столі.

Саме це на, нашу думку робить «Google Meet» та «Google Classroom» найбільш пристосованими програмами у форматі дистанційного навчання.

Підсумовуючи вище наведене, зазначимо, що опанування майбутніми фахівцями-психологами навчальної дисципліни «Основи консультування» в умовах дистанційного навчання сприятиме підвищенню їх професійної компетентності.

Література

1. Наказ Міністерства освіти і науки України «Про затвердження стандарту вищої освіти за спеціальністю 053 «Психологія» для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти» від 24.04.2019 № 565.

<https://mon.gov.ua/storage/app/media/vishchaosvita/zatverdzeni%20standardy/2021/07/28/053-Psykholohiya-bakalavr.28.07-1.pdf> (дата звернення 10.05.2022).

2. Освітньо-професійна програма зі спеціальності 053 «Психологія» для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, затверджена вченою радою Одеського національного політехнічного університету / Протокол № 1 від 27.08.2020 р. Введена в дію наказом ректора від 28 серпня 2020 р. <https://op.edu.ua/education/programs/bac-053-0> (дата звернення 09.05.2022).

ЧИННИКИ ЧАСУ У ПРОГНОЗУВАННІ ПСИХОСОМАТИЧНОЇ ДЕЗАДАПТАЦІЇ У СИТУАЦІЇ БОЙОВОГО СТРЕСУ

С. М. Бондаревич

доцент, кандидат психологічних наук,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

У цей непростий час, який переживає наша країна, усі люди, які живуть тут і зараз, які живуть у цей тяжкий воєнний час в Україні, так і ті, хто виїхав за межі країни, переживають колосальні навантаження як психологічні, так і фізичні, причому нерідко, з несумісними за життям умовами [1, с. 687-696; 2].

Стрес, а саме ситуація бойового стресу, викликає перенавантаження вегетативних зрушень, які приводять до розвитку психосоматичних розладів за принципом «слабкої ланки», і це є результатом дезадаптації, де вегетативне реагування на стрес настає значно пізніше за психічне. Воно має свою часову характеристику та період часової розгортки [3; 4].

Актуальність дослідження порушень адаптації людини у воєнний час є найбільш актуальними, особливо для осіб, які пережили стрес під час перебування в зоні бойових дій, а саме серед військовослужбовців, а також людей, чия професійна діяльність пов'язана з небезпечними професіями: рятувальники, пожежники та ін..

Мета дослідження: проаналізувати ситуацію бойового стресу, яка викликає значне навантаження вегетативних систем, та сприяє розвитку психофізіологічних порушень; провести аналіз часових параметрів та часової розгортки психосоматичних розладів.

Теоретична і методологічна основа дослідження. Вперше проблемою стреса почав займатись Г. Сельє, який визначав стрес як неспецифічну відповідь організму на будь-яку висунуту йому вимогу, що допомагає йому пристосуватися до негараздів, впоратися з труднощами. Одним з перших дослідників стресу, асоційованого зі службовою діяльністю, та пов'язаних з ним патологічних змін, був Da Costa (1871), який описав скарги

солдатів на задишку, серцебиття, тяжкість або біль у грудях, запаморочення, головний біль та ін. [1, с. 687-696; 2].

Масові потрясіння та війни початку ХХ століття призвели до нових досліджень. Так, Е. Краерелін, описуючи травматичний невроз, зазначив, що після тяжкої психічної травми залишаються постійні скарги, які згодом посилюються через соматичні розлади (Краерелін Е., 1916; Майєрс, 1919) [1, с. 687-696; 5].

Судаков К.В. з співавт. (2000), вказує, що симпатична активація є пусковим і обов'язковим елементом стресу, а вегетативна нервова система перш за все реагує на психологічні зміни при виникненні стресу [2].

Перебудови метаболізму у осіб які пережили стрес, асоційований з бойовими діями чи зі службовою діяльністю, розвивають реакцію соматичної декомпенсації за механізмом «слабкої ланки», коли не витримує навантажень одна з стрес-залежних систем (Цуканов Б.Й., 2000) [3; 4].

Така ситуація стає основою для розвитку психосоматичних захворювань, в якій стрес виконує роль неспецифічного процесу, та пов'язує психологічні стимули з соматичними реакціями за допомогою вегетативної нервової системи. Однак, фізіологічна реакція організму на стрес, а саме, вегетативне реагування завжди запізнюється у часі від дії самого стресора [5].

Досліджують розвиток бойового стресу та процеси адаптації, Е. Дінтер виявив своєрідну закономірність, яка показала, що процес адаптації до бойових дій триває приблизно 15-25 діб, до закінчення яких військовослужбовець досягає піку морально-психологічних можливостей. Після 30-40 діб безперервного перебування у безпосередньому зіткненні з противником, за даними дослідника, настає їхній швидкий спад, пов'язаний із виснаженням духовних і фізичних сил. Виходячи з цього, Е. Дінтер вважає, що перебування воїнів на передовій не повинно перевищувати 40 діб [1, с. 687-696].

Саме Р. А. Габріель довів, що коли після 45 діб безперервного перебування на полі бою військовослужбовець не будуть відправлені в тил, то за своїми психофізіологічними можливостями вони виявляються небоєздатними. Аналогічної точки зору дотримуються американські психіатри Р. Свонк та

У. Маршан [5]. На їхню думку, у 98% військовослужбовців, які безперервно беруть участь у бойових діях протягом 35 діб, виникають ті чи інші психічні розлади.

Висновки. Таким чином, визнаючи таку тимчасову траєкторію динаміки психологічних можливостей людей закономірною, військові керівники повинні регулювати час перебування у зоні бойових дій.

Література

1. Михальський А.В., Царьов Ю.О. Посттравматичний стресовий розлад: історичний огляд. / *Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології"*, 2011. № 12. С.687-696. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2011-12.%p>

2. Приходько, І. І. Засади психологічної безпеки персоналу екстремальних видів діяльності [Текст] : монографія / І.І. Приходько. Х. : Акад. ВВ МВС України, 2013. 745с.

3. Цуканов Б.И. Время в психике человека: Монография. Одесса : Астропринт, 2000. 220 с.

4. Бондаревич С.М. Проблема часу і темпераменту при соматичних порушеннях: *монографія*. / Одеса : Видавець СВД М.П. Черкасов. 2009. 353 с.

5. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Основи психологічних знань про психічні розлади для військового психолога. Методичний посібник. К. : НДЦ ГП ЗСУ, 2018. 310 с.

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТА ВЗАЄМОВПЛИВ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ МОТИВАЦІЙНИХ УТВОРЕНЬ ОСОБИСТОСТІ ТА РІВНЕМ УСПІШНОСТІ

Тетяна Дворяккіна, студентка 4 курсу денного відділення,
С. М. Бондаревич, к. психол. н., доц., доцент кафедри практичної психології ОНМУ

Проблема мотивації – одна із ключових проблем психології. Фактично жодна із психологічних теорій не може обійти питання спонуки до активності, тобто мотивів. А мотивація навчальної діяльності посідає на особливому місці у структурі мотивації [1].

Актуальність проблеми пов'язана з тим, що завданням ВНЗ є випустити спеціаліста, який виявляє вміння швидко і легко

досягати мети будь-якого рівня складності, вирішувати нестандартні творчі завдання.

Теоретична і методологічна основа дослідження. Традиційно у вітчизняній науці розвиток мотивації професійної діяльності досліджувався в контексті навчальної мотивації або професійної самореалізації, професійного самовизначення, при цьому об'єктами вивчення виступали мотиваційна сфера особистості і її динаміка (Л. І. Божович, В. М. Дружинін, В. І. Ковальов та ін.), навчальні та професійні мотиви (Н. В. Комусова, Н. Пейсахов, М. Г. Рогов та ін.), ціннісні орієнтації (Б. Г. Ананьєв, М. Рокіч, В. А. Ядов та ін.), професійна спрямованість (А. І. Гебос, Е. М. Іванова, В. Т. Лісовський, А. Ю. Панасюк та ін.), готовність студентів до професійної діяльності (О. В. Айгістова, Е. Н. Ільїна та ін.). Всі ці дослідження служать методологічним обґрунтуванням вивчення проблеми розвитку мотивації професійної діяльності випускників вищих навчальних закладів, методів і засобів професійного становлення і розвитку фахівця [1; 2]. Основною науковою розробкою вітчизняних психологів у галузі проблем мотивації є теорія діяльнісного походження мотиваційної сфери людини, створена О. М. Леонтьєвим [3].

У поведінці людини є дві функціонально взаємопов'язані сторони: спонукальна і регуляційна. Спонукування забезпечує активізацію і спрямованість поведінки, а регуляція відповідає за те, як вона складається від початку і до кінця в конкретній ситуації. Мотивація – спонукальна основа психічного життя, сукупність причин психологічного характеру, визначальність активності поведінки людини.

Таким чином, мотивацію до навчальної діяльності складає сукупність мотивів. Те, які саме мотиви функціонують у процесі вчення і які їх виявляються домінуючими, які зовнішніми, залежить від багатьох причин: насамперед, від характеру індивідуально-особистісних особливостей.

Мета дослідження: вивчити роль та взаємозв'язок впливу мотиваційної сфери студентів із мотивами вибору професії.

Методи дослідження: Для вирішення поставлених завдань в роботі були використані теоретичні, емпіричні методи, а також методи кількісної обробки даних. В якості статистичних методів дослідження були обрані методики для діагностики мотивів та мотивації «Мотиви вибору професії» (Р.В. Овчарова), методика «Мотивація навчання у ВНЗ» (Т.М. Ільїна).

База проведення емпіричного дослідження. За результатами проведеного тестування було відібрано 20 респондентів віком 16-18 років. Це студенти 1 курсу, юнаки та дівчата.

За результатами дослідження за методикою «Мотиви вибору професії» (Р.В. Овчарова), ми отримали наступні данні.

Для 70% студентів переважаючими є внутрішні індивідуально значущі мотиви, для 30% – внутрішні соціально значущі мотиви, для 75% – зовнішні позитивні мотиви, для 25% – зовнішні негативні мотиви

У процесі аналізу проведеного емпіричного дослідження мотиваційних ціннісних орієнтацій студентів за методикою Т.І. Ільїної «Вивчення мотивації навчання у ВНЗ», ми отримали наступні данні.

У студентів найбільш вираженою виявлено шкалу «Набуття знань» (60%), менш вираженими стали шкали «Отримання диплому» (20%) і «Оволодіння професією» (20%).

Проаналізувавши результати дослідження виявлено, що за методикою «Мотивація навчання у ВНЗ» (Т.М. Ільїна), більшість студентів (60%) прагнуть набути нові знання за професією, за методикою «Мотиви вибору професії» (Р.В. Овчарова), у 70% переважають внутрішні індивідуально-значущі мотиви та у 75% студентів переважають зовнішні позитивні мотиви. Це все свідчить про адекватний вибір студентом професії і задоволеність нею.

До внутрішніх індивідуально значимих мотивів можна віднести відповідність професії до своїх здібностей, фізичного та розумового розвитку; можливість спілкування, вияву своїх творчих здібностей; значимість обраної професії самої людини; задоволення, принесене роботою. Для студентів, у яких переважають внутрішні соціально-значущі мотиви є важливою можливістю принести своєю працею користь суспільству, досягти добрих результатів.

Висновки. Таким чином, проведена робота підтвердила актуальність теми дослідження, відкрило перспективи подальшого вивчення питання ролі взаємовпливу та взаємозв'язку психологічних особливостей мотиваційної сфери студентів дозволяє створити нові ефективні підходи до психокорекційної та профілактичної роботи.

Література

1. Тихомиров. О. К. Психологія : підручник. / за ред. О. В. Гордєєва. Київ : Вища освіта, 2006. 538 с.
2. Алтуніна І. Р. Мотиви та мотивація соціальної поведінки : Навчальний посібник, Київ : 2006. 143 с.
3. Бакшаєва Н. А., Вербицький А. А. Психологія мотивації студентів: Навчальний посібник. Київ : Логос, 2006. 184 с.

ВНУШЕНИЕТО В ПРОЦЕСА НА ПЕДАГОГИЧЕСКОТО ОБЩУВАНЕ

З. К. Георгиева

главен асистент доктор,

Великотърновски университет „Св. св. Кирил и Методий“
гр. Велико Търново, България

Периодът на възстановяване и връщане на учениците в реална учебна среда постави пред учителите редица предизвикателства, свързани с познавателните интереси на учениците. Това наложи учителите отново да им въздействат чрез най-популярните механизми за психично въздействие, а именно психично заразяване, внушение, убеждение и подражание. Необходимо е голямо педагогическо майсторство, за да може умело да се приложи внушението в обучението.

Внушението е процес на едностранно активно и персонифицирано въздействие на един индивид върху друг или върху група от хора. То е форма на психично отражение, при което по пътя на неосъзнаваната активност се създава специална установка към разгъване на функционалните резерви на човешката психика [3]. При него с по-малък разход на психична енергия се решават повече задачи. По-важните особености на внушението са следните: 1) Директност на въздействието на даден източник на информация върху човешкото поведение; 2) Съкратен път на въздействие, бързина, точност, икономичност; 3) Липса на критично и логично осмисляне на приетата информация [2]. Характерно за внушението, в сравнение с другите механизми на въздействие, е заниженото критично отношение към постъпващата информация, тъй като личността се предоверява на своя партньор.

Внушението в процеса на педагогическото общуване се проявява в най-различни видове и форми. За В. Семиченко те са: 1. В зависимост от източниците на внушаващото въздействие. 2. От състоянието на сугеренда. 3. В зависимост от наличието или отсъствието у сугестора на цели на въздействието и осъзнаването на използваните усилия за тяхното постигане. 4. В зависимост от резултатите на въздействията. 5. В зависимост от своето съдържание [4]. В обучението от особена важност са следните два начина за внушаване: подражателна и словесна сугестия. Способността за подражание се среща при всички хора и благодарение на нея се постига социална интеграция.

При правилното използване на педагогическото въздействие, учителят се базира на пълното доверие на слушателя, при което думите му с абсолютна точност предизвикват желаните образи и представи и съзнателно стимулират активността на учениците. По този начин учителят прилага индивидуален подход на въздействие върху поведението и психиката на ученика. Но за постигане на този ефект на внушението влияят редица фактори. Един от тези фактори е възрастта. Малкото дете възприема безкритично думите на възрастните като абсолютна истина. Доверието на учениците от началната училищна възраст (пик- 10 години) към учителя е безгранично, това дава възможност да им се въздейства чрез внушението във всички сфери на обучението и възпитанието. Но внушаемостта на учениците е обратно пропорционална на възрастта им, защото въздействащата сила на внушението се предопределя от натрупваните знания, критичност и самоконтрол. Пренебрегването на този факт от страна на учителя може да намали внушаемостта като използван метод в учебно-възпитателната дейност.

Речевата и неречевата активност, настроението на учителя могат на подсъзнателно равнище да предизвикат у учениците радост или страх, бодрост или апатия, интерес или скука, доверие или подозрителност. Нужно е да се отбележи, че начинът на произнасяне на думите, тяхното емоционално въздействие, интонацията и съпътстващата я пантомимика влияят за силата на внушението. Според Л. Георгиев [1] сред психологическите методи на педагогическата дейност съществено значение имат внушаващите действия и отношения. За такива той определя: речевия подтекст, неречевата изразителност, самовзискателността и опосредстваността.

Ефективността от внушаемостта зависи от участващия в него субект, от неговите способности за промяна на поведението, нагласи, ценностна ориентация и пр., от увереността, че действа на базата на самостоятелно взето решение. Интересен е и фактът, че колкото личността е по-силно внушаема, толкова възможностите ѝ за самовнушение са по-малки. Ефективността на внушението зависи и от особеностите на учителя. Факторът, който гарантира силата на неговото въздействие, е увереността в това, което говори и върши. Безспорно по-голяма внушаваща сила имат думите на авторитетния учител, който ги произнася спокойно, уверено, с ясна дикция. Този, който говори неясно, забързано или накъсано, с неестествено големи паузи, не би могъл да задържи вниманието. Учителят не бива да бъде и прекалено настойчив в стремежа си да въздейства чрез внушение, защото липсата на граница би предизвикала противоположна за него реакция от страна на учениците. Не бива да се пропуска силата на невербалните въздействия, важни са "езикът на тялото", "езикът на времето", "езикът на мястото", "езикът на вещите" и т.н. Важно за учителя е да знае, че внушението се постига, ако то е в унисон с потребностите, преживяванията и мотивите на учениците, към които е насочено и ако съдържанието му не противоречи на конкретните обстоятелства на ситуацията, в която то се извършва. Внушението няма да отстрани вътрешните конфликти, неблагоприятията в ученето или страховите реакции у ученика, но то е полезно за корекция на някои черти в характера, от които зависят успехите в обучението, спомагайки за създаване на по-голяма увереност в себе си.

Литература

1. Георгиев, Л., Психологически методи на педагогическата дейност. Сп. Педагогика, 2004, №2.– 14-16 с.
2. Десев, Л., Педагогическа психология. София, 1996 – 174 с.
3. Лозанов Г., Сугестология. София, 1971 – 259 с.
4. Семиченко, В. А, Внушение как способ педагогического воздействия. В сб.: Основы педагогического мастерства (Под ред И. А. Зязюна). М., 1989 –181-186 с.

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТА ВЗАЄМОВПЛИВ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ У ФОРМУВАННІ ЗАЛЕЖНОСТЕЙ.

Катерина Єрмоєнко, студентка 4 курсу денного відділення,
С. М. Бондаревич, к. психол. н., доц., доцент кафедри практичної психології ОНМУ

Вплив емоційно-вольових процесів у житті людини грає одну з найважливіших ролей у її взаємодії з навколишнім світом. Кожний по-різному реагує на той або інший феномен з яким стикається, по-різному його переживає [1].

Актуальність проблеми пов'язана з тим, що процеси збудження та гальмування генерують той чи інший план дій для кожної конкретної особи, але не кожний в змозі впоратись з тим чи іншим стресогенним фактором самотужки – інколи результатом таких впливів та реагування стає залежність, або, по-іншому, залежна поведінка.

Емоції та почуття йдуть пліч о пліч з зовнішніми факторами, серед яких перебуває людина. Собою вони відображають реакцію на дійсність у вигляді переживань. Переживання ці носять різноманітний характер та викликають в організмі різні психофізіологічні реакції – викид гормонів, наприклад. Нервова система, уникаючи стресорів перемикає увагу організму на фактори, що провокують викид гормонів «винагороди» [2].

Аддиктивна поведінка – це один з видів девіантної поведінки, що представляє собою жагу до повторення одного й того ж явища або пристрасті до психоактивних речовин. Найчастіше за все аддиктивна поведінка зустрічається серед підлітків та юнаків. Багато серед молоді тих хто палить, вживає психотропні препарати, п'є алкоголь або сидить допізна за комп'ютером.

Дослідженнями емоційно-вольової сфери займалися такі вітчизняні та зарубіжні вчені як В. Бурова, А. Голдберг, К. Янг, З. Фрейд, а сфери формування аддикції В.Менділевич, Н.Дмитрієва, С.Смагіна [3].

Залежності формуються на глибинному рівні, тому їх профілактика включає в себе декілька етапів, до яких входять робота з оточенням, з відношенням до самої аддикції, з фізіологічним станом людини іт.д.

Таким чином, аналіз теоретичних основ та ключових понять теми дослідження з метою вивчити роль взаємовпливу та взаємозв'язку емоційно-вольової сфери з феноменом формування аддиктивної поведінки є дуже актуальним.

Мета дослідження: дослідити вплив емоційного стану на формування залежної поведінки, шляхом проведення емпіричного дослідження.

Методи дослідження: Для вирішення поставлених завдань в роботі були використані теоретичні, емпіричні методи, а також методи кількісної обробки даних. В якості статистичних методів дослідження були обрані психодіагностичні методики: методика «Схильність до залежної поведінки» В. Д. Менделевича; методика «Шкала дифференційних емоцій» Ізарда Керолла.

База проведення емпіричного дослідження. За результатами проведеного тестування було відібрано 40 респондентів віком від 18-23 роки – це юнаки та молоді люди, які були опитані за двома методиками за одну сесію кожен. Таким чином фіксувався емоційний стан та загальна схильність до аддикції.

Аналізуючи отримані дані можна сказати що рівень залежності загалом на всю вибірку вийшов середній, але при цьому спостерігається збереження високого показнику за шкалами емоційних індексів (один або два).

З цього можна зробити припущення про зв'язок емоційності респондентів, їх гормональні процеси в організмі з формуванням аддикції на середньому або високому рівнях. Докладніше розглядаючи отримані результати також можна припустити пов'язаність формування конкретної залежності з переживанням конкретного набору виражених почуттів та емоцій, а також з конкретними ситуаціями та гормональним фоном.

Проведене дослідження виявило зв'язок емоційно-вольової сфери та формування аддикції. І те і інше зумовлено не тільки впливом одне на одне, але й зовнішніми факторами які провокують проявлення тої чи іншої емоції або почуття, запускаючи в організмі гуморальні процеси регуляції та адаптації до ситуацій, пристосування до них та спонукаючи шукати шляхи послаблення напруги на нервову систему. Одним з варіантів такого шляху і є аддиктивна поведінка.

Висновки. За даними проведеного емпіричного дослідження та методом накладання графіків один на одний можна побачити

результати, за якими загальний рівень схильності до аддикції знаходиться у діапазоні підвищеного ризику, але не високого, а серед індексів емоційного стану один або два знаходяться у діапазоні сильних переживань. З цього можна зробити висновок про взаємозв'язок емоційного стану зі схильністю формування аддикції, та не виключати волевий фактор, сформований особистістю, як вирішальний у формуванні залежної поведінки.

Література

1. Загальна психологія: Підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. К. : Либідь, 2005. 464 с.

2. Основи загальної та медичної психології / за ред. І. С. Вітенка, О. С. Чабана. Тернопіль : Укрмедкнига, 2003. 344 с.

3. Гарасимів Т. З. Девіантна поведінка особистості: філософсько-правовий вимір: монографія / Львівський держ. ун-т внутрішніх справ. Л. : [б.в.], 2009. 524 с.

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТА ВЗАЄМОВПЛИВ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ НА РІВЕНЬ ДОМАГАНЬ У ФОРМУВАННІ Я-КОНЦЕПЦІЇ ТА САМОСВІДОМОСТІ.

Ганна Зарічна, студентка 4 курсу денного відділення,
С. М. Бондаревич, к. психол. н., доц., доцент кафедри практичної психології ОНМУ

Я-концепція – продукт самосвідомості людини, сукупність усіх уявлень індивіда про себе, важливий чинник детермінації поведінки. В науковій літературі, незважаючи на підвищену увагу дослідників, передусім філософів, психологів, соціологів і педагогів до пізнання природи цього складного внутрішнього утворення, знову постала проблема вдосконалення психологічної теорії Я-концепції на тлі низки самобутніх наукових підходів (концептуальних схем) до обґрунтування змісту, структури цієї універсально-унікальної реальності психічного світу людини [1].

Актуальність проблеми пов'язана з тим, що інтегральне значення Я-концепції полягає в забезпеченні гармонії психічного

світу людини, збалансованого становлення її особистості – індивідуальності.

Теоретична і методологічна основа дослідження. Важлива функція Я-концепції – забезпечення внутрішньої узгодженості людини себе із собою, відносної сталості її поведінки, незважаючи на безперервний тиск проблемного світу. Розвиток особистості в усіх її окультурених формах (спілкування, поведінка, діяльність, вчинки) перебуває під визначальним ситуативним впливом Я-концепції. Водночас і вона, структуруючись, інтегруючись та ускладнюючись з віком, формується під дією життя кожної людини, найперше у системі дитячо - батьківських взаємостосунків. Із словами "Я сам" чи "Я сама" Я-концепція набуває активної ролі, впливаючи на інтерпретацію ними соціального і власного пізнавального досвіду, на цілі і завдання, які вони ставлять перед собою, на відповідну систему очікувань, прогнозів майбутнього, оцінку своїх досягнень, а відтак на повно функціональне само-становлення та самоутвердження [2-3]. Я- концепція – це динамічна система уявлень людини про саму себе.

Таким чином, це підтверджують окремі теоретичні підходи, постулюючи, що людина йде дорогою досягнення максимальної внутрішньої злагоди і досягнення.

Мета дослідження: : вивчення закономірностей взаємовпливу та взаємозв'язку між психологічними особливостями самооцінки особистості, її Я-концепції, а також самосвідомості особистості у ставлення людини до себе.

Методи дослідження. В результаті аналізу літератури за темою «Взаємозв'язок та взаємовплив психологічних особливостей особистості на рівень домагань у формуванні Я-концепції та самосвідомості», була підібрана методика «Дослідження самооцінки за Дембо-Рубінштейн», «Тест на самооцінку особистості: Я реальне, Я ідеальне.

Методика Будассі дослідження Я-концепції», з метою експериментально дослідити особливості «Я-концепції» студентської молоді: локус контролю та самооцінки.

База проведення емпіричного дослідження. За результатами проведеного тестування було відібрано 20 студентів четвертого курсу. Вік більшості студентів – 20 років.

За отриманими даними «Методика діагностика самооцінки Дембо-Рубінштейн», ми отримали наступні данні, у студентів найбільше виражена висока самооцінка (90%), у 60% студентів

середня самооцінка, та у 50% студентів низька самооцінка.

Методика Будасі дослідження Я-концепції, ми отримали наступні данні: у студентів найбільш виражена висока адекватна самооцінка (80%), у 50% студентів середня адекватна самооцінка, у 60% студентів низька адекватна, та у 10% студентів низька неадекватна самооцінка.

Висновки. Таким чином, Я-концепція виникає в людини у процесі розгортання соціальної взаємодії як винятковий результат її культурного розвитку, відносно стійке і водночас піддатливе внутрішнім коливанням і змінам психічне утворення. Вона справляє значимий вплив на перебіг життя людини від дитинства до глибокої старості, зумовлюючи той чи інший вибір життєвого шляху та її власної долі загалом.

Для кожного з нас важлива успішність – на роботі, у суспільстві, у сім'ї.

Реалізувати себе як особистість – завдання не з легких. У когось це виходить легко і невимушено, а хтось страждає від своїх комплексів, не знаючи як підвищити самооцінку.

Відтак первинна залежність Я-концепції від зовнішніх умов та обставин суспільного життя не підлягає сумніву, хоча зрозуміло, що з віком вона відіграє все більш самостійну роль у житті людини.

Література

1. Алексєєва В. А. Розвиток самосвідомості на рубежі підліткового та юнацького віку. Київ. 2005. 19 с.
2. Дмитрова Т. В. Образ "Я" як регулятор міжособистісних стосунків у ранній юності. К., 2005. 187с.
3. Кузьміна З. В. Дослідження особливостей самооцінки особистості в умовах успіху та невдачі: автореф. дис. кандидата психологічних наук:. Харків., 2006. 17с.

ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ДО ШКОЛИ ЯК ФАКТОР ВИБОРУ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НАВЧАННЯ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

К. О. Новокрещенова

студентка 3 скороченого курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет

Ю. В. Чумасва

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. На сучасному етапі розвитку педагогічної та психологічної думки у нашій країні однією з найбільш актуальних являється проблема готовності дітей до шкільного навчання. Бути готовим до школи – не означає вміти читати, писати та рахувати. Бути готовим до школи означає бути готовим до всього цього навчитися (Венгер Л. А.).

Психологічна готовність до навчання у школі зовсім не полягає в умінні читати та писати. Дітьми до школи цифри та літери сприймаються як чергова частинка навколишнього світу, і вони швидко втрачають інтерес до них. Надмірний обсяг інформації не розвиває взагалі нікого. Проблема психологічної готовності до школи останнім часом стала дуже популярною серед дослідників різних спеціальностей. Психологи, педагоги, фізіологи вивчають і обґрунтовують критерії готовності до шкільного навчання, сперечаються про вік, з якого найдоцільніше починати навчання дітей в школі. Бурхливий інтерес до вказаної проблеми виник в нашій країні в результаті переходу на навчання з шести років, що привело до масових фізіологічних, педагогічних, психологічних проблем, що виникли при навчанні шестирічок.

Мета дослідження. Виявити та визначити особливості психологічної готовності дитини до школи.

Викладення основного матеріалу. Шкільно-значущі психологічні функції, розвитку яких слід приділити увагу:

- розвиток логічного мислення (здатність знаходити подібності та відмінності різних предметів при порівнянні, уміння правильно об'єднувати предмети в групи за загальними суттєвими ознаками);
- розвиток довільної уваги (здатність утримувати увагу на роботі протягом 15-20 хвилин);
- розвиток довільної пам'яті (здатність до опосередкованого запам'ятовування: пов'язувати матеріал, що запам'ятовується, з конкретним символом/слово - картинка або слово-ситуація).

Психологічна готовність це насамперед:

- тверде бажання вчитися, отримувати знання;
- розуміння важливості та необхідності вчення;
- прояв вираженого інтересу до отримання нових знань;
- це вміння слухати вчителя та виконувати його завдання (не завжди цікаві);
- це певний рівень розвитку мислення, пам'яті, уваги.

Актуальним напрямом досліджень є наукове забезпечення особистісно-орієнтованої моделі дошкільної освіти. Визнання особистості дитини головною цінністю вимагає розробки шляхів реалізації цієї ідеї у педагогічному процесі. Як визначено у коментарі до базового компонента дошкільної освіти в Україні, головним завданням особистісно-орієнтованої моделі дошкільної освіти є розвиток у дитини здатності до самовизначення у життєвому просторі відповідно до вікових можливостей, ціннісного ставлення до природи, рукотворного світу, людей і самої себе. Підготовка дітей до школи – завдання комплексне, що охоплює всі сфери життя дитини. Психологічна готовність до школи – тільки один із аспектів цього завдання, тобто це дослідження лише розвитку психічних процесів у дитини старшого дошкільного віку. Готовність до школи в сучасних умовах розглядається передусім як готовність до шкільного навчання або навчальної діяльності. Цей підхід обґрунтований поглядом на проблему з боку періодизації психічного розвитку дитини і зміни провідних видів діяльності. Успішне вирішення завдань розвитку особистості дитини, підвищення ефективності навчання, сприятливе професійне становлення багато в чому визначаються тим, наскільки правильно враховується рівень підготовленості дітей до шкільного навчання. Відомі дослідники Г.С. Костюк, О.В. Запорожець наголошували, що розвиток дитини має певну послідовність і логіку . Його не варто штучно прискорювати,

форсувати, але дуже важливо у кожний період забезпечувати такі умови, у яких найповніше розвивалися б саме ті психологічні здібності, якості, процеси, які є характерними для даного віку.

Висновки. Незважаючи на відмінність підходів, у всіх дослідженнях визнається факт - ефективним шкільне навчання буде тільки в тому випадку, якщо першокласник має необхідні та достатні для початкового етапу навчання якості, які потім у навчальному процесі розвиваються та вдосконалюються. Вступ до школи знаменує початок якісно нового етапу в житті дитини: змінює його ставлення до дорослих, однолітків, себе і своєї діяльності. Школа визначає перехід до нового способу життя, становищу у суспільстві, умов діяльності та спілкування. Дослідження компонентів готовності в літературі свідчить про потенційну можливість виникнення специфічних нормативних труднощів у разі недостатньої уваги та формування всіх чи якоїсь частини її структурних характеристик, що впливають на вибір інноваційних технологій навчання.

Література

1. Кравцова Є.Є. Психологічні проблеми готовності дітей до навчання в школі // Є.Є. Кравцова, – Токмак: ФЕНІКС, 1993.
2. Покроєва Л.О. Проблема підготовки до навчання шестилітніх першокласників // Л.О. Покроєва, Київ: Початкова школа. – 2000.

ВЗАЄМВПЛИВ ТА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ГЕНДЕРУ НА ОСОБИСТІСНІ ВІДНОСИНИ У СІМ'Ї

Вірджінія Ціпле, студентка 4 курсу денного відділення,
С. М. Бондаревич, к. психол. н., доц., доцент кафедри практичної психології ОНМУ

У психології термін «особистісна тривожність» використовується у якості стійкої характеристики особистості, як її властивість, що відображає потенційну схильність розцінювати різні ситуації як погрозливі; для визначення здатності індивіда відчувати стан тривоги. Постійні переживання тривоги фіксуються та стають особистісною якістю – тривожністю. Наявність тривожності як

стійкого утворення – свідчення порушень в особистісному розвитку. Особистісна тривожність зумовлюється соціальними, психологічними та психофізіологічними чинниками [1-3].

Актуальність проблеми пов'язана з тим, що психологічні особливості особистісної тривожності в ранньому юнацькому віці виникає і закріплюється як стійке особистісне утворення на основі головної потреби в цей період, в задовольняючому, стійкому відношенні до себе.

Теоретична і методологічна основа дослідження. Проблема тривоги була вперше поставлена та спеціально розглянута в працях З. Фрейда [2; 3]. Через 30 років він переосмислив свою теорію і прийшов до наступного висновку: тривога є функцією Его і призначення її полягає в тому, щоб попереджувати особистість про наближення загрози, з якою треба зустрітися або оминати. Оскільки загроза, що викликає тривогу, спрямована на цінності, життєво важливі для безпеки особистості, а не на щось вторинне, деякі автори, наприклад Фрейд і Салліван, описують тривогу як «космічне переживання». Тривога дає можливість особистості реагувати на загрозову ситуацію адаптивним способом [2].

Таким чином: почуття небезпеки під час переживання тривоги необов'язково має бути інтенсивнішим, ніж почуття страху. Але почуття тривоги охоплює людину більш глибокому рівні. Це загроза самій «серцевині» чи «сутності» моєї особистості.

Мета дослідження: визначити роль психологічних особливостей взаємовпливу та взаємозв'язку сімейних відносин на високий рівень тривожності у юнаків у взаємозв'язку з гендерними особливостями особистості.

Методи дослідження: Для вирішення поставлених завдань в роботі були використані теоретичні, емпіричні методи, а також методи кількісної обробки даних. В якості статистичних методів дослідження були обрані методики для діагностики тривоги (Шкала Бека), опитувальник (Сімейної тривоги) як впливає сім'я на тривожність респондента.

База проведення емпіричного дослідження. За результатами проведеного тестування було відібрано 10 респондентів віком від 18-23 роки – це юнаки та молоді люди, які розподіленні на дві групи за допомогою анкетування групи по 5 досліджуваних. Перша група «А» - чоловіча стать, друга група «Б» жіноча стать.

За результатами дослідження ми отримали наступні данні.

Показано, що сім'я, а саме те що відбувається в сім'ї (конфлікти, агресія, самотність і інше) дуже впливає на особистість. Саме сім'я – це одне з важливих факторів які впливають не лише на тривогу, а ще на більше проблем з здоров'ям і з тим що оточує людину.

Виявлено, що у жінок тривожність має 31%, а у чоловіків 14,3%. Тобто різниця у 16,7%. Жінки в моєму дослідженні більш емоційніші, та швидше панікують і проявляють тривожність у житті ніж чоловіки. Так у моїх респондентів від 18 – 23 років переважає жіноча стать.

Висновки. В цій роботі досліджується взаємовплив та взаємозв'язок психологічних особливостей гендеру та тривоги на особистісні відносини у сім'ї.

Таким чином, проблема високого рівня тривожності в юнацькому віці, як показника емоційного неблагополуччя, накладає свій відбиток не тільки на стан психічного та фізичного здоров'я та розвитку особистості, але й на успішність навчальної діяльності та процес її самоактуалізації.

Література

1. Леонтьєв, О.М. Діяльність, свідомість, особистість: [Текст] /О.М.Леонтьєв. М., 2005.
2. Психологія підлітка: Підручник. / За редакцією А.А. Реан: Прайм-Єврознак, 2003. 480 с.
3. Козлов В. В., Шухова Н. А. Гендерна психологія. Підручник для вишів, 2010. 288 с.

ВЗАЄМОВПЛИВ ТА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РІВНЯ ОСВІТИ ОСОБИСТОСТІ ВІД РІВНЯ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО РОЗВИТКУ ТА ЗАГАЛЬНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ІНДИВІДА

Ірина Шеремет, студентка 4 курсу денного відділення,
С. М. Бондаревич, к. психол. н., доц., доцент кафедри практичної
психології ОНМУ

Проблема оцінки рівня розумового розвитку і загальних розумових здібностей традиційно займає центральне місце серед проблем психології та психодіагностики.

З кінця ХІХ століття задля оцінки розумового розвитку людини використовують стандартизовані психологічні тести, засновані на обчисленні коефіцієнта інтелектуальності (ІQ). Для психологів він є привабливим і зручним тим, що дозволяє кількісно визначити і зобразити рівень інтелектуальних здібностей, як загально, так і по окремим його складовим, які виділяють різні розробники тестів [1; 3].

Актуальність теми полягає в тому, що проблема загальних розумових здібностей і способів їх діагностики є однією з базових проблем психології. Вивчення інтелектуального розвитку сприяє глибшому розкриттю основних закономірностей психічного розвитку індивіда, розуміння природи індивідуальних відмінностей в прояві загальних здібностей.

Теоретичну і методологічну основу дослідження склали праці з питань інтелектуального розвитку особистості, які базуються на роботах багатьох вітчизняних та зарубіжних дослідників, таких як: О.М. Леонтьєв, Н.С. Лейтес, К.М. Гуревич, Б.М.Теплов, І.В. Макарова, Р.С. Немов, О. М. Камінська, В.Н. Дружинін, М.О. Холодна Г.Ю. Айзенк, А. Біне, Ф. Гальтон, Г. Гарднер, Р. Кеттел, Ж. Піаже, Ч. Спірмен, Р. Стернберг, Л. Терстоун, Р. Торндайк, Р. Фрімен, В. Штерн та ін. [2-3].

Таким чином, практичні рекомендації, щодо організації навчання та забезпечення сприятливих умов для інтелектуального розвитку людей юнацького і дорослого віку є актуальними.

Мета дослідження: визначити роль взаємовпливу та взаємозв'язку психологічних особливостей формування розумового розвитку з рівнем освіти особистості.

Методи дослідження: Для вивчення закономірності взаємовпливу та взаємозв'язку між освітою та рівнем розумового розвитку особистості були використані: методика «Прогресивні матриці Дж. Равена» (для дослідження рівня розвитку невербального інтелекту) та методика КОТ – короткий орієнтовний тест Бузина-Вандерліка (для дослідження рівня розвитку загальних розумових здібностей).

База проведення емпіричного дослідження. В дослідженні приймали участь 21 особа віком від 16 до 21 років. Піддослідних було поділено на 3 групи по 7 осіб в залежності від рівня освіти.

На підставі отриманих результатів тестування, можна дійти висновку про те, що рівень розумового розвитку вербального та невербального інтелекту, а також такі параметри інтелекту: здатність до узагальнення та аналізу, гнучкість мислення, швидкість та точність сприйняття матеріалу, грамотність та вибір оптимальної стратегії взаємопов'язані з освітою і залежать від неї.

Також дослідження показало, що переважним є середній та добрий (вище середнього) рівні розумового розвитку. Респонденти вміють знаходити аналогії між двома парами фігур та доповнювати відсутні частини цілого. Вони володіють логічним мисленням за принципом перестановки фігур як у горизонтальному, так і у вертикальному напрямку, вміють розкласти та розділяти цілу фігуру на частини.

У респондентів із вищою освітою краще розвинені здатність до узагальнення і аналізу матеріалу, гнучкість мислення як компонент загальних здібностей. Досліджувані особистості мають досить розвинену аналітично-мисленнєву діяльність. Ці показники більш розвинені в піддослідних з вищою освітою.

Висновки. Таким чином, можна дійти висновку, що рівень освіти впливає на інтелектуальний розвиток особистості. В такому разі психокорекційні заходи системи освіти як процесу формування та розвитку інтелекту набувають важливого значення. Включення юнаків і дорослих до планування навчального процесу оптимізує потенціал розумових здібностей і призупиняє інволюційні вікові процеси в психіці людини.

Протягом різних вікових етапів дорослості ставлення особистості до навчального процесу і його цінності змінюється. Це насамперед залежить від потреб пізнавальної сфери особистості та основного виду її діяльності. Саме тому створення та розвиток системи безперервної освіти з особливими умовами навчання для

юнаків та осіб дорослого віку є важливим фактором впливу на професійний та розумовий розвиток як окремої особистості так і суспільства в цілому.

Література

1. Загальна психологія : підручник / за заг. ред. С.Д. Максименка. Вінниця : Нова Книга, 2014. 704 с.
2. Варій М.Й. Загальна психологія : підручник. Київ : Центр учбової літератури, 2019. 1007 с.
3. Психологічні технології ефективного функціонування та розвитку особистості : монографія / за ред. С.Д. Максименка, С.Б. Кузікової, В.Л. Зливкова. Суми, 2019. 540 с.

УДК 159

РОЛЬ СТРЕСУ ЯК ФАКТОР ФОРМУВАННЯ ПСИХОСОМАТИЧНОЇ ДЕЗАДАПТАЦІЇ У ВІЙСКОВИХ

Анастасія Тупік, студентка 2 курсу денного відділення,
С. М. Бондаревич, к. психол. н., доц., доцент кафедри
практичної психології ОНМУ

Стрес відносять до факторів, що викликають різні порушення діяльності організму людини, які реалізуються розвитком цілого ряду розладів.

Серед таких порушень, викликаних стресом, вчені все частіше відзначають розлад адаптації, а саме психосоматичні порушення, що властиві особам, які пов'язані з небезпечними професіями.

Психосоматичні порушення, внаслідок дезадаптації, пов'язані з професійною діяльністю, та виникли під дією «виробничих» шкідливостей, які отримали особливу назву - «організаційний стрес» (Ліогу М., 1992, Денисов Е.І., 2010).

Актуальність. Дослідження порушень адаптації є найбільш актуальними серед військовослужбовців, а особливо для осіб які пережили стрес, асоційований зі службовою діяльністю.

За даними вчених, під стресом, асоційованим зі службовою діяльністю, називають багаторівневий процес адаптації людини в умовах небезпечних для її життя і здоров'я, багатьох травматичних обставин, пов'язаних з трудовою або службовою діяльністю, які призводять до напруження реактивних механізмів саморегуляції, та супроводжуються закріпленням психофізіологічних змін по типу умовних рефлексів.

Результатом цього процесу є розвиток специфічних пристосувальних реакцій.

Автори виділяють термінову адаптацію осіб небезпечних професій до «бойової» обстановці - це пристосування до нових, незвичних «бойових» стимулів, і довготривалу адаптацію, тому вона приводить до значних змін, які дозволяють виживати в екстремальних умовах тривалий час.

Адаптаційний процес - це загальна, генералізована стадійна реакція організму, та розвивається у відповідь на дію надзвичайного фактора зовнішнього або внутрішнього середовища.

За даними дослідників (Судаков К.В. з співавт., 2000), вважають, що симпатична активація є пусковим і обов'язковим елементом стресу, а вегетативна нервова система перш за все реагує на психологічні зміни при виникненні стресу.

Перебудови метаболізму у осіб які пережили стрес, асоційований зі службовою діяльністю, розвивають реакцію соматичної декомпенсації за механізмом «слабкої ланки», а саме, коли не витримує навантажень одна з стрес-залежних систем.

Висновки. Таким чином, така ситуація стає основою для розвитку психосоматичних захворювань, в якій стрес виконує роль неспецифічного процесу, який пов'язує психологічні стимули з соматичними реакціями за допомогою вегетативної нервової системи.

Стрес, асоційований зі службовою діяльністю, викликає переважання вегетативних зрушень, які приводять до розвитку психосоматичних розладів за принципом «слабкої ланки», і це є результатом дезадаптації.

ІНДИВІДУАЛЬНО-ТИПОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ ТА ЇЇ ПОВЕДІНКОВІ ХАРАКТЕРИСТИКИ У СИТУАЦІЇ КОНФЛІКТУ

Сергій Чендарогло, студент 3 курсу очного відділення,
С. М. Бондаревич, к. психол. н., доц., доцент кафедри практичної
психології ОНМУ

Ще в дитинстві ми помічаємо, що одні з нас більш рухливі, веселі, наполегливі, а інші повільні, сором'язливі, неквапливі в рухах і вчинках. У психології особливим чином виділяється завдання, що полягає в дослідженні різних властивостей особистості, які формуються і проявляються в діяльності людини та впливають на ефективність цієї діяльності.

Індивідуальні психологічні особливості особистості людини надають своєрідне забарвлення всієї діяльності і поведінки. Саме в цих особливостях і виявляється темперамент. Так як людині притаманні індивідуальні властивості психіки, які визначають динаміку психічної діяльності і проявляються в особливостях поведінки, можна припустити, що саме тип темпераменту надає вплив на всі особистісні особливості людини у формуванні поведінкових якостей особистості у ситуації конфлікту [1].

Актуальність дослідження: проблема впливу темпераменту на особливості психічної діяльності людини у формуванні поведінкових якостей особистості у ситуації конфлікту є дуже актуальною.

Мета дослідження: дослідити індивідуально-психологічні особливості особистості у формуванні поведінкових якостей особистості в ситуації конфлікту.

Теоретична і методологічна основа дослідження. Коли говорять про темперамент, то мають на увазі багато психічних розходжень між людьми - розходження по глибині, інтенсивності, стійкості емоцій, емоційної вразливості, темпу, енергійності дій, і інші динамічні, індивідуально-стійкі особливості психічного життя, поведінки і діяльності. Проте, темперамент і сьогодні залишається багато в чому спірною і невирішеною проблемою. Однак при всьому різноманітті підходів до проблеми, вчені і практики визнають, що темперамент - біологічний фундамент, на

якому формується особистість як соціальна істота. Тобто темперамент відбиває динамічні аспекти поведінки, переважно вродженого характеру, тому властивості темпераменту найбільш стійкі і постійні в порівнянні з іншими психічними особливостями людини, і однаково проявляючись в різноманітній діяльності незалежно від її змісту, цілей, мотивів, залишаються постійними і в зрілому віці і у взаємозв'язку характеризують тип темпераменту.

Характеристика формування індивідуально-психологічних особливостей темперамента як психологічних інструментів у житті людини має сукупність стійких індивідуально-психологічних властивостей людини, що виявляються в її діяльності та суспільній поведінці, в ставленні до інших людей та самої себе, обумовлюючи типові для індивіда способи поведінки. Сьогодні існує кілька різних типологій темпераменту, хоча, як правило, всі вони підпорядковані якоїсь спільній меті, що сприяє розумінню індивідуальності людини і визначення його можливостей і схильностей.

Вивчення конфлікту, як невід'ємної частини соціальної взаємодії і темпераменту, займає важливе місце в соціальній психології. Конфлікт - це складне, але необхідне соціальне явище. Ефективне вирішення проблеми, що призвела до конфліктної ситуації, вимагає від кожного суб'єкта ясного уявлення про загальну природу і специфіку даного типу конфлікту, визначеного стилем поведінки, вибір якого залежить від особистісних особливостей, в тому числі і особливостей темпераменту. Спостерігаючи за поведінкою іншої людини, знаючи її темперамент, можна припустити, як буде себе вести в тій або іншій ситуації. Також це актуально в педагогічному процесі, в сімейному житті, тобто, в будь-якій ситуації, де відбувається взаємодія особистості і групи. Постає питання, які індивідуально-психологічні особливості особистості впливають на формування поведінкових якостей особистості у ситуації конфлікту.

Для досягнення поставленої мети роботи, були проаналізовані літературні джерела з проблем вивчення особистісних детермінант конфліктної поведінки і стилів поведінки в конфлікт, які підтвердили гіпотезу про те, що з темпераментом взаємопов'язаний вибір стратегії поведінки в конфлікті. Тобто, людині з певним темпераментом притаманні певні стратегії поведінки в конфлікті. Емпіричне дослідження

впливу особливостей темпераменту на поведінку особистості в конфліктній ситуації проведено в окупованих територіях України.

У дослідженні взяли участь військовослужбовці на сході України (АТО) (вік 20-45 років), 20 осіб, з них: всі чоловічої статі. Досліджувався вплив темпераменту на поведінку людини в конфліктній ситуації і вибір стратегії поведінки в конфлікті. Показано, що випробовувані з явно вираженим холеричним типом темпераменту обирають стратегію типу «суперництво». У піддослідних з високими показниками нейротизму простежується деяка соціальна активність, що виявляється в сумарному збільшенні значень за шкалами «співробітництво», «компроміс», «суперництво». Випробовувані з середніми показниками «нейротизм – екстраверсія» тяжіють до прояву стратегії типу «співробітництво» і «компроміс».

Висновки. Таким чином, певні типи темпераменту впливають на поведінку в конфлікті, і, відповідно, на вибір стратегії поведінки в конфлікті. Темперамент містить в собі цілий комплекс особливостей особистості, в тому числі і поведінкових, які проявляються при соціальній взаємодії, і особливо яскраво в конфліктних ситуаціях.

УДК 159

ЖИТТЄВИЙ ШЛЯХ САМОЗДІЙСНЕННЯ ОСОБИСТОСТІ В ПЕРЕТИНІ З ВІКОВИМИ ПЕРІОДАМИ В ПРАЦЯХ ШАРЛОТИ БЮЛЕР

К. О. Томак

Студентка 3 курсу,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

С. М. Бондаревич

доцент, кандидат психологічних наук,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

В дослідженнях Ш. Бюлер у 20-30 рр. вперше було сформульовано термін «життєвий шлях», структурними

одинацями якого визначалися події – внутрішні і зовнішні. Головною рушійною силою розвитку особистості було визначено інтенцію до самоздійснення як його підсумку, коли цінності й цілі людини отримують відповідну реалізацію [1]. Також шлях людини до самоздійснення визначається поєднанням «базальних тенденцій особистості», які за своєю сутністю є напрямками розвитку самості, такими як [3]: 1) прагнення до задоволення найпростіших фізіологічних потреб; 2) прагнення до адаптації в навколишньому середовищі; 3) творча експансія, прагнення до розширення життєвої активності, оволодіння новими елементами середовища; 4) встановлення внутрішнього порядку, інтеграція та упорядкування внутрішнього світу особистості.

Основною специфікою самоздійснення вважається його залежність від вікового періоду. Сам розвиток особистості складається з трьох взаємозалежних складових: 1) об'єктивної логіки життя як послідовності зовнішніх подій; 2) зміни переживань цих подій; 3) результатів власної діяльності.

Таким чином, дослідник має три лінії, накладаючи які можна визначити загальне і специфічне особистісного розвитку людини.

Самоздійснення тлумачиться як результат і як процес, що для кожного віку має свої особливості: 1) хороше самопочуття (до 1,5 року); 2) переживання завершення дитинства (12-18 років); 3) самореалізація (25-50 років); 4) самозавершеність (65-85 років).

Наявність й усвідомлення життєвої мети, адекватної власним можливостям і прагненням, Ш. Бюлер слушно розглядає як принципову умову психічного здоров'я особистості [1;2].

Вивчаючи біографії представників різних соціальних шарів, Ш. Бюлер запропонувала 5-фазову концепцію життєвого циклу людини.

Зміни фаз являють собою точки біфуркації, коли може змінюватися напрям розвитку [1;2].

1) Перша фаза охоплює період від народження до 16-20 років. Вона вважається тим, що передує самовизначенню, оскільки людина ще не має власної сім'ї і професійної діяльності й, таким чином, виноситься за межі життєвого шляху.

2) У другій фазі (з 16-20 років до 25-30 років) людина випробовує себе в різних видах діяльності, встановлює контакти з представниками протлежної статі в пошуках «другої половини». Ці дії є більше дифузними, не спрямованими, випадковими, проте це і

є початок самовизначення. Особливість цієї фази – надії, як ескізи можливих шляхів подальшого життя.

3) Третя фаза (від 25-30 до 45-50 років) настає, коли людина знаходить своє покликання або просто постійну тривалу роботу, коли в неї виникає власна сім'я. Це, на думку дослідниці, найбагатший період життя – зрілість. Зрілій людині властиві реалістичні очікування від життя, твереза оцінка власних можливостей, суб'єктивне переживання цього віку як апогею життя.

4) У четвертій фазі (від 45-50 до 65-70 років) людина завершує свою професійну діяльність, якісно змінюється родина, з якої йдуть дорослі діти. Людина підбиває підсумки своєї активної діяльності і своїх звершень. Для багатьох даний період – «важкий» вік внаслідок біологічного старіння, втрати репродуктивної здатності, усвідомлення кінцевості саме власного життя. У людей на цій фазі розвитку, за спостереженнями Ш. Бюлер, посилюється схильність до мрій, самотності, спогадів, до життя минулим. Це період перегляду власних цілей з урахуванням наявного професійного статусу, фізичного стану і стану справ в сім'ї.

5) У п'ятій фазі (від 65-70 років до смерті) більшість людей залишає професійну діяльність. У цей період люди залишають цілі, які вони ставили перед собою раніше. Збільшується потяг до дозвілля і спокою. Зменшується кількість і якість соціальних контактів. Це період надання змісту власного існування, підбиття підсумків, розгляд власного життя як цілісності.

У підході Ш. Бюлер основний акцент в усвідомленні життєвого шляху робиться на продукті індивідуального життя особистості, в якому це життя об'єктивно зафіксовано у вигляді зовнішніх подій, переживань щодо них і власних дій.

Фази життя Ш. Бюлер пояснює, користуючись поняттям типу розвитку.

«Вітальний» чинник детермінується внутрішніми особливостями особистості. Пік творчих досягнень збігається з біологічним оптимумом, тобто тип розвитку визначається домінуванням біологічного чинника.

«Ментальний» чинник детермінує інший тип розвитку - психологічний - і характеризується тим, що творча активність людини досягає апогею і стабілізується на високому рівні наприкінці біологічного оптимуму, або в період згасання організму.

Детермінанта життєвого шляху людини зосереджена у внутрішній духовній сутності людини [3]. А саморозвиток духовного єства приводить до розгортання фаз життя, до самоздійснення іманентних потенційних можливостей людини.

Висновки. Таким чином, концепція виходить з природжених властивостей людини до самовизначення і прагнення до самоздійснення, що становлять основні рушійні сили розвитку особистості. А життєвий шлях значною мірою є результатом саморозвитку духу. Життєвий шлях має просторово-часову структуру. Він складається з вікових і індивідуальних фаз, що визначаються за багатьма параметрами життя.

Література

1. Buhler C. The Integrating Self / C. Buhler / The Course of Human Life: A Study of Goals in the Humanistic Perspective / C. Buhler & F. Massarik (Eds.). New York: Springer Publishing Co, Inc., 1968. P. 330–350.
2. The Course of Human Life: A Study of Goals in the Humanistic Perspective / ed. by C. Buhler, F. Massarik. N.Y., 1968
3. Юнг К. Г. Структура психики и процесс индивидуации / К. Г. Юнг. М.: Наука, 1996. 269 с.

УДК 159

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ АРТ-ТЕРАПІЇ ПРИ ХРОНІЧНИХ ПСИХОСОМАТИЧНИХ РОЗЛАДАХ

О. П. Маркова

Студентка Зскор. курсу,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

С. М. Бондаревич

доцент, кандидат психологічних наук,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Арт-терапія – це різновид психокорекційної та психотерапевтичної допомоги, заснований на використанні образотворчого мистецтва з метою покращення психоемоційного стану людини. Також цей метод може застосовуватися у діагностиці психічних станів та особливостей психіки особистості загалом. Дослівно «арт-терапія» - перекладається як лікування мистецтвом. Метою цього терапевтичного впливу є гармонізація та приведення в норму психічного стану окремого індивіда чи групи засобами продуктивного самовираження [1].

Актуальність проблеми пов'язана з тим, що людям, які зіткнулися з тяжкою хворобою, арт-терапія допомагає прийняти те, що сталося, і проходити через лікування. Вона показує, як не збирати в собі переживання, продовжувати радіти і життю, і запобігає глибокій депресії.

Теоретичну і методологічну основу дослідження: склали сучасні теоретичні напрями, де основний діагностический матеріал - образотворча продукція. Це певною мірою зближує арт-терапію з проєктивними рисунковими тестами. Деякі автори навіть виділяють як самостійний різновид - проєктну арт-терапію (Є. М. Бурно, С. Крадохвіл, А. А. Осипова та ін.) [1-3].

Арт-терапевтична діагностика неможлива без спеціаліста. Замість незалежної інтерпретації формальних ознак малюнка психолог спирається на систему значень та асоціацій самого автора, використовує різноманітні мовні стратегії, відстежує особливості його міміки, рухів, невербальної звукової експресії та інших реакцій.

До класичних тестів відносять: малюнок людини (тести Ф. Гудінаф, Д. Харріса), "Дерево" (К. Кох), "Дім - дерево - людина" (Д. Бук); малюнок сім'ї (В. Вульф; В. Хьюлс; Р. К. Берне, С. К. Кауфман) та деякі інші [3].

Таким чином, проблема спотворення об'єктивності певною мірою пов'язана з принципом психологічної проєкції як основи проєктивного малювання. Причому люди, які мають нижчі показники базової довіри, схильні до проєкції на продукти спонтанної творчості переважно депресивних переживань.

Мета дослідження: вивчити роль взаємовпливу та взаємозв'язку арт-терапії на психологічні особливості особистості при хронічних психосоматичних розладах.

Методи дослідження: Для вивчення закономірності взаємовпливу та взаємозв'язку арт-терапії на психологічні

особливості особистості при хронічних психосоматичних розладах була використана рисункова проєктивна діагностична методика. Для проведення дослідження було взято рисунок дерева, його нарисували діти та дорослі різного віку.

Результати аналізу готових рисунків по тесту рисування дерева (50 чол.) показали, що рисунки ліворуких і праворуких дітей та дорослих не різняться за змістом, проте видно істотні відмінності рисунків, виконаних правою та лівою руками однієї дитини, незалежно від того, яка у неї провідна рука.

Можна виділити чотири ознаки, якими видно ці відмінності: 1) у рисунку лівою рукою стовбур дерева - одномірний, а рисунку правою рукою - двомірний, а деяких рисунках ще й непрозорий. Відповідно до керівництва до тесту «Нарисуй людину», ознака двомірності зображення (наприклад, ніг, рук, тулуба та інших.) є показником вищого рівня психічного розвитку, ніж ознака одномірності. Те саме стосується різниці між ознаками «прозорості» і «непрозорості»; 2) за наявності однакових дерев (мається на увазі, що обидва дерева, наприклад, берези) дерево, нарисоване правою рукою, більш деталізоване (наприклад, більше гілок) і в ньому присутні нові деталі (кора, листя), яких немає у дерева, нарисованого лівою рукою; 3) у деяких рисунках дерева, нарисовані лівою рукою, містять емоційно забарвлені елементи образу. Наприклад, на «лівій» березі, на відміну від «правой», «висить один листок» (за словами дитини), який «не впав»; 4) цікавий феномен - наявність різних видів дерев в однієї дитини (наприклад, береза та ялина).

Відмінності у процесах рисування дерева ліворуких та праворуких дітей за критерієм «алгоритм рисування» були виявлені такі самі, як при рисуванні фігури людини. Ліворука дитина спочатку нарисує гілку (або одразу всі гілки) з лівого боку, а потім - з правої; праворукий дитина рисує гілку (або всі гілки) спочатку з правого боку, потім - з лівої.

Були виявлені відмінності у процесі рисування двовимірного ствола дерева. Ліворука дитина рисує двовимірний стовбур праворуч наліво і знизу нагору однією безперервною лінією, а праворукий - зліва направо і знизу нагору також безперервною лінією. Або якщо вони зображають спочатку одну сторону, потім іншу, тобто подетально, то ліворукий нарисує спочатку ліву, а праворукий - праву.

За параметрами «напрямок рисування» та «алгоритм рисування» рисунки праворуких та ліворуких дітей відрізнялися не

лише провідними руками, а й неведучими. Виявилося, що ліворука дитина рисує гілки і стовбур неведучою правою рукою - як праворука, а праворука дитина рисує неведучою лівою рукою - як ліворука.

А також проведено аналіз цих рисунків, які показали дуже багатий потенціал методу арт-терапії, який допомагає людям розкритися і проявити свої внутрішні діапазони свого розуміння. Це було дуже цікаво і сприяло для людей як показник більш відкритості і більш сприйняття свого внутрішнього миру як в рисунку як лівої руки, так і правої.

Висновки. Таким чином, використання засобів подолання негативного психоемоційного стану людини та психосоматичних розладів із застосуванням арт-терапії при хронічних психосоматичних розладах послужило поштовхом до своєрідного реформування саме підходу до терапії пацієнта, коли на перший план виносяться його потреби та реабілітаційний потенціал. Іде робота мультидисциплінарної команди для виявлення реабілітаційного потенціалу, а це вже комплексний підхід до лікування, який сприяє зміні ставлення до пацієнта, вивченню здібностей, що дає можливість пацієнтові швидше вийти з хворобливого стану, загострення якого виникають рідше.

Проведена робота підтвердила актуальність теми дослідження, відкрило перспективи подальшого вивчення питання про бачення лівої та правої руки у людей та їх сприйняття, яке в принципі, у дослідженні відрізняється. І, як це видно буде найцікавішим процесом для подальшого розвитку та написання нових методів сприйняття.

Література

1. Методичне забезпечення відбору учнівської молоді до вищих навчальних закладів педагогічного профілю Методичні рекомендації/ кандидат психологічних наук, провідний науковий співробітник відділу психології праці ІПОД НАПН України О. М. Ігнатович; кандидат педагогічних наук, науковий співробітник лабораторії трудового виховання Інституту проблем виховання НАПН України З. В. Охріменко.

2. Психологія особистості: Словник-довідник. За редакцією П.П.Горностая, Т.М. Титаренко. Київ : Рута, 2001. 320с.

3. Арт-терапия в психологическом консультировании.

**ВЗАЄМВПЛИВ ТА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ПСИХОЛОГІЧНИХ
ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ У ФОРМУВАННІ
ПСИХОСОМАТИЧНИХ РОЗЛАДІВ (НА ПРИКЛАДІ
ХВОРИХ ТУБЕРКУЛЬОЗОМ)**

З. А. Крохмаль

Студентка 3 скор. курсу,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

О. А. Діколь-Кобріна,

старший викладач
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Загальна кількість хворих на туберкульоз перевищує 60 мільйонів, близько 20 мільйонів мають відкриту форму туберкульозу – тобто є постійними джерелами небезпеки для здорових людей. Серед причин смерті туберкульоз займає 10-й рядок і перше місце серед інфекційних хвороб [1, с.5-8]. Захворювання на туберкульоз в осіб молодого віку (18–44 років) постає як психотравмуючий фактор і зумовлює специфічні емоційні реакції, поведінку та сприяє зміні світогляду та ставлення до дійсності. При туберкульозі більшою мірою, ніж за багатьох інших психосоматичних захворюваннях, спостерігається вторинний вплив на особистість хворого [2, с.5-10].

Актуальність проблеми пов'язана з тим, що психологічні особливості особистості впливають на формування психосоматичних захворювань туберкульозного генезу.

Теоретична та методологічна основа дослідження заснована на роботах зарубіжних та вітчизняних вчених: Ф. Данбар, Ф. Александера, З. Фрейда, І. Сеченова, І. П. Павлова, Р. О. Лурія, В. М. Мясищева, Личко та ін.[3, с.67-71]. Проблемою формування психосоматичних захворювань на туберкульозний генез займалися також сучасні дослідники, такі як Ю. І. Фещенко, О. М. Лібанова, І. І. Хожило, С. Борткевич, А. В. Зубарьова, у роботах яких розглядається вплив поширення соціальних хвороб на розвиток людства [2, с.5-10].

Таким чином, розуміння умов формування специфічних особливостей рис особистості, психоемоційного стану та системи взаємовідносин із оточенням даної категорії пацієнтів дозволяють адекватно оцінити сутність порушень їх адаптації у соціальному середовищі.

Мета дослідження: вивчити роль взаємовпливу та взаємоз'язку психологічних особливостей особистості у формування психосоматичних розладів туберкульозного генезу.

Методи дослідження. Для вивчення закономірності взаємовпливу та взаємоз'язку між психологічними особливостями особистості у формуванні психосоматичних розладів туберкульозного генезу були використані: шкала оцінки рівня реактивної та особистісної тривожності Ч. Д. Спілбергер (в адаптації Ю. Л. Ханіна); методика визначення типів ставлення до хвороби «Методика - Тип ставлення до хвороби».

Методика ТОБОЛ призначена для психологічної діагностики типів ставлення до хвороби.

База проведення емпіричного дослідження. У дослідженні брали участь 30 респондентів: молоді та зрілі особи, чоловіки та жінки віком від 18 до 45 років. Дослідження проводилося на базі Одеського обласного центру соціально-небезпечних хвороб. Вибірку склали пацієнти стаціонарного та амбулаторного відділення у кількості 30 осіб з діагнозом туберкульоз легень. З них чоловіки – 21 особа; жінки – 9 осіб віком від 18 до 45 років.

За результатами оцінки вибірки досліджуваних відзначено переважання адаптивних типів відношення до хвороби: ергопатичного та анозогнозичного.

Переважання ергопатичного типу у хворих характеризується прагненням продовжувати роботу, зберегти професійний статус та можливість продовження активної трудової діяльності у колишній якості. Переважна більшість анозогнозичного типу у пацієнтів з туберкульозом легень пов'язана з наявністю таких факторів, як відсутність роботи, наявність шкідливих звичок та судимості. Для пацієнтів зі змішаним ергопатическим-анозогнозичним типом характерне бажання перервати лікування, мотивуючи це, з одного боку, необхідністю заробляти гроші, а з іншого – відсутністю суб'єктивних скарг на самопочуття в цілому. Для пацієнтів із сенситивним типом участь сім'ї та близьких є основним, а часом єдиним джерелом емоційної, психологічної та моральної підтримки. У підгрупі досліджуваних з ергопатичним-сензитивним типом під

час інтерв'ю виявлено ознаки так званої соціальної фобії, вони соромляться говорити про своє захворювання, виявляють побоювання за здоров'я близьких, відчують провину. Тривожний тип ставлення до хвороби визначає реакцію пацієнтів на діагноз – «впали у паніку». Тривога стає джерелом конфліктів з оточуючими, дана категорія пацієнтів частіше за інших вступає в конфлікти, вони часто поведуться дратівливо. Тривожний тип найбільш уражає жінок.

Висновки. Таким чином, особливістю особистості хворих на туберкульоз легень є підвищена емоційна нестабільність у життєво важливих ситуаціях, в умовах буденних життєвих навантажень, сприйманих ними як душевні катастрофи. Уявлення про психосоціальні особливості ставлення хворого до свого захворювання допомагають у формуванні психотерапевтичних мішеней у системі комплексної психотерапії та терапії соматичного захворювання.

Література

1. Москаленко В. Ф. Актуальні проблеми туберкульозу в Україні за 10 років / В. Ф. Москаленко, Ю. І. Феценко / *Укр. пульмон. журн.* № 1, 2001. С. 5–8.
2. Феценко Ю. І., Мельник В. М., Матусевич В. Г., Антоненко Л. Ф. Епідеміологія туберкульозу у світі, сучасні підходи до організації протитуберкульозних заходів. / *Український пульмонологічний журнал.* № 4, 2003. С.5-10.
3. Вассерман, Л. И. Внутренняя картина болезни в структуре качества жизни у больных с соматической патологией / Л. И. Вассерман, Е. А. Трифонова, В. Л. Фёдорова. / *Клиническая (медицинская) психология.* № 27, 2008. С. 67–71.

САМОРОЗВИТОК ТА САМОРЕАЛІЗАЦІЯ СТУДЕНТІВ ЗАСОБАМИ ОРГАНІЗАЦІЇ ПОЗААУДИТОРНОЇ ТА ДОСЛІДНИЦЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

А. П. Піскарьова

студентка 2 курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет

Т. П. Рєпнова

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. Зростання вимог до професійної підготовки фахівців у сучасних умовах праці потребує реалізації інноваційних підходів до педагогічної діяльності. Реалізація внутрішнього потенціалу особистості студента, побудова внутрішніх і зовнішніх факторів формування професійної культури залежить від успішної організації позааудиторної роботи студентів як процесу їх саморозвитку. Виховна робота у вищому навчальному закладі реалізується як система виховних заходів, спрямованих на формування всебічно і гармонійно розвиненої особистості. На думку багатьох дослідників (І. Бех, Г. Овчаренко, Н. Скрипник, С. Шашенко та ін.), цей процес передбачає застосування різноманітних форм і методів, прийомів і засобів виховання, постійного виявлення результатів виховних впливів, корекції змісту і методики.

Мета дослідження. Полягає у визначенні впливів на саморозвиток і самореалізацію позааудиторної діяльності студентів закладів вищої освіти та вивченні стану організації процесу позааудиторної роботи на прикладі діяльності Одеського національного морського університету.

Викладення основного матеріалу. Позааудиторна робота студентів є одним із головних чинників формування самостійності студентів. На сучасному етапі прискореного соціально-економічного розвитку суспільства, що характеризується поступовою й неухильною інтеграцією України в європейські економічні й культурні структури, важливого значення набуває підвищення освітнього рівня підготовки висококваліфікованих

спеціалістів, розвиток у молоді компетенцій, що забезпечують конкурентноспроможність на ринку праці, збагачення інтелектуального та творчого потенціалу особистості студентів [1, 2].

Для цього слід раціоналізувати організацію всього навчального процесу в Одеському національному морському університеті, сприяти удосконаленню змісту, форм та методів навчально-пізнавальної діяльності студентів вищих навчальних закладів, що якнайкраще розвивало і формувало б творчі здібності студентів. При обмеженні навчального аудиторного часу, а також з урахуванням психологічних особливостей студента, для оволодіння знаннями повною мірою, виникає необхідність навчати студентів ефективно працювати в позааудиторний час [3].

Залучення студентів до різних видів позааудиторної роботи в навчально-виховному процесі сприяє розвитку інтересу до майбутнього фаху, удосконаленню самостійної роботи, посиленню потреби творчого пошуку, формуванню міцного студентсько-викладацького колективу, оцінюванню власної діяльності та оточуючого колективу. Саме під час позааудиторної роботи «формується інтерес до науки, до правди, координація рухів для найкращого виконання всяких умілостей».

Позааудиторна робота студентів – це процес, в якому домінує елемент самореалізації. Позааудиторна робота із студентами у виші має ряд суттєвих переваг у порівнянні із аудиторними, зокрема: не обмежена строго в часі, виключає авторитарне керівництво викладачів, студенти об'єднуються за інтересами, позитивно впливає на міжособистісні відносини учасників, сприяє їх самореалізації, направлена на розширення і поглиблення професійних знань, організацію творчої діяльності тощо.

Результат позааудиторної роботи залежить від правильної її організації, яка має вирішальне значення для розвитку самостійності, креативності, конкурентоздатності та інших основоположних рис особистості спеціаліста з вищою освітою [4].

Самостійна позааудиторна робота – це не лише засіб зростання інтелектуального потенціалу, професійної культури, а й платформа формування відповідальності, оволодіння засобами самоактуалізації, самовиховання, самоосвіти.

Контроль за самостійною та позааудиторною роботою студентів може бути опосередкованим або органічно вписаним у

навчальний процес. Організація позааудиторної роботи в ОНМУ здійснюється на основі таких принципів: безперервного процесу, під час якого відбувається як освіта, так і виховання студентів; самостійний вибір студентами наукових досліджень; формування мотивації навчання; розвитку індивідуальності студента; забезпечення потреб студента у творчій самостійній діяльності, у професійному самовизначенні; комунікативної активності, що виражається в міжособистісній взаємодії, об'єднанні студентів у колектив, встановлення позитивних емоційних контактів.

Ефективними засобами, що сприяють творчій самореалізації студентів, є система групових, індивідуальних та масових форм діяльності, до участі в яких залучається максимальна кількість студентів.

У навчальному закладі неможливо дати освіту на все життя, а навчити методам самостійного опанування знань можна і потрібно. Організація системи позааудиторної роботи у виші сприяє:

- розвитку творчих здібностей та активізації розумової діяльності;
- формуванню потреби безперервного самостійного поповнення знань;
- саморозвитку у здобутті глибокої системи знань;
- оволодіння компетенціями для подальшої професійної самореалізації [2, 5].

Як доводить практика, першокурсники недостатньо орієнтовані на самостійні види робіт, в основному вони надають перевагу репродуктивній діяльності. Щоб адаптувати студентів до умов навчання у закладі вищої освіти, на початку навчального року доречні консультації з тем: «Правила складання конспекту»; «Правила ефективного навчання»; «Самостійна робота студента» тощо. Такий адаптаційний курс надає студенту базовий алгоритм щодо того, як слухати і записувати лекції, як готуватись до семінарсько-практичних занять, як конспектувати додаткову літературу, готуватись до заліків і екзаменів.

Висновки. Отже, організація позааудиторної діяльності за визначеними напрямками із першокурсниками сприяла саморозвитку й самореалізації студентів, поглибленню уявлення про себе як про особистість і професіонала, оскільки передбачала добровільний вибір студентом певного виду такої діяльності, який ґрунтується на особистісно значущих мотивах, активності молоді

людини, ініціативності, самостійності та творчості, відповідальності, рефлексивній діяльності, інтерактивній взаємодії викладача і студента.

Література

1. Бех І. Д. Виховання особистості : у 2-х кн. – Книга 2 : Особистісно-орієнтований підхід : науково-практичні засади. К. : Либідь. 2018. 344 с.

2. Овчаренко Г. Е. Позанавчальна діяльність студентів у вищих навчальних закладах : сутнісні характеристики, структура та особливості. *Освіта Донбасу*. № 5-6 (130-131). 2008. С. 35-38.

3. Репнова Т. П. Етичні принципи у розрізі психологічної культури студента та викладача вищого навчального закладу. *Науковий журнал Одеського національного університету «Вісник»*. Серія: *Психологія та соціальна робота*. ISSN 2707–0409. Т. 24, випуск 2 (50), 2019. С. 151–163. DOI: 10.18524/2707-0409. [Включено до МНБ – Web of Science].

4. Скрипник Н. С. Позааудиторна діяльність студентів вищих навчальних закладів : сутність, структура й особливості. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. Вип. 27 (80). 2012. С. 566-571.

5. Шашенко С. В. Соціальне становлення студентської молоді у позааудиторний час у вищих навчальних закладах : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук [рукопис]. 2004. 24 с.

Секція № 2

ЕМПІРИЧНІ РОЗРОБКИ У СФЕРІ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ У СУЧАСНОМУ СОЦІУМІ

УДК 159.91

ОСОБИСТІТЬ ЯК ВИМІР БЕЗПЕКИ СУЧАСНОГО СУСПІЛЬСТВА

Ю. В. Чумасва

кандидат психологічних наук
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Олексій Огуленко

PhD, Тель-Авівський університет
Факультет наук з навколишнього середовища та Землі імені
Портера, Ізраїль

У 2021 році Україна підводила підсумки 35 річної роботи з ліквідації наслідків найпотужнішої техногенної катастрофи в світі - аварії на Чорнобильській АЕС, яка мала колосальний вплив на гуманітарну, економічну та технологічну сферу та спонукала весь світ переглянути питання техногенної безпеки людства. Коли потроху рана, нанесена цією катастрофою, почала загоюватися, Україна та весь Європейський континент постав перед ще більшою загрозою – загрозою військового втручання в роботу АЕС та ризиків пошкодження об'єктів атомної енергетики та захисних споруд. Інцидентом стало військове захоплення Чорнобильської та Запорізької АЕС. За час окупації Чорнобильської АЕС персоналу довелося нести оперативне чергування протягом майже місяця без змоги нормально відпочити, в умовах високого психологічного тиску та відповідальності за можливі наслідки можливої техногенної катастрофи. За висловлюванням К.Г. Юнга в одній з промов у 60-ті роки ХХ століття: «Світ висить на волоску, та

залежить від психіки людини. Це не загроза від звичайних катастроф та ядерної бомби. Це все діяння людей. Ми – це велика небезпека. Психіка - це небезпека... Врятувати нас може тільки знання про те, що є психіка...». Представлене дослідження – це частина довготривалої роботи з вивчення, аналізу та розробки системи психофізіологічного відбору операторів енергетичних комплексів, що проводилося УкрНДІ МТ починаючи з 2010 року [1]. Сьогодні Тренажерний центр персоналу Запорізької АЕС знищений під час військових дій. Але АЕС працює, в першу чергу завдяки стресостійкості та професіоналізму персоналу станції.

Метою дослідження стало визначення критеріїв оцінки психофізіологічних показників професійно важливих якостей (ПВЯ) операторів БЩУ під час первинного та періодичного психофізіологічного обстеження на прикладі персоналу ЮУАЕС.

Матеріали та методи. За допомогою розробленого в УкрНДІ МТ автоматизованого апаратно-програмного комплексу «МОРТЕСТ» (варіант «СПАС-14») [2] проведено комплексне дослідження 32 операторів блоку щита управління (ОП БЩУ) ЮУАЕС. До складу ОП БЩУ увійшли фахівці основних підрозділів, які безпосередньо забезпечують роботу реактора та інших технологічних процесів у цілодобовому режимі (начальники цехів та оперативних змін).

Результати дослідження. Визначено статистичні характеристики розподілу показників другого рівня для професійної групи фахівців операторів блоку щита управління (табл.1).

Таблиця 1

Статистичні характеристики розподілу психофізіологічних показників II рівня для професійної групи оперативного персоналу БЩУ-2

Показники II рівня	Розмір вибірки, N	Середнє, $M \pm m$	Середнє, бали	Медіана, бали
Тест Равена, вірні відповіді	32	10.250 ± 0.354	5.344 ± 0.398	6
РРО, врівноваженість	32	57.534 ± 6.859	5.094 ± 0.385	5

РРО, помилки	32	174.750 ± 11.348	5.062 ± 0.381	5
СНП, сила	32	0.924 ± 0.009	5.250 ± 0.362	5
ФАМ, відсотки	32	94.353 ± 2.783	5.000 ± 0.378	5
Тест Люшера, вегетативний коефіцієнт	32	0.923 ± 0.075	5.188 ± 0.369	5
Тест Люшера, емоційний стрес	32	3.906 ± 0.484	5.375 ± 0.406	5
Тест Люшера, рівень несприятливої компенсації	32	1.500 ± 0.308	6.125 ± 0.477	5
Тест Люшера, рівень конфліктів	32	0.625 ± 0.214	7.375 ± 0.511	9
Прості аналогії, час	32	297.781 ± 11.653	5.188 ± 0.328	5
Тест Шульте, час	32	42.813 ± 1.940	5.219 ± 0.386	5
Тест Шульте-Псядло, час	32	53.688 ± 2.422	5.094 ± 0.385	5
Тест Шульте-Горбова, час	32	135.781 ± 5.294	5.062 ± 0.367	5
Переплутані лінії, час	32	132.406 ± 6.499	5.125 ± 0.388	5
Тест Равена, час	32	368.200 ± 19.417	5.000 ± 0.378	5
СМОЛ / ММИЛ L	32	55.250 ± 1.764	5.812 ± 0.371	6
СМОЛ / ММИЛ F	32	45.781 ± 1.102	5.812 ± 0.371	6
СМОЛ / ММИЛ K	32	56.906 ±	5.469 ±	6

		1.733	0.416	
СМОЛ / ММИЛ Hs	32	44.928 ± 0.908	5.406 ± 0.386	5.5
СМОЛ / ММИЛ D	32	37.547 ± 0.983	5.625 ± 0.356	6
СМОЛ / ММИЛ Hu	32	44.422 ± 1.236	5.500 ± 0.381	5
СМОЛ / ММИЛ Pd	32	44.491 ± 1.642	5.031 ± 0.380	5
СМОЛ / ММИЛ Pa	32	42.984 ± 1.058	5.750 ± 0.365	6
СМОЛ / ММИЛ Pt	32	44.838 ± 1.928	5.375 ± 0.375	5
СМОЛ / ММИЛ Sc	32	46.181 ± 1.351	5.406 ± 0.409	5.5
СМОЛ / ММИЛ Ma	32	44.059 ± 1.617	5.156 ± 0.373	5

Надані критерії дозволяють диференційовано визначити ПВЯ другого поглибленого рівня оцінки та проводити періодичний скринінг стану операторів БЩУ, що було доведено та впроваджено в практику психофізіологічного супроводження операторів ЮУАЕС.

Література

1. Шафран Л.М. Пути повышения надежности психофизиологического профессионального отбора операторов Запорожской АЭС / Л.М. Шафран, Ю.В. Чумаева, Э.М. Псядло А.П. Огуленко А.П., А.Л.Стадник // Український журнал з проблем медицини праці, 2012, 4(33). С.48-55.

2. Псядло Е.М. Психофізіологічний професійний відбір: навчально-методичний посібник. – Одеса: Наука і техніка, 2015. – 182 с.

ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ МОРСЬКОГО ТРАНСПОРТУ НА ХАРАКТЕР ВЗАЄМОДІЇ В КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЯХ

В. В. Черноморченко

студентка 4 курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет

Ю. В. Чумасва

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. У динамічних умовах сучасного життя виразною є тенденція до збільшення кількості конфліктних ситуацій у різних сферах людського буття, не є виключенням і робота на морському транспорті. Як найважливіше джерело соціальних змін, вони посідають одне з визначальних місць серед типів міжособистісної взаємодії, що потребують опрацювання та продуктивного перетворення, оскільки конструктивне вирішення конфліктів сприяє розвитку соціальної системи. Серед чинників виникнення конфліктів провідними є емоційні й особистісні, зокрема тривожності особистості, що зумовлює необхідність здійснення досліджень зазначеної проблематики. На жаль, тема конфліктності у морській галузі і досі не до кінця розкрита та на сьогоднішній день залишається дуже актуальною. Важливу роль відіграє тривожність моряків, особливо її вплив саме на конфліктні ситуації. Підвищена тривожність у фахівців не тільки призводить до неефективного виконання власних професійних обов'язків, а й пришвидшує появу професійного вигорання.

Мета дослідження. теоретично обґрунтувати, експериментально дослідити та проаналізувати вплив тривожності працівників морського транспорту на характер взаємодії в конфліктних ситуаціях.

Методики дослідження: «Шкала тривоги Спілбергера-Ханіна, STAI»; «Шкала прояву тривоги Дж. Тейлор»; Тест за методикою К. Томаса «Визначення стилю поведінки в конфліктній

ситуації» та «Тест міжособистісних відносин Лірі». Проведено емпіричне дослідження на базі Одеського круїнгу, німецької компанії «Blumenthal asia shiring». В дослідженні прийняли участь 30 моряків віком від 18 до 59 років.

Викладення основного матеріалу. Для виявлення більш тісного зв'язку між тривожністю та конфліктними ситуаціями групи емпіричного дослідження було поділено на чоловіків з низькою та високою тривожністю.

Завдяки тесту «Поведінка в конфліктній ситуації ТКІ (Томас-Кілманн)» ми отримали такі дані: групі з високою тривожністю більш притаманна стратегія «Компромісу», яка показала середній результат 7 балів, що свідчить про їх бажання завершити конфлікт частковими поступками, а найслабше виражена стратегія «Пристосування» 4,3 бали, що говорить про те що вони не збираються відмовлятися від боротьби та здавати свої позиції. Коли у групі з низькою тривожністю майже усі показники стратегій межують поряд один з одним (середні показники 5,7балів). Встановлено чіткий зв'язок між впливом тривожності на характер взаємодії в конфліктних ситуаціях, завдяки методиці «Тест міжособистісних відносин Лірі», морякам з високою тривожністю більш притаманний «Співпрацюючий» стиль поведінки (6,36), вони прагнуть тісної співпраці з референтною групою, до дружніх відносин з оточуючими. Цей тип відносин корелює з такими особистісними характеристиками як емоційна нестійкість, високий рівень тривожності та низький – агресивності, підвищена чутливість на середовищні впливи, залежність самооцінки від думки інших, прагнення відповідати очікуванням групи, схильність до співпраці. Та найменш виражені показники за шкалою «Агресивності» (56), цей октант виявляє щирість, безпосередність, прямолінійність, наполегливість у досягненні мети. В групі з низькими показниками тривожності навпаки, яскраво виражена шкала є «Агресивність» (6,056), що являє собою надмірна завзятість, недружелюбність, нестриманість та запальність. Та найменш вираженою є шкала «Залежності» (4 б.), що свідчить про потребу у допомозі та довірі з боку оточуючих.

Висновки. Вважається, що при уникненні конфлікту жодна зі сторін не досягне успіху. За таких форм поведінки як конкуренція, пристосування і компроміс або один учасник виявляється у виграші, а інший програє, або програють обидва, тому що йдуть на компромісні поступки. І лише у ситуації

співпраці обидві сторони опиняються у вигащі. Та як ми бачимо з тесту «Поведінка в конфліктній ситуації ТКІ (Томас-Кілманн)» показники обох груп межують поряд - 6,6 та 6,7 б. Це може свідчити про те, що працівники морського транспорту, беручи до уваги свою складну та відповідальну професію, та розуміючи їх рівень тривожності, все одно будуть спрямовані на конструктивне обговорення проблем, розгляд іншого боку як союзника у пошуку рішення. Але, все ж таки поєднання стратегій визначає, як вирішиться протиріччя, що лежить в основі конфлікту.

Література

1. Криворучко П.П. Психологічне забезпечення професійної діяльності корабельних спеціалістів у тривалому плаванні: дис. ... канд. психол. наук: 20.02.02 / П. П. Криворучко. – К.: Київський військовий гуманітарний ін-т, 1998. – 263 с.
2. 2.Симоненко С. Морська держава чи країна біля моря? / С.Симоненко [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.day.kiev.ua/19905>
3. 3.Сергієнко Н. П. Фактори, що впливають на вибір стилю поведінки у конфліктній ситуації [Електронний ресурс] / Н. П. Сергієнко, Ю. В. Сергієнко // Проблеми екстремальної та кризової психології.. – 2007. – Режим доступу до ресурсу: <https://nuczu.edu.ua/sciencearchive/ProblemsOfExtremeAndCrisisPsychology/vol1/27.pdf>.

**КОПІНГ- СТРАТЕГІЇ ПОДОЛАННЯ НАСЛІДКІВ
ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ НА ПРИКЛАДІ МОРЯКІВ ТА
ПОЖЕЖНИХ СЛУЖБИ ДСНС**

К. О. Циганко

Студентка 4-го курсу денної форми навчання
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Ю. В. Чумасва

Кандидат психологічних наук
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Актуальність дослідження опосередковується значущою проблемою трагічного сьогодення України, в якому подолання наслідків професійного стресу фахівців екстремальних професій, як ніколи потребують уваги. Таких як (пожежні-рятувальники, військовослужбовці-учасники бойових дій, сапери, шахтарі, висотники, льотчики, підводники, правоохоронці, моряки та інші). Фахівці даної категорії, схильні до найбільшого впливу стресогенних факторів, в наслідок чого можуть виникати психологічна дезадаптація, психосоматичні та психічні розлади [1-2]. Щодо, психологічного та емоційного стресу, вчений Р. Лазарус. Вважав важливою функцією емоційного стресу, в безпосередній активації пізнавальної діяльності, завдяки якій особистість аналізує рівень загрози зі своїми можливостями його подолати [3]. Згодом в аналізі психологічного стресу брав до уваги цілісну систему психологічних реакцій на негативну ситуацію (пізнавальну, мотиваційну, вольову). В дослідженнях подолання професійного стресу, починаючи з досліджень М. Schoenbaum, порівняння осіб екстремальних професій з іншими професійними групами за рівнем психологічної дезадаптації і частотою психічних розладів було виявлено у співробітників екстремального профілю у шість разів вище вирогідність виникнення експлозивного розладу особистості, в п'ять разів - показників депресивного синдрому, та в

п'ятнадцять разів проявів посттравматичного стресового розладу. При ненаданню своєчасної та професійної психологічної допомоги, наслідки подолання надзвичайних ситуацій визначається станом втоми та перевтоми, гострої форми порушення психічної адаптації, зниження ефективності соціального функціонування та ін. [4].

Мета дослідження: визначення найбільш вживаних копінг-стратегій подолання професійного стресу серед пожежних та моряків в порівнянні з особливостями їх професійної діяльності та актуального психологічного забезпечення даних контингентів.

Матеріали та методи. В дослідженні прийняли участь 20 моряків, серед яких судноводії, помічники капітанів, судномеханіки віком від 21- 47 років та середнім стажем роботи від 7 місяців до 12 років та 20 пожежних віком від 23-43 років середнім стажем роботи від 2 до 15 років. Методики дослідження: опитувальник «Способи долаючої поведінки» (Р. Лазарус та С. Фолкман), "Індикатор копінг-стратегій" Д. Амірхана.

Результати дослідження. В зарубіжній та вітчизняній психології, вивчаючи проблему «копінгу» дослідники підійшли до цього спільним розумінням в створенні різних класифікацій «копінг-стратегій». Зазначивши дві групи характеру класифікацій: перша описується, як активний спосіб усунення труднощів наприклад(стратегія «вирішення проблем» і стратегія «пошук соціальної підтримки»), або навпаки пасивним варіантом (стратегія "уникнення") під зміною самого сприймання тривожних ситуацій. Другу групу класифікацій описують в залежності «копінга», від типів процесів, які лежать в основі емоційного, поведінкового, когнітивного зусилля. Тож, внаслідок треба зазначити що саме копінг- поведінка вступає в оборону тільки тоді, коли складність ситуації перевищує енергетичну потужність звичних реакцій, і потребує нових поведінкових та когнітивних зусиль для задоволення зовнішніх та внутрішніх вимог.

При дослідженні особливостей копінг-долаючої поведінки, за результатами порівняння між такими фахівцями екстремального профілю, як моряки та пожежні, виявлений наступний розподіл за частотою використання та істотними відмінностями за бальними оцінками між моряками та пожежними (рис. 1).



Рис. 1. Порівняння за шкалами опитувальника Р. Лазаруса між моряками та пожежними.

З отриманих даних бачимо, що є суттєві відмінності за такими шкалами, як «прийняття відповідальності», «втеча-унікання» та «планування вирішення проблеми», достовірність відмінностей сягає $p \leq 0,05$. За опитувальником Д. Амірхана найбільш вираженими домінуючими копінг-стратегіями моряків є: «стратегія пошуку соціальної підтримки» (29 балів) та стратегія уникання» (27 балів). Низький рівень отримала «стратегія вирішення проблем» (18 балів), що підтверджує результати попередньої методики, щодо високого рівня шкали «втеча-унікання», тобто неконструктивному в більшості випадків способу подолати екстремальні ситуації. Отже показники фахівців СДНС більш адаптивні та активні. Домінуючі копінг-стратегії пожежників свідчать, що їх здатність ефективно подолати екстремальні ситуації без негативних наслідків вища ніж у моряків. Це обумовлюється адаптацією до своєї професійної екстремальної діяльності, завдяки впливу психологічної служби СДНС України. В морегосподарській галузі, нажаль, ще немає системи психологічного забезпечення моряків, сьогодні психологічне супроводження моряків має фрагментарний характер. Створення такої системи є перспективним напрямком роботи сучасних психологів.

Література

1. Олександрівський Ю. А. Лобастов О. С., Співак Л. І., Щукін Б. П. Психогенії в екстремальних умовах. М: Медицина, 1991. - 96 с.
2. Психологія стресу: теорія і практика [Електронний ресурс]: навчально-методичний посібник / М. Л. Мельникова; Урал. держ. пед. ун-т; – Єкатеринбург 2018 – с.8
3. Лазарус Р. Теорія стресу та психофізіологічні дослідження // Емоційний стрес / За ред. Л. Леві. - Л.: Медицина, 1970. - С. 178-208
4. Шафран Л.М. Копінг-стратегії в системі відновлюваних заходів на санаторному етапі медико-психологічної реабілітації пожежних-рятувальників після повернення з зони АТО (ООС) / Л.М. Шафран, Ю.В. Чумаєва, В.В. Голікова, О.П. Огуленко, І.О.Цибулько// Актуальные проблемы транспортной медицины. №4(58) 2019. С.7-18.

УДК 159.9

ЕФЕКТИВНІСТЬ ПСИХОКОРЕКЦІЇ ПСИХІЧНОЇ ВТОМИ ОПЕРАТОРІВ МОРСЬКОГО ТРАНСПОРТУ ЗАСОБАМИ ПОЛФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ЗВУКОКОЛІРНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ

Т. С. Гогоман

Студентка 3-го курсу денної скороченої форми навчання
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Ю. В. Чумаєва

Кандидат психологічних наук
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Проблема психодіагностики, контролю і корекції функціонального стану операторів морського транспорту, що працюють в складних та іноді екстремальних умовах, які вимагають тривалого або підвищеного рівня уваги при депривації сну або при порушенні нормального циклу неспання-сон, що є

надзвичайно актуальним фактором прогнозу надійності професійної діяльності [1,2]. Стан втоми - це тимчасове зниження працездатності організму або органу внаслідок інтенсивної або тривалої роботи, яке виявляється в зниженні кількісних і якісних показників роботи і погіршенні координації робочих функцій.

Актуальною проблемою залишається відновлення працездатності операторів морського транспорту за допомогою сучасних засобів психокорекції, які були б придатними до використання у виробничих умовах. Одним з таких засобів є Програма поліфункціональної звукоколірної регуляції психічних станів Волженцевої І.В.

Мета дослідження: визначення ефективності психокорекції психічної втоми операторів морського транспорту засобами поліфункціональної звукоколірної регуляції та можливості їх використання на практиці.

Матеріали та методи. В дослідженні прийняли участь 32 оператора морського транспорту, серед яких судноводії, помічники капітанів, судномеханіки віком 27-55 років та середнім стажем роботи $12 \pm 0,5$ років.

Дослідження показників психічної втоми проводилося до та після сеансу поліфункціональної звукоколірної регуляції психічних станів за наступними методиками: таблиця Шульте-Горбова (Ш-Г), «Переплутані лінії» (ПЛ) [3], критична частота злиття миготінь (КЧЗМ), рухливість нервових процесів (РНП) та модифікованого попарного тесту Люшера.

Результати дослідження. В результаті проведеного дослідження були розраховані такі показники, як час виконання завдань на увагу та кількість помилок, показник втоми за РНП, Психічна втома, психічна працездатність, вегетативний коефіцієнт та сумарне відхилення від норми за Люшером, а також показник КЧЗМ. Динаміка отриманих показників відображена в таблиці 2.

Аналіз динаміки показав достовірні відмінності за критерієм Стьюдента за переліченими показниками, що свідчить про позитивний вплив обраної Програми психокорекції. Крім того отримані відмінності представлені на рис 1 у відсотковому співвідношенні до початкових значень показників функціонального стану. Діаграма візуально відображає позитивну динаміку всіх представлених показників зменшення психічної втоми.

Таблиця 1

Динаміка показників втомі до та після психокорекції

Показники	Психокорекція		Δ , %
	До	Піс ля	
Психічна втома (Люшер), бал	4,54±0,21*	3,54±0,18*	2 1,5
Таблиця Шульте-Горбова, час	154,05±3,5*	126,03±3,1*	1 8,8
Ш-Г, помилки	1,5±0,5	0,5±0,2	1 3,6
«Переплутані лінії», час	142,4±2,8	92,21±2,5	1 5,0
«Переплутані лінії», помилки	2,8±0,5	1,2±0,3	5 2,0
Психічна працездатність (Люшер), бали	6,14±0,22**	7,36±0,11**	2 0,9
Втома (РНП), у.о.	12,5± 0,90**	8,6 ± 0,65**	3 1,2
Вегетативний коефіцієнт (Люшер)	0,78**	0,98**	2 0,3
Сумарне відхилення (Люшер), бали	16,9*	12,5*	3 4,8
КЧЗМ, (біле), Гц	45,3 ± 3,46	48,07 ± 3,89	7 ,5
КЧЗМ, (зелене), Гц	42,4 ± 3,40	45,6 ± 3,28	7 ,5
КЧЗМ, (червоне), Гц	43,6 ± 5,27	47,4 ± 4,77	8 ,7

Примітка: * - $p < 0,05$; ** - $p < 0,001$

Таким чином, за результатами дослідження доведена ефективність застосування програми поліфункціональної звукоколірної психокорекції психічних станів для підвищення розумової працездатності операторів морського транспорту та її позитивний вплив на динаміку показників уваги, сенсомоторних реакцій, психоемоційного стану за короткий термін застосування.

Література

1. Шафран Л.М. Теория и практика профессионального психофизиологического отбора моряков: Монография // Л. М. Шафран, Э. М. Псядло.– Одесса: Фенікс, 2008.– 292 с.

2. Шафран Л.М. Особливості відновлення психофізіологічних функцій водіїв автотранспорту на етапах медико-психологічної реабілітації / Л.М. Шафран, Ю.В. Чумаєва, О.П. Огуленко, С. Г. Сидоренко // Актуальні проблеми транспортної медицини. - 2016. - № 4 (46). - С. 34-43.

3. Практикум по психологии внимания [Текст] : [практ. пособие] / Э. М. Псядло; Укр. НИИ медицины трансп. МЗУ. - 3-е изд., доп. и перераб. - Одесса : Фенікс, 2019. - 275 с.

УДК 159.922.4

САМОТНІСТЬ ЯК ФАКТОР ПОРУШЕННЯ АДАПТАЦІЇ У МОРЯКІВ

А. В. Бердега, студентка 4 курсу,

Р. П. Шевченко, доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри практичної психології ОНМУ

Для проведення дослідження особливостей прояву суб'єктивного відчуття самотності у моряків була використана Методика суб'єктивного відчуття самотності Д. Рассела та М. Фергюсона, за допомогою якої було вивчено рівень самотності випробуваного, а також виявлено наскільки суб'єкт відчуває себе самотнім.

За нашими спостереженнями, феномен стану самотності моряків має свої особливості. Зокрема, деякі досліджені вказували на те, що почуття самотності, яке вони переживають, вони розцінюють як виражено суб'єктивний стан. Зазначали, що відчувають специфічне відчуття повної зануреності у свій внутрішній світ.

У ході роботи ми пропонували студентам, які взяли участь у дослідженні, низку тверджень. Акцентували увагу респондентів на необхідності послідовно розглянути кожне, оцінити з точки зору частоти їх прояву в повсякденному житті.

Як наочно демонструють отримані у дослідженні дані, у першій віковій групі, куди увійшли досліджені студенти-моряки від 19 до 35 років, рівень виразності «часто» в оцінці стану самотності був виявлений у 6 осіб, що становило 33% від загальної кількості опитаних у цій віковій групі.

Рівень виразності «іноді» в оцінці ступеня та частоти виразності виділеного фактору було виявлено у 7 осіб, що відповідає 39% від загальної кількості досліджених у цій групі.

Показнику «рідко» у виділеному факторі ступеня вираженості стану самотності відповідали 4 особи з числа опитаних у цій віковій групі, що відповідає 22% від загальної кількості респондентів першої вікової групи.

Рівень виразності "ніколи" був зафіксований у 1 особи, що відповідало 6% від загальної кількості респондентів цієї вікової групи.

Виявлена картина показників наочно продемонструвала актуальність обраної теми, а також необхідність подальших досліджень.

Література

1. Хараш А.У. Психологія самотності /А.У. Хараш // Новий вік. – 2000. – № 4. – С.7-16.
2. Шагивалеева Г.Р. Самотність та особливості його відчуття студентами: [моногр.] / Г. Р. Шагивалеева. – К: Алмедиа, 2007. – 157 с.
3. Швалб Ю. М., Данчева О. В. Самотність: соціально-психологічна проблема / Ю. М. Швалб, О. У. Данчева.- Київ, 1991. – 216с.
4. Юр'єва Л.М. Особливості синдрому вигорання у працівників органів внутрішніх справ / Л.М. Юр'єва, С.І. Вишніченко// Таврічеський журнал психіатрії. – 2012. – Т. 16, № 4 (61). – С. 175–178.
5. Юр'єва Л.М. Історія. Культура. Психічні та поведінкові розлади: монографія / Л.М. Юр'єва. - К.: Сфера, 2002. - 314 с.
6. Юр'єва Л.М. Кризові стани: монографія / Л.М. Юр'єва. - Дніпропетровськ: Артпрес, 1998. - 164 с.
7. Юрьєва Л.Н. Порухення адаптації при психосоціальних стресах: діагностика, профілактика та корекція // Сімейна медицина.- №4 (60), 2015.- с. 89-92

8. Haan N. Coping and defending / N. Haan. – N.-Y.: The free press, 1977. – 237p. 63. Young J. E. An instrument for measuring loneliness // Paper presented at the annual meeting of the American Psychological association. New York. - 1979. - p. 75–90.

9. Koch Ph.J. Loneliness without objects // The Southern journal of philosophy. - Memphis, 1983. - vol. 21. - № 2. - p. 193 - 209

10. Seafarers journal // <https://www.seafarersjournal.com/sociaty/problema-rasstrojstva-adaptatsii/>

11. Tsahaeva A.A., Gasanova P.G., Daudova D.M., Aminova J.K., Kabieva R.A. Professional motivation of the doctrine as subject of scientific research European Journal of Natural History. 2016. № 5. С. 125-127.

12. Tsahaeva A.A., Aminova J.K., Aminov U.K., Gasanova P.G., Daudova D.M. Emotional burn-out of the young psychologist while performing job functions. European Journal of Natural History. 2016. № 3. С. 136-139.

13. Zimmermann J.G. Über die Einsamkeit. Troppau, 1785–1786. Т. 1.

14. UK P&I Club // <https://www.ukpandi.com/> York. - 1979. - p. 75–90.

УДК 37.015.33:371.315.5

ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДУ СОЦІОМЕТРІЇ ДЛЯ ЕФЕКТИВНОГО ФОРМУВАННЯ ЕКІПАЖУ МОРСЬКИХ СУДЕН

Ю. І. Коваль

Н. О. Зарембо, кандидат психологических наук,
доцент кафедри практичної психології
Одеський Національний Морської Університет

• Соціометрія - теорія виміру міжособистісних відносин, автором якої є американський психіатр та соціальний психолог Дж. Морено. Під соціометрією розуміється методика вивчення міжособистісних відносин та ієрархії у малих групах. Метод дозволяє отримати інформацію про реальний статус людини в

групі, психологічну сумісність між членами групи в даний момент і структуру підпорядкованості, що склалася

• Залежно від завдань, які покликане вирішити дослідження, та від особливостей (вікових та професійних) груп, що вивчаються, формуються критерії соціометричного вибору. Критерій - це вид діяльності, до виконання якої індивіду потрібно вибрати чи відкинути одного чи кількох членів групи. Він формулюється як певного питання соціометрического тесту. За змістом критерії можуть бути формальними та неформальними. За допомогою перших вимірюються відносини щодо спільної діяльності, заради виконання якої створено групу. Другі служать для виміру емоційно-особистісних взаємин, не пов'язаних із спільною діяльністю (наприклад, вибір товариші для дозвілля). Залежно від орієнтації критерії поділяються на позитивні («З ким би ви хотіли працювати?») та негативні («З ким би ви не хотіли працювати?»). Після вибору та формулювання критеріїв складаєте і опитувальник, що містить інструкцію та перелік критеріїв.

Приклади питань вивчення ділових відносин:

А) З ким із членів команди Ви б хотіли чергувати?

Б) З ким із членів команди Ви б не хотіли чергувати?

Приклади питань для вивчених особистих відносин:

А) З ким із членів команди Ви хотіли б прожити в одній каюті?

Б) З ким із членів команди Ви не хотіли б прожити в одній каюті?

А) З ким із членів команди Ви хотіли б вийти у місто/провести вихідний?

Б) З ким із членів команди Ви хотіли б вийти у місто/провести вихідний?

• Класифікація піддослідних за підсумками соціометричного експерименту

Статусна група Кількість одержаних виборів

«Зірки» Вдвічі більше, ніж середня кількість отриманих виборів одним випробуваним

«Вважати за краще» У півтора рази більше, ніж середня кількість отриманих виборів одним випробуваним

«Прийняті»

«Неприйняті» У півтора рази менше, ніж середня кількість отриманих виборів одним випробуваним

«Відкинуті» Рівно нулю або вдвічі менше, ніж кількість отриманих виборів одним випробуваним

- Використання соціометрії дозволяє проводити вимірювання авторитету формального та неформального лідерів для перегрупування людей у командах так, щоб знизити напруженість у колективі, що виникає через взаємну ворожість деяких членів групи. Метод дозволяє отримати інформацію про реальний статус людини в групі, психологічної сумісності між членами групи в даний момент і структуру підпорядкованості, що склалася. Капітану буде відомо, чи варто взагалі випускати таку команду в морі, чи буде за підсумком робота виконана.

- Соціометрична процедура може мати на меті:

- а) вимірювання ступеня згуртованості-роз'єднаності групи;

- б) виявлення «соціометричних позицій», тобто співвідносного авторитету членів групи за ознаками симпатії-антипатії, де на крайніх полюсах виявляються «лідер» групи та «відкинутий»;

- в) виявлення внутрішньогрупових підсистем, згуртованих утворень, на чолі яких може бути свої неформальні лідери.

- Необхідно постаратися встановити атмосферу довіри у відносинах із групою. Відсутність довіри до експериментатора, підозри в тому, що результати опитування можуть бути використані на шкоду випробуваному, призводять до відмови виконувати завдання в цілому або відмову здійснити негативний вибір. Після цього приступаємо безпосередньо до опитування. Йому піддаються усі члени групи. Респонденти повинні записати прізвища членів групи, обраних ними за тим чи іншим критерієм, до опитувального листа та вказати своє прізвище. У процесі опитування дослідник повинен стежити, щоб опитувані не спілкувалися між собою, постійно підкреслювати і нагадувати про обов'язковість відповіді всі питання. Не слід поспішати, підганяти піддослідних із відповідями. У той же час, якщо випробувані не мають списку членів групи, не слід перешкоджати візуальним контактам. Прізвища відсутні бажано написати на дошці.

• Можливі три основні способи вибору:

1) Кількість виборів обмежується 3 – 5;

2) дозволяється повна свобода вибору (кожен може записати стільки рішень, скільки забажає);

3) випробуваний ранжує всіх членів групи залежно від запропонованого критерію.

З погляду простоти та зручності обробки результатів кращий перший спосіб. З погляду надійності та достовірності отриманих результатів – третій. З іншого боку, методом ранжирування вдається зняти побоювання негативний вибір. Нижче наведено приклад обстеження групи за допомогою першого способу вибору, тобто кожен респондент має право вибрати лише трьох осіб.

УДК 159.9

ВПЛИВ ІНДИВІДУАЛЬНО-ТИПОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ НА СХИЛЬНІСТЬ ДО ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ В ПЕРІОД ПАНДЕМІЇ COVID- 19 СЕРЕД МОРЯКІВ

Анастасія Олексіївна Златьєва

Студентка 4 курсу 1 групи ННМГІ

Одеський національний морський університет

м. Одеса, Україна

Юлія Володимирівна Чумаєва

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри прикладної психології

Актуальність даної роботи полягає в тому, що не дивлячись на те, що існує дуже багато робіт по вивченню синдрому емоційного вигорання, деякі дослідники чесно кажуть, що немає теорії, яка може повністю обґрунтувати та пояснити етіологію емоційного вигорання.

В. Є. Орел зазначає у своїх роботах, що існує досить багато неоднозначних поглядів на саме визначення вигорання, на його структуру, генезис та механізми виникнення. Ті дані, які ми маємо у загальному доступі, отримані більш за все не завдяки дослідженням, а завдяки спостереженням. Більш ніж за сорок років

вивчення історії феномену вигорання досить не сформульована єдина концепція та немає одного погляду про структуру та етапи самого вигорання. Щоб відповісти на ці основні питання, насамперед, потрібні довготривалі лонгітюдні дослідження. [1]

Як зазначає С. Maslach, більшість наявних даних щодо самого феномена вигорання є результатом поперечних досліджень або дослідницьких моделей причино-наслідкового характеру. Найтриваліше дослідження – це робота Cherniss, яка тривала 12 років. [2]

Метою роботи є - теоретично обґрунтувати, експериментально дослідити та проаналізувати вплив індивідуально-типологічних особливостей особистості на схильність до емоційного вигорання в період пандемії у моряків.

При написанні даної роботи було використано такі методи наукового дослідження, як: аналіз, систематизація, узагальнення, бесіди (форма – індивідуальна), тестування, анкетування, опосередковане та пряме спостереження, експеримент, математико-статистичні методи обробки отриманих даних. [3]

В емпіричному дослідженні було використано дві діагностичні методики. Перша – Індивідуально-типологічний опитувальник (ІТО) Л. Н. Собчик (дорослий варіант). Друга методика – Діагностика рівня емоційного вигорання В. В. Бойка. Дана методика системно та детально допомагає проаналізувати в якій мірі виражені 12 симптомів синдрому «вигорання», враховуючи компоненти, до яких вони відносяться. [4]

Емпіричне дослідження було проведено на базі двох круїнгових компаній: Marlow Navigation та MSC (Mediterranean Shipping Company). У дослідженні прийняло участь 24 осіб, 18 чоловіків та 6 жінок, віком від 20 до 38 років. 12 моряків працюють на круїзних лайнерах та 12 – на суховантажниках.

Результати дослідження. У підсумку, ми отримали такі дані: 66,67% опитаних набрали середні бали за агресивністю й стільки ж опитаних набрали середні бали за ригідністю. Це свідчить про те, що у більшості виражений егоцентризм та схильність до агресивної манери самоствердження за рахунок інтересів оточуючих. Також, ці люди педантичні та стійкі до стресу.

У більшості моряків не сформована фаза напруги та на етапі формування стадія виснаження (рис.1).

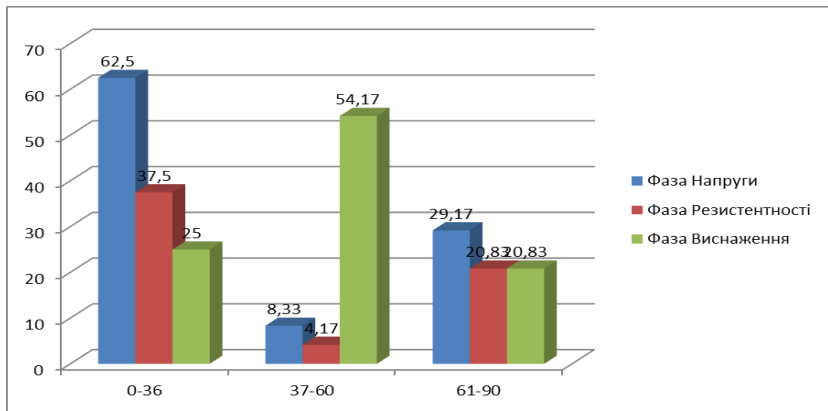


Рис 1. Розподіл за методикою «Діагностика рівня емоційного вигорання» В. В. Бойка

За допомогою кореляційного аналізу виявлені кореляційні зв'язки між шкалами ІТО Екстраверсією та фазою Напруги, коефіцієнт кореляції $-0,272$; між Тривожністю та фазою Резистентності, коефіцієнт кореляції $0,290$; між Лабільністю та фазою Напруги, коефіцієнт кореляції $0,253$; між Інтроверсією та фазою Виснаження, коефіцієнт кореляції $0,243$. Але достовірно виявлених кореляційних зв'язків не значна, тому можна зробити висновок, що виявлені взаємозв'язки представляють собою лише тенденції. Це означає, що немає жорсткого взаємозв'язку між емоційним вигоранням та індивідуально-типологічними особливостями особистості моряків під час пандемії COVID-19.

При порівнянні двох груп, які працюють на судах різних типів виявлено, що для моряків, які працюють на круїзних лайнерах показник сензитивності має вищі значення, ніж для моряків, які працюють на суховантажниках. Це, в свою чергу, може бути обумовлене їх профільним спрямуванням на роботу на задоволення потреб пасажирів судна та особливостями сфери послуг.

Література

1. Melamed S., Shirom A., Toker S., Berliner S., Shapira I. Burnout and risk of cardiovascular disease: evidence, possible causal paths, and promising research directions. *Psychol Bull.* 2006. Vol. 132 (3). P. 327–353.

2. Adolescent psychiatric disorders during the covid-19 pandemic and lockdown / S. B. Guessoum, J. Lachal, R. Radjack [et al.] // *Psychiatry Research*. — 2020. — Vol. 291. — P. 113264. DOI: 10.1016/j.psychres.2020.113264.

3. Лаврова М. Г. Теоретичний аналіз сучасних поглядів на поняття «емоційне вигорання». *Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. Психологія*. 2014. Т. 19. Вип. 2 (32). С. 194–202.

4. Ліфарєва Н.В. Психологія особистості: навчальний посібник. - Київ: Центр навчальної літератури, 2003.-240 с.

УДК 159.371

ЗВ'ЯЗОК СТРУКТУРИ МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ ПІДЛІТКІВ З РІВНЕМ УСПІШНОСТІ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Ю. В. Гузунова

студентка 4 курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Ю. Є. Кокоріна

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. В умовах сучасного динамічного, з одного боку, та уніфікованого соціуму – з другого, постійно змінюються соціальні орієнтири, що спрямовують розвиток людства. За цих обставин особливо гостро постає проблема збереження особистісної цілісності та індивідуальної неповторності людини, що забезпечується її мотиваційно-потребнісною сферою. Відомо, що підлітковий вік є динамічним/нестабільним періодом, в якому особистість зазнає значних змін, які зачіпають не тільки стосунки між батьками та друзями, але й стосуються навчання. Тому дослідження мотиваційної сфери підлітка є дуже актуальною, тому що стосується питань самореалізації та саморозвитку особистості.

Мета дослідження полягає у вивченні мотиваційно-потребнісної сфери підлітка в залежності від рівня успішності у навчанні.

Викладення основного матеріалу. З метою вивчення зв'язку мотиваційно-потребнісної сфери підлітка з рівнем успішності у навчанні було проведено дослідження, в якому прийняли участь 30 учні 8-го та 9-го класів. За допомогою методики В.Е. Мільмана «Діагностика мотиваційної структури особистості» визначалися мотиваційні установки на навчання, загальну життєву спрямованість, робочу спрямованість особистості та тип мотиваційного профілю.

Отже, за результатами дослідження структури мотиваційної сфери в учнів 8-го класу було виявлено домінування загальножиттєвої спрямованість особистості (80% підлітків) над робочою спрямованістю особистості (20% підлітків).

Визначено наступні типи мотиваційного профілю: прогресивний тип -60% підлітків; регресивний - 13% учнів; експресивний - 20% учнів; імпульсивний тип мотиваційного профілю -6% учнів.

Серед учнів 8-го класу, що навчаються відмінно, загальножиттєва спрямованість визначена у 60%, що переважає над робочою (40% підлітків). Прогресивний тип мотиваційного профілю спостерігається у 100% підлітків з високим рівнем успішності.

Серед учнів 8-го класу, що мають середній рівень успішності, загальножиттєва спрямованість переважає у 80%, робоча спрямованість визначена лише 20% учнів.

У підлітків з низьким рівнем успішності загальножиттєва спрямованість спостерігається у 100%, робоча спрямованість у даної категорії за результатами дослідження не спостерігається.

Отже, згідно з отриманих даних, можна припустити, що для учнів 8-го класу переважаючою визначена загальножиттєва спрямованість, а тип мотиваційного профілю змінюється в залежності від успішності навчання. Також для підлітків з високим рівнем успішності визначено прогресивний тип мотиваційного профілю, та відповідно переважаючими мотивами є мотиви творчої активності та соціальної корисності, домінуючою також є мотивація спілкування. Для підлітків з низьким рівнем успішності визначено декілька типів мотиваційних профілів, зокрема: експресивний, імпульсивний та регресивний,

домінуючими є мотиви спілкування, творчої активності та статусно-престижна мотивація.

За результатами дослідження структури мотиваційної сфери учнів 9-го класу було визначено також домінування загальножиттєвої спрямованості особистості (86% підлітків) над робочою (13% підлітків). Також було визначено три типу мотиваційних профілів: прогресивний тип - 73% підлітків; регресивний тип - 20% учнів; імпульсивний тип - 6,6% підлітків.

Серед підлітків, що навчаються відмінно домінуючою є загальножиттєва спрямованість особистості (60% учнів) над робочою (40% учнів). Визначено домінування прогресивного типу мотиваційного профілю (100% підлітків).

У підлітків, що мають середній рівень успішності домінуючою є загальножиттєва спрямованість особистості, та прогресивний тип мотиваційного профілю - 100% учнів.

У підлітків з низьким рівнем успішності домінуючою є загальножиттєва спрямованість особистості - 100%, та визначено три типу мотиваційного профілю: регресивний - 60% учнів, прогресивний - 20% учнів, імпульсивний - 20% учнів.

Отже, у учнів 9-го класу домінуючою є загальножиттєва спрямованість особистості. Серед підлітків, що мають високий рівень успішності та середній домінуючий є прогресивний тип мотиваційного профілю. У підлітків з низьким рівнем успішності визначено три типу мотиваційних профілів: регресивний тип, імпульсивний тип та прогресивний.

За результатами дослідження структури мотиваційної сфери підлітків в залежності від успішності навчання можна зауважити на тому, що структура мотиваційної сфери підлітків, які мають високий та низький рівні успішності має значні відмінності.

Порівнявши результати дослідження учнів 8-го класу, можна відмітити, що структура мотиваційної сфери підлітків з низьким рівнем успішності відрізняється від структури мотиваційної сфери підлітків з високим рівнем успішності.

Однаковий рівень розвитку має шкала мотивації підтримки життєдіяльності у підлітків з високим та низьким рівнем успішності. Мотиви комфорту та статусно-престижна мотивація є переважаючими у підлітків з низьким рівнем знань. Мотивація спілкування, мотивація загальної активності, мотиви творчої активності та соціальної корисності мають вищий рівень розвитку

у підлітків з високим рівнем знань ніж у підлітків з низьким рівнем знань.

Структура мотиваційної сфери учнів 9-го класу, що мають високий та низький рівні успішності також має відмінності. Мотивація підтримки життєдіяльності та мотивація загальної активності є однаково важливою для підлітків з високим та низьким рівнем знань. Мотиви комфорту та спілкування є більш важливими для підлітків з низьким рівнем знань, на відміну від підлітків з високим рівнем знань. Статусно-престижна мотивація, мотиви творчої активності та мотиви соціальної корисності мають вищий рівень розвитку у підлітків з високим рівнем знань.

Висновки. Таким чином, у ході емпіричного дослідження було визначено зв'язок мотиваційно-потребнісної сфери підлітка з рівнем успішності у навчанні. Загальною рисою для учнів й 8-го, й 9-го класів стає домінуюча загальножиттєва спрямованість особистості над робочою. Також було виявлено, що успішне навчання пов'язане з прогресивним типом мотивації, і навпаки, чим гірші результати у навчанні демонструє підліток, тим більш регресивний тип мотивації спостерігається.

Література

1. Баришева О.І. Самовизначення та самореалізація як мотив участі старшокласників у гуртковій роботі: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Інститут психології ім. Г.С.Костюка АПН України. Київ, 2001. 249 с.

2. Докучина Т. О. Мотивація навчання як запорука стимулювання учнів до досягнення успіху. Педагогічна освіта: теорія і практика: зб. наук. праць. Кам'янець-Подільський: ПП Зволейко Д.Г., 2016. Вип. 8. С.32-37.

3. Подшивайлов Ф. М. Теоретико-методологічні засади визначення поняття мотиваційної сфери особистості. Освіта та розвиток обдарованої особистості. 2015. № 10. С.19-27.

ЗВ'ЯЗОК САМОСТАВЛЕННЯ ТА ОБРАЗУ Я В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

О. Гуцан

студентка 4 курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Ю. Є. Кокоріна

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. У сучасному суспільстві є гострою проблема невдоволеності людей власною зовнішністю. Це пов'язано із впливом соціокультурних факторів на формування образів ідеальної зовнішності, культивуванням певних стандартів поведінки в догляді за зовнішністю, ототожненням привабливої зовнішності з життєвою успішністю, заможністю, благополуччям.

Відомо, що зовнішність наділяється великою кількістю функцій, їй приписується не тільки індикативні, регулятивні функції, але також функції зміцнення самооцінки, підвищення привабливості, отримання схвалення, поваги, збільшення впливу на інших, вибудовування владних відносин. Ці функції зовнішнього вигляду відзначаються у процесі розгляду ролі зовнішнього вигляду в юнацькому середовищі, в якій поширені упередження: привабливий зовнішній вигляд може забезпечити велику кількість друзів, за його допомогою легше отримати схвалення і т. ін. З самооцінкою зовнішнього вигляду пов'язують оцінку своїх якостей особистості, наприклад, товариськість, чуйність, чесність, доброту. Основною проблемою є проблема прийняття молодими людьми свого зовнішнього вигляду. Це може бути пов'язано з кризою ідентичності, яка характерна для періоду юнацтва. Неадекватне, деструктивне самоствавлення, яке супроводжується низьким рівнем самоповаги та самоприйняття може блокувати процес особистісного зростання та привести до аутоагресивної й навіть до делінквентної поведінки. Тому важливо

звернути увагу до вивчення проблемних аспектів самоставлення особистості та образу Я в юнацькому віці.

Мета дослідження полягає у вивченні зв'язку між образом Я та відношенням до себе у період юнацтва.

Викладення основного матеріалу. З метою вивчення зв'язку між образом Я та відношенням до себе у період юнацтва було проведено дослідження за допомогою опитувальника образу власного тіла (О.А. Скугаревський та С.В. Сивуха) та методики дослідження самовідношення (МДС) Р.С. Пантелеєва.

Результати методики опитувальника образу власного тіла (О.А. Скугаревський, С.В. Сивуха) продемонстрували, що більшість респондентів юнацького віку незадоволені образом власного тіла (63%), і тільки 37% респондентів мають позитивний образ. Слід зазначити, що різниця, яка спостерігається за гендерними показниками не є дуже вагомою: і для юнаків, і для дівчат більш притаманний негативний образ власного тіла. Хоча дівчата демонструють більш напружене відношення до власного тіла: 70% з них негативно ставляться до образу власного тіла, 30% - позитивно), в порівнянні з юнаками, де 54% респондентів відчують негативне ставлення до власного тіла та 46% - позитивно.

За методикою дослідження самовідношення (МДС) Р. С. Пантелеєва, найбільшу вираженість мають шкали «Конфліктність» та «Самозвинувачення», що може свідчити про незбалансований погляд на себе, який орієнтований на вимогу відповідності очікуванням суспільства, з одного боку, с другого - критичне ставлення особистості до себе та відчуття провини і самозасудження може демонструвати конфлікт між «Я реальним» та «Я ідеальним», що притаманний юнацькому віку.

Середні показники шкал «Самоцінність» та «Самоприв'язаність» можуть вказувати на вибіркове ставлення особистостей до себе й своїх особистісних властивостей. Інакше кажучи, схильність високо оцінювати лише деякі свої якості, і, водночас, зневажати та нехтувати інші якості, відчувати недооціненість оточуючими, може призвести до відчуття малозначущості та малоцінності себе.

Низькі показники шкал «Самокерівництво», «Дзеркальне Я», «Самосприймання» можуть свідчити про ослаблені або незбалансовані механізми саморегуляції, самосприйняття, самоповаги, де особистість юнацького віку зіштовхується з

внутрішніми та зовнішніми перешкодами на шляху формування самоставлення та образу Я. Це може перешкоджати юнаку на шляху до своїх цілей та успіхів, та приводити до відчуття неповаги з боку оточуючих та друзів.

Висновки. Таким чином, у ході емпіричного дослідження було визначено зв'язок між образом Я та відношенням до себе у період юнацтва. Загальними рисами, які притаманні респондентам юнацького віку стали: незбалансована саморегуляція, зовнішня каузальна орієнтація, орієнтація поведінки на соціальну бажаність, труднощі до самоповаги, неадекватна самооцінка, відчуття самоневпевненості, висока самокритичність та незадоволеність собою, що перекладається на образ власного тіла, якій набуває негативних рис. Все це формує у особистості відчуття напруги та тривоги, і, в свою чергу, заважає формувати позитивний образ себе.

Література

1. Даниленко Н. М. Особливості ставлення до зовнішності дівчат юнацького віку з різним співвідношенням задоволеності та стурбованості зовнішнім виглядом. Харківський осінній марафон психотехнологій (каталог психотехнологій; тези доповідей) : матеріали III міжрегіонал. наук.-практ. конф. - Харків, 2019. С. 102-104.

2. Сидоренко Ж.В., Недбалюк О.О. Проблемні аспекти самоставлення особистості в юнацькому віці / Науковий вісник ХДУ. - Вип.1. (Том 1.), 2018. С. 163- 168.

Секція № 3

ІННОВАЦІЙНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ТРАНСФОРМАЦІЙНИХ ЗМІН СОЦІУМУ

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ НАВЧАННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Вячеслав Миколайович Рубський

д.ф.н, доц. каф. Практичної психології ОНМУ

У недавній період пандемія COVID-19 несла у собі ризик смерті від вірусної інфекції, і як наслідок - психологічний стрес для людей по всьому світу [6]. Сьогодні ми маємо фактор панвоєнного стану. Цей термін означає підвищену тривожність у зв'язку з воєнними діями людей, незалежно від того, наскільки вони безпосередньо близькі до воєнних дій. Якщо в період домашнього локдауну при коронавірусі кризова ситуація продукувалася обмеженнями на вихід з дому, активний відпочинок, тілесно включену комунікацію з однолітками, що в більшості випадків призводило до різкого ослаблення мотивації у більшості учнів, то тепер це змінилося постійною тривогою і деструктивним емоційним. смертей та руйнувань. Як у першому, так і в другому випадку головним мотиватором таких психопроцесів є офіційне та неофіційне ЗМІ, стихійна паніка, обґрунтовані та необґрунтовані страхи.

У період комендантського режиму так само як і в карантині домашня нудьга та інформаційне голодування трансформуються у розсіяну тривожність, посилюють страх потрапити в циклон військових дій. Це сприяє поширенню хибної епатажної інформації. Часто це відбувається на тлі погіршення фінансового стану сім'ї.

Війна, як і COVID-19 дистанціює викладача та студента та в цілому студента від освітнього процесу. Вимоги навчального процесу психологічно компенсуються тілесно-тактильним компонентом спілкування, який виявляється незамінним завданням онлайн-лекцій та семінарів. Швидкість навченості падає у тому, що робочі програми написані не враховуючи цього своєрідного

стресу. Для багатьох студентів таке жорстке обмеження у тактильних комунікаціях на тлі загальної соціальної тривожності переживається вперше у житті.

У колективній статті останнього номера журналу «Personality and Individual Differences» (Vol. 195) [7] розглянуто деякі психологічні наслідки російського вторгнення в Україну. Відповідно до дослідження авторів війна викликає психотравми як її учасників і біженців, а й ширших груп, куди впливає висвітлення війни у ЗМІ. Крім того, згідно з іншими повідомленнями, дисфункціональна тривога та негативне постійне мислення можуть бути явними індикаторами психічного здоров'я перед кризою. Метою даного дослідження була побудова та первісна оцінка психометричних властивостей Шкали занепокоєння про війну (WAS) та Шкали сталого мислення про війну (WPTS). До дослідження було включено 553 поляки віком від 18 до 81 року (57% з яких були жінками) та 216 українських військових біженців віком від 18 до 61 року (79% з яких були жінками), які приїхали до Польщі. Обидві шкали показали однофакторну структуру із сильною внутрішньою узгодженістю. Показники WAS та WPTS позитивно корелювали з показниками симптомів посттравматичного стресового розладу, депресії та ядерної стурбованості та негативно корелювали з показниками психічної стійкості та ядерної підтримки.

Це підтверджується й іншими дослідженнями, які показали, що надзвичайні заходи можуть мати безліч психологічних наслідків для учнів, які можуть виражатися у формі тривоги, страху та занепокоєння [3].

Минулого року поряд з науковцями для студентів у Китаї було проведено кількісне дослідження психологічних наслідків епідемії COVID-19. у якому 7143 респонденти заповнили анкету[2]. Їхні індонезійські колеги також опублікували власне дослідження «Психологічний вплив онлайн-навчання на студентів під час пандемії COVID-19» [1]. Проте досі не проводилось докладних досліджень психологічного впливу студентів України.

Результати досліджень у Китаї та Індонезії вказують на появу дратівливості у випробуваних у їх оточуючих людей. Більшість учасників заявили, що учасники були незадоволені ситуацією, якщо мала місце різка зміна режиму дня або порушення роботи інтернет-мережі.

Згідно з дослідженнями, спочатку люди відчують певне задоволення від тривалої «відпустки», вони можуть більше відпочивати і нічого не робити. За словами Сімона Вільямса (S.N. Williams), згодом людям стає нудно, потім відбувається нагнітання наявних невротичних реакцій [5].

Дослідження, проведене Японії, показало, що проживання у міських районах більше сприяє зниженню тривожності студентів, ніж у сільській місцевості під час спалаху COVID-19 [4]. За його словами, причина дисбалансу економічних, культурних та освітніх ресурсів між міською та сільською місцевістю.

Емоційні розлади, що характеризуються перепадами настрою (циклотімія). Студенти зазнавали емоційних розладів через, як їм здавалося, занадто велику кількість завдань. Хоча вимоги до і після локдауну були тотожні.

Практикуючі психологи в Україні свідчать про значне збільшення кількості клієнтів зі скаргами на тривожність, незібраність, панічні атаки тощо.

Висновок: працездатність та психічне здоров'я учнів сильно залежать від умов надзвичайної ситуації у період воєнних дій. Учні як окремий уразливий контингент потребують окремих заходів, що компенсують витрати вимушеного онлайн навчання. Психологічні дослідження початку війни Росія-Україна 2022 року показали, що студенти вимагають уваги, допомоги та підтримки з боку спільноти, сім'ї та вищих навчальних закладів. Дослідникам цієї тематики слід розробити симетричні заходи щодо охорони психічного та фізичного здоров'я студентів в умовах воєнного часу.

Література

1. Andi Wahyu Irawan, Dwisona, Mardi Lestari. Psychological Impacts of Students on Online Learning During the Pandemic COVID-19 / KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal). <https://doi.org/10.24042/kons.v7i1.6389>
2. Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7102633>
3. Sharp, J., & Theiler, S. (2018). A review of psychological distress among university students: Pervasiveness, implications and potential points of intervention. / International Journal for the

Advancement of Counselling, 40(3), 193-212.
<https://link.springer.com/article/10.1007/s10447-018-9321-7>

4. Shigemura, J., Ursano, R. J., Morganstein, J. C., Kurosawa, M., & Benedek, D. M. (2020). Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: mental health consequences and target populations. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 74(4), 281. <https://doi.org/10.1111/pcn.12988>

5. Williams, S. N., Armitage, C. J., Tampe, T., & Dienes, K. (2020). Public perceptions and experiences of social distancing and social isolation during the COVID-19 pandemic: A UK-based focus group study. *MedRxiv* <https://bmjopen.bmj.com/content/bmjopen/10/7/e039334.full.pdf>

6. Xiao, C. (2020). A novel approach of consultation on 2019 novel coronavirus (COVID-19)- related psychological and mental problems: structured letter therapy. *Psychiatry Investigation*, 17(2), 175. DOI: 10.30773/pi.2020.0047

7. Janusz Surzykiewicz, Sebastian Binyamin Skalski, Małgorzata Niesiołowska, Olga Gladysz, Karol Konaszewski. Brief screening measures of mental health for war-related dysfunctional anxiety and negative persistent thinking. *Personality and Individual Differences*. Volume 195, Sept. 2022, p. Available online 4 May 2022, Version of Record 4 May 2022. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111697>

ЮНОШЕСКИТЕ СТРАХОВЕ КАТО БАРИЕРИ В ОБЩУ- ВАНЕТО.

Доротея Росенова Дунева, главен асистент, доктор, катедра „Психология“, Философски факултет, ВТУ „Св.Св. Кирил и Методий“

Резюме: Характера на юношеската диалогичност изисква съобразяване и разбиране за дълбочината на естествените промени, които настъпват в биологично, психологично и социално отношение. Общуването е пространството, в което юношата може да изрази себе си и да получи отговори. Тази територия може да бъде ограничена от фактори свързани както с личността, така и с нейното обкръжение. Те създават бариери и филтри, различни по съдържание и сила на последиците. Докладът прави опит да представи юношеския страх от изява не в контекста на социалните

фобии, а като част от характерните за възрастта съмнения в себе си.

Ключови думи: юноши, бариери, общуване

Adolescent fears as barriers to communication

Summary: The nature of adolescent dialogue requires consideration and understanding of the depth of natural changes that occur in biological, psychological and social terms. Communication is the space in which the adolescent can express himself and receive answers. This territory may be limited by factors related to both the individual and his environment. They create barriers and filters, different in content and strength of consequences. The report attempts to present adolescent fear of expression not in the context of social phobias, but as part of age-specific self-doubt.

Keywords: adolescents, barriers, communication

Юношеството формира фундаментална личностна потребност от самоутвърждаване и общуване на ново социално ниво. Този изключително многопластов по съдържание период бележи личността в нейните диспозиции и социални ориентири. Юношата е драматичен и самотен в своето усилие да се справи едновременно с бурните промени в себе си и хаоса в отношенията му със света. Като удивително съчетание между детство и зрялост този период предоставя възможности за социално експериментиране с различните поведенчески стилове на възрастните и осъзнато ангажиране с произтичащите от тях последствия и отговорности. Критерий за социална зрялост на младежите е придобиването на диференцирани навици на поведение и общуване с различни социални групи. Изисква се овладяване на специфични социални знания, умения и навици. Когато юношите не са усвоили адаптивни форми на социално поведение за справяне с различни социални ситуации неминуемо срещат трудности в цялостния процес на адаптация. Това води до нарушаване на междуличностните отношения, действа като фрустриращ фактор и предизвиква чувство за страдание, неудовлетвореност и неразбиране. Младежите са провокирани към определена защитна реакция, която често има асоциален характер.

В пространството на общуването юношите усвояват поведенчески модели, учат се да мислят, разсъждават и спорят, привързват се, принадлежат и се свързват емоционално. Създавайки умения за социално живеене младежите закрепват представата за себе си и другите и изграждат стратегии за справяне

с предизвикателствата, чрез преодоляване на детски заблуди и критичност към родителския авторитет.

Юношеското общуване е много динамично и своеобразно. Комуникацията е изпъстрена с модерни, съвременни и често чуждоезикови съобщения, които трудно се декодират коректно от родители и учители. Това допълнително усложнява правилното разгадаване на мотивите и предполагаемите цели, които те представляват. Семантичните бариери в комуникацията са само част от съществуващите пречки пред ефективната комуникация между поколенията. Възрастните биха могли да се справят полагайки интелектуално усилие, за да усвоят ново лексикално знание и да повишат комуникативните си умения в опит да разберат по-добре децата си.

Не толкова леки за разчитане са юношеските емоции, които представляват най-тежките за преодоляване бариери в общуването. Юношеската личностна изява в областта на междуличностното общуване има често вертикална линия на поведение. Това е цялостен модел от словесни и безсловесни действия, чрез които юношата се представя на другите и чрез които бива възприет в определена ситуация. Стремещът на младежите да поддържат престиж пред другите често се съпътства от притеснение, естествено за характеристиките на възрастта. Определени фактори свързани с личностните диспозиции променят здравословните граници на притеснението в деструктивни преживявания на тревога и страх. Например: особености свързани с преживяванията и настроенията – емоционално - волевата дейност на юношите става подчертано лабилна и слабо целенасочена, съчетана с противоречиви настроения, тревожност, плачливост и депресивни преживявания. Някои промени в структурата и функцията на юношеския Аз свързани с трудно анализиране и оценяване на социални явления също са мощен предиктор за дезадаптация, която в контекста на общуването създава сериозни бариери.

В „Анатомия на човешката деструктивност“ Фром обръща специално внимание на семейството и стилът на възпитание. Страхът на детето от „терористично наказание“, което не се фиксира върху определено лошо поведение, а е част от авторитарен или свръхпротективен стил на възпитание, може да стане господстващ поведенчески мотив в зависимост от неговия темперамент. Детето толкова пъти предава своята идентичност от страх, че накрая губи себе си. Самооценката и самоуважението му

както и усещането за цялостност бавно и необратимо се разбиват и обезсилват в родителските изисквания или протекции. Ако не събуждаме уменията на детето и не стимулираме творческия му потенциал, ако атмосферата в семейството е студена емоционално, еднообразна и лишена от радост „детето замръзва” в състояние на психическа оскъдица (Фром,2003)

Юношата изпитва потребност от принадлежност и признание, които не могат да бъдат задоволени без форма на изява, която да представлява ценност за дадена група или общност. Съдържанието на тази изява зависи от ефективността на междуличностното общуване и от ценностната ориентация на личността. Общуването има обединяващ център в който юношата вижда себе си през погледа на другите и това е стимул за изява на неговите чувства, разбиране за света, амбиции и социални приоритети. Средата на междуличностно общуване валидира образа, който си е избрал за себе си затова при наличие на определени негативни фактори юношата изпитва тревога и страх. Те се появяват не само в ситуациите, в които не може да се справи, но и в цялостния поток на екзистенциално преживяване на променящия се Аз в новооткритите пространства за себеопознаване и общуване с другите.

Подобно на театрални маски „лицата“ на юношеските страхове демонстрират пред другите своите изкуствени образи – желани, модерни, актуални. Маската е нужна на юношеския страх, за да скрие липсата на доверие в другите и нищожната вяра в себе си, ужасът, че новооткритата свобода и порив на порасналото тяло може да бъде отнета, паниката от свръхинформацията, болката и срамът от някои чувства, яростта от безсилието да отвоюва истинска независимост и отново, макар и лош да бъде обичан.

Страхът да изяви самия себе си е най-мощната бариера за преодоляване както в комуникацията с другите, така и по отношение на вътрешните преживявания. Със същата сила това твърдение важи за родители и учители на юноши, които изпитват затруднения, безпокойства и тревога от липсата на ефективна комуникация. Бариерата се ражда от различните доминанти в приоритетите на родители и юноши и осакатява общуването отнемайки му естествената динамика на приемането. Бихме могли да режисираме думите на юношата, ако му отнемем правото да търси себе си, но трябва да сме наясно с психичните белези и

поведенчески беди, които страхът да бъде, да се развива и мисли ,
ще му нанесе.

Литература

1. Йолов,Г., Градев,Д.(1986) Общуването. Сътрудничество, динамика, активност, Военно издателство, Сф.
2. Фром,Е. (2003) Анатолия на човешката деструктивност, Изд. „Захарий Стоянов“ Сф. 327-329

УДК 159.9

ВПЛИВ БРЕХНИ НА АДАПТАЦИЮ В СІМЕЙНИХ СТОСУНКАХ

В. Л. Федоренко

студент 3 курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет

В. Є. Малиш

старший викладач кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Під адаптивністю в сімейних відносинах розуміється здатність людської психіки змінюватися, пристосовуватися до нових умов існування, без шкоди для себе та без провокації конфлікту із соціальною середою. Процес сімейної адаптації А.М. Розенберг характеризував, як «складний та внутрішньо суперечливий процес пристосування особистості...». Це динамічний, двосторонній процес, на думку таких вчених, як А.Н. Леонтьєва, Л.С. Виготського, С.Л. Рубінштейна, Б.Ф. Ломова, К.А. Абульханової-Славської, Є.В. Шорохової, А.В. Петровського та інших. Сутність адаптації є єдність та довіра взаємодіючих сторін, їх активність спрямована на пізнання одне одного, формування та вибудовування принципів взаємодії та їх корекції у появі такої необхідності.

Під час неодноразово проведених вченими досліджень не раз було доведено, що всі люди брешуть. Навіть найближчі люди, подружжя у яких прекрасні стосунки. З різних приводів і причин,

серйозних і не дуже, навмисно і ні, брешуть на благо і на виправдання. На думку Пола Екмана, «брехня - це дія, якою одна людина вводить в оману іншоу, роблячи це навмисне, без попереднього повідомлення про свої цілі та без виразно вираженого з боку жертви прохання не розкривати правди».

Мета нашого дослідження полягає у визначенні рівня та направлення впливу різних видів брехні на адаптацію в сімейних стосунках.

За даними проведеного опитування по "Шкалі сімейної адаптації (FACES-3)", на вибірці, що складається з 55 осіб, було виявлено, що мінімальна кількість осіб характеризуються «ригідним» способом адаптації 1,8% усієї вибірки (екстремальний рівень) адаптації та «структурований» спосіб адаптації 3,6% усієї вибірки (збалансований рівень). Основними типами сімейної адаптації даної вибірки є «гнучка» 27,3% (збалансований рівень). Представники цього рівня характеризуються високим рівнем адаптації, що досягається з допомогою відкритості, можливістю коригування правил взаємовідносин. "Хаотична" 67,3% (екстремальний рівень) сімейної адаптації. Даний тип характеризується високим ступенем непередбачуваності, рішення є непродуманими імпульсивними. Екстремальні рівні, що ведуть до порушення функціонування сім'ї, «ригідний» та «хаотичний», об'єднаємо в один рівень, за способом адаптації – «екстремальний» 69,1%, а збалансовані, «структурований» та «гнучкий» у «збалансований» 30,9%. Ми отримали комбінацію із двох типів адаптації «екстремальний» і «збалансований». Аналізуючи дані бачимо, що 72,7% всієї вибірки перебувають у шлюбі, при цьому тип адаптації, до сімейних відносин «хаотичний» у половини вибірки 50,9%. Методика «Шкала сімейної адаптації» передбачає, що такий тип адаптації призводить до порушення функціонування сімейної системи, отже якщо система продовжує функціонувати це може говорити про існування компенсаторного механізму, що дозволяє все-таки пристосуватися і залишитися в шлюбі. Ми припускаємо, що однією з частин стратегії, що дозволяє це компенсувати, є брехня. Точніше сказати деякі види брехні з певною інтенсивністю.

У другій частині дослідження ми за допомогою опитувальників «Види брехні» та «Ставлення до брехні» І. П. Шкуратової виявляли рівні брехні для всієї вибірки за такими

видами брехні: «етикетна», «на благо», «фантазія», «виправдання», «умовчання», "плітка", "самопрезентація".

Шкала «Види брехні» діагностує схильність досліджуваного до спотворення інформації про себе в міжособистісному спілкуванні. За результатами опитування превалують такі види брехні: найбільше «умовчання» (4,9), далі, брехня «на благо» (4,6) і третьому місці «етикетна» брехня (4,4). Шкала «Ставлення до брехні» діагностує ставлення людини до різних видів брехні. Більш лояльне ставлення до такі види брехні: «плітка» (10,2), «умовчання» (8,4) і «виправдання» (8,0). І менш лояльне «на благо» (7,7), «фантазія» (6,8), «етикетна» (5,0), «самопрезентація» (5,0).

Результати дослідження були піддані кореляційному аналізу, виконаному за допомогою методу непараметричної кореляції Спірмана. У ході кореляційного аналізу за допомогою критерію Спірмана було встановлено значний позитивний зв'язок між показниками шкали «Мотиви та Відносини» до брехні (на рівні 0,01). Ставлення до брехні «на благо» корелює зі сприйняттям брехні «етикетна», «на благо», «умовчання». Отже сприйняття такої брехні, як «на благо» детерміновано ставленням до таких видів брехні, як «етикетна», «на благо», «замовчання», а «виправдання» детерміновано брехнею «на благо».

Отже, з результатів дослідження ми можемо зробити висновок, що деякі види брехні, такі як «на благо» і «виправдання» за певної інтенсивності можуть успішно використовуватися в стратегіях екстремальної адаптації до сімейних відносин. З результатів дослідження ми бачимо, що трохи більше половини усієї вибірки мають хаотичний спосіб адаптації, але при цьому учасники вибірки залишаються у сімейних стосунках. Також ми виявили, що показники брехні у хаотичного способу адаптації вищі, ніж у гнучкого та структурованого, разом узятих. Отже, для виборок з екстремальним і збалансованими методами адаптації, гіпотеза H1, підтверджується, є значні відмінності для таких видів брехні, як «виправдання» і «на благо», рівень значимості відмінностей дорівнює 0,05. Також нам вдалося визначити оптимальний рівень брехні, що впливає позитивно на сімейну адаптивність, так для збалансованої адаптивності, брехня «виправдання» 41% вибірки набрали 1 з 12 балів, а для екстремального способу 3 і 5 (мультимодальна вибірка) з 12, що разом складає 36 8%. Отже, ми можемо зробити висновки, що

брехня для екстремального способу адаптації є компенсаторним механізмом, за допомогою якого можна на якийсь час компенсувати незрілість особистості. Отже, цей показник брехні «виправдання» є одним із ключових показників при прогнозуванні здатності людини починати сімейні відносини.

Література

1. Екман П. Психологія брехні, Київ.: КМ-БУКС, 2012 – 320 с.
2. Реан, А. А. Психологія адаптації особистості. Аналіз. Теорія. Практика, СПб.: Прайм-Єврознак, 2006. – 479 с.
3. Знаків В.В. Макіавеллізм, маніпулятивна поведінка та взаєморозуміння у міжособистісному спілкуванні // Питання психології, 2002, №6.
4. Шилов І.М. Етикетна брехня // Журнал - Шкільний психолог, січень 2006 р. № 1, с. 47.

УДК 159.9

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ОСОБИСТІСНОЇ ТРИВОЖНОСТІ ТА ПРОКРАСТИНАЦІЇ.

Т. А. Сафронова, студентка 3 скороченого курсу ОНМУ,
В. Є. Малиш, сташний викладач кафедри практичної психології
ОНМУ

Актуальність роботи полягає в тому, що зараз ще не розроблено узгодженої та переконливої теорії прокрастинації, як вона виникає та як функціонує, тому в даний момент уся увага дослідників спрямована на виявлення психологічних явищ, з якими прокрастинація, має стійкий зв'язок.

Мета дослідження полягає у визначенні впливу тривожності на прояви прокрастинації, знаходження взаємозв'язку між тривожністю та прокрастинацією.

В своїх роботах про прокрастинацію професор Є.П. Ільїн виділяє два типи прокрастинаторів - «напружені» та «розслаблені»:

– «напруженим» прокрастинаторам притаманні: високий рівень тривожності, занепокоєння та відчуття провини.

– характеристики «розслаблених» прокрастинаторів відповідають звичайному розумінню лінощів, та дозволяють

зосередитись тільки на тих справах що приносять задоволення «тут і зараз». [1]

Вчені Чу і Чой (2005) назвали ці типи прокрастинації: активна і пасивна. Пасивна прокрастинація виявляється близька до традиційного розуміння цього явища, а активна прокрастинація характеризується бажанням індивіда виконати роботу в короткий термін, отримавши при цьому позитивні емоції від швидкого виконання завдання.

«Активні» - це ті, кому комфортно працювати в стані стресу, під тиском термінів, що наближаються, так що вони навмисно затягують виконання завдань, щоб створити зручний для себе цейтнот.

«Пасивні» - відкладають виконання завдань під впливом негативних переживань, вони і хотіли б виконувати все вчасно, але це не вдається.

Активний прокрастинатор прагне нагнітання напруги навмисно. Відлінення від роботи «до останнього» викликає гострі відчуття, пов'язані з надзвичайною близькістю крайнього терміну завершення роботи. [2]. Близький до того розуміння був і Дж. Феррарі, який пояснював прокрастинацію прагненням до «гострих» відчуттів, які з'являються в людини, змушеної виконувати завдання в короткий термін [3].

Активний прокрастинатор прагне нагнітання напруги, пасивний до зниження напруги. Коли часу закінчення роботи залишається мало, людина переживає мобілізацію сил, повну концентрацію, підвищення активності психічних процесів.

Різні емпіричні та теоретичні дослідження дозволяють зробити певні висновки про зв'язок прокрастинації з певними особистісними особливостями. Наприклад, деякі дослідження дозволяють сказати про взаємозв'язок прокрастинації та особистісної тривожності. Однією з таких робіт є дослідження Р.А. Баранової, Н.Н. Карловської (2008) [4].

Тривожність – індивідуальна психологічна особливість, що виявляється в схильності людини часто переживати сильну тривогу з незначних приводів. Її розглядають або як особистісне утворення, або як пов'язану зі слабкістю нервових процесів особливість темпераменту, або те й інше одночасно.

Тривога має свої позитивні функції – вона оберігає людину від потенційно шкідливої поведінки, допомагає критично і вибірково ставитися до навколишньої дійсності. Тривога необхідна

нам в якості інструменту швидкої, адекватної адаптації та мобілізації нашого організму, який коригує нашу поведінку в різко мінливих обставинах, може посилюватися у важливій для людини ситуації, а також через брак часу та інформації.

Особистісна тривожність активізується при сприйнятті певних стимулів, що розцінюються людиною як небезпечні (у т.ч. для самооцінки, самоповаги). Особи, які належать до категорії високо тривожних, схильні сприймати загрозу своїй самооцінці й життєдіяльності у великому діапазоні ситуацій та реагувати дуже вираженим станом тривожності [5].

В своєму дослідженні ми припустили що є взаємозв'язок між особистісною тривожністю та прокрастинацією. У дослідженні взяли участь 36 осіб (моряків) – чоловіків та жінок, різного віку (24-56 років). Дослідження було проведено онлайн, завдяки тестуванню. Тести були сформовані у гугл-формі та надсилалися на електронну адресу моряків за їх згодою. Програма дослідження склалася із трьох методик та одного опитувальника:

- "Шкала загальної прокрастинації Tuckman" (адаптація Т. Л. Крюкової)

- Опитувальник особистісної та ситуативної тривожності Спілбергера-Ханіна, для визначення самооцінки рівня тривожності в даний момент.

- Опитувальник який складався з 5 запитань, завдяки відповідям на які ми отримали інформацію про те, яким саме чином респондент проводить свій час після рейсу в очікуванні наступного контракту.

Отже, стало відомо що рівень прокрастинації у 8% респондентів є високим, у 37% середній, та у 66% низький. За результатами підрахунків рівень ситуативної тривожності дорівнював низькому у 26% досліджуваних, 34% середньому та 40% високому рівню. А показники особистісної тривожності були у межах -18% низький, 46% середній та 36% високий рівень.

Далі завдяки кореляційному аналізу, виконаному за допомогою методу непараметричної кореляції Пірсона встановлено значний позитивний зв'язок між показниками обох шкал тривожності та прокрастинації. Згідно отриманих даних, стало відомо що є значуща кореляція між ситуативною тривожністю та прокрастинацією ($r=0,38$; $p<0,001$) та рівнем особистісної тривожності та прокрастинації ($r=0,77$; $p<0,001$), тобто переважають показники саме особистісної тривожності.

Результати з опитувальника підтвердили, що респонденти з підвищеним рівнем особистісної тривожності частіше обирали варіант активно працювати вдома, а респонденти з низьким рівнем тривожності обирали відпочинок і очікування наступного рейсу, без зайвого навантаження та напруги.

Таким чином, дослідження виявило що моряки які мають високий рівень особистісної тривожності, мають знижений рівень прокрастинації, тому коли вони повертаються додому, їх рівень тривожності не дозволяє їм прокрастинувати. Вони більш активні і займаються домашніми справами та іншою працею, перебуваючи у відпустці після рейсу. І навпаки, моряки з низьким рівнем особистісної тривожності повернувшись додому розслабляються, можуть прокрастинувати та відлінувати від домашніх обов'язків, що може негативно впливати на внутрішньо сімейні стосунки.

Література

1. Томчук С.М., Томчук М.І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі [монографія]. – Вінниця: КВНЗ «ВАНО», 2018. – 200 с.

2. Chu A.H.C., Choi J.N. Rethinking procrastination: Positive effects of «active» procrastination behavior on attitudes and performance // *Journal of Social Psychology*. – 2005. – № 14.

3. Ferrari J.R., Johnson J.L., McCown W.G. Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment. New York: Plenum, 1995.

4. Bedtime procrastination: introducing a new area of procrastination *Front. Psychol.*, 19 June 2014 // <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2014.00611/full>

ВПЛИВ ОСОБИСТІСНИХ ФАКТОРІВ НА ПРОФЕСІЙНУ СПРЯМОВАНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ

А. В. Кернас

Кандидат психологічних наук,
Доцент кафедри Практичної психології
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

В. О. Панченко

Студентка 4-го курсу Навчально- наукового
Гуманітарного морського інституту
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

В умовах соціально-економічних перетворень, що активно відбуваються в Україні, важливе значення мають питання, пов'язані з професіоналізацією особистості. Розвиток науки й техніки як наслідок соціальних відносин висуває певні вимоги до сучасних професіоналів, передбачає формування усвідомленого прийняття особливостей професійної діяльності.

Вирішення цієї проблеми, можливе лише за умов становлення та зміцнення професійної спрямованості особистості.
[1]

Відповідно до рекомендації, щодо застосування критеріїв оцінювання якості освітньої програми, затвердженої Національним агентством із забезпечення якості вищої освіти, у структурному компоненті особистості фахівця, значну роль відіграють психологічні знання та усвідомлення студентами їх ролі в професійному становленні. Також розглянуто параметри, які відображають базові особливості спрямованості особистості майбутнього фахівця: мотивація на професійне самовдосконалення, бажання вирішувати фахово значущі задачі, уміння встановлювати зв'язки з іншими людьми, здатність до професійної мобілізації своєї активності, особистісна відповідальність за виконання професійної діяльності, здатність до самокритики, а також до узгодженості своїх дій з діями інших людей, потреба допомагати людям у вирішенні їх психологічних

проблем і конфліктні авдання підготовки майбутніх спеціалістів: сприяння становленню та розвитку особистості, що значною мірою пов'язано із формуванням фахової спрямованості [3].

Актуальність і важливість спрямованості в професійному становленні майбутніх фахівців зумовило появу значної кількості психолого-педагогічних досліджень, присвячених її вивченню. Проблему розвитку професійної спрямованості особистості розглянуто на кафедрі Практичної психології Державного закладу Одеського національного морського університету, в межах навчання майбутніх спеціалістів за означеним напрямком.

Домінуючими фаховими мотивами, які визначають стійке, тривале, активно-дійове, позитивне ставлення особистості до оволодіння психологічними знаннями, вміннями й навичками і забезпечує майбутнім фахівцям ефективність вирішення виховних, освітніх та розвивальних завдань у майбутній фаховій діяльності. Суть взаємодії цих компонентів загальної особистісної спрямованості полягає в тому, що добре побудований процес професійно-психологічного навчання створює сприятливі умови не тільки для подальшого розвитку і закріплення якостей, яких вони набули до вступу в університет, але й розвитку і формування нових, професійно важливих якостей, психологічних знань, умінь і навичок, тобто цілісного формування всебічно розвинутої особистості майбутнього фахівця, його професійної спрямованості. Ми розглядаємо професійну спрямованість як стрижень особистості майбутнього фахівця, від сформованості якого залежить, як саме, яким чином будуть вирішуватися особистістю завдання.

Спрямованість майбутнього фахівця як умови розвитку особистості. Викладення основного матеріалу. Категорія фахової спрямованості традиційно включається в такі галузі психологічної теорії та практики, як професіоналізація особистості, профорієнтація, професійне самовизначення. На основі проведеного теоретичного аналізу можна стверджувати, що професійна діяльність висуває особливі вимоги до особистісного розвитку фахівця, адже саме Особистість є основним чинником професійного впливу в даній сфері. Тобто основним завданням підготовки майбутніх спеціалістів є сприяння становленню та розвитку особистості, що значною мірою пов'язано із формуванням професійної спрямованості. У психологічній

літературі слід виділити декілька тенденцій аналізу поняття фахової спрямованості:

Перша тенденція полягає в тому, що фахова спрямованість трактується як прояв загальної спрямованості.

Друга тенденція визначається тим, що фахова спрямованість ототожнюється з іншими психологічними категоріями, наприклад, з професійними інтересами, професійними намірами тощо.

Третя тенденція припускає аналіз професійної спрямованості як самостійний феномен – стійку домінуючу систему мотивів та систему емоційно-ціннісних відносин, що задають ієрархічну структуру домінуючих мотивів особистості. Можна зробити висновок, що атрибутивними характеристиками спрямованості особистості, які повною мірою властиві і в фаховій спрямованості як її компоненту, виступають наступні ідеї:

- спрямованість – це сукупність внутрішніх психологічних умов, що виступають джерелом активності людини;

- спрямованість є системоутворюючою властивістю особистості, що визначає її психологічний склад;

- спрямованість характеризується певною стійкістю як у цілому, так і відносно її окремих компонентів;

- спрямованість виявляється за допомогою діяльності, за допомогою участі особистості в соціальних процесах.

Дані феноменологічні характеристики обумовлюють функції, які виконує професійна спрямованість. Зокрема це функція професійної мотивації, спонукання особистості до активності у професійній сфері, що в свою чергу включає в себе постановку цілей певної діяльності, а також визначення її змісту. Також до функцій професійної спрямованості особистості можна віднести програмування та регулювання професійної активності особистості, інтеграція особистісних зусиль для досягнення мети, що в цілому є складовими процесу цілепокладання – основного механізму діяльності особистості. Процес цілепокладання дорослої особистості пов'язаний з виникненням в особистості більш стійких способів поведінки, зокрема способу життя [2].

Термін «професійна спрямованість» включає в себе два аспекти:

По-перше, аспект власне професійної спрямованості особистості. По-друге, аспект, пов'язаний з професійним розвитком, професіоналізацією. Підходи до розуміння професійного самовизначення відрізняються значною

різноманітністю. Перший підхід до поняття професійного самовизначення умовно можна позначити як віковий. Професійне самовизначення включається в контекст вивчення закономірностей вікового розвитку.

Другий підхід до поняття фахового самовизначення включає вивчення професійного самовизначення в контексті аналізу професійного становлення особистості, розробки проблем формування людини як суб'єкта професійної діяльності і самосвідомості професіонала.

Третій підхід виражений в інтеграції вікового і фахового підходів, на основі чого заглиблюється розуміння проблем професійного розвитку і побудови життєвого шляху, що служить розвитком ідей. Категорія фахової спрямованості виступає по відношенню до категорії професійного самовизначення пояснювальним чинником [3].

Окреслені напрями щільно взаємопов'язані між собою, мають взаємодоповнюючий характер та свідчать про неocenенну роль реалізації освітньо-професійній підготовці фахівців.

Література

1. Дідух М.М. Професійна спрямованість як динамічна якість особистості. // *Uridicna psihologia*. 2021.№1 (28) Юридична психологія. – Національна академія внутрішніх справ, – Київ. – С. 56-63.

2. Панченко В.О Вплив особистісних факторів на професійну спрямованість особистості. // *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Педагогічні науки: збірник наук. праць*. – Миколаїв: МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2019 – № 12 (68), березень 2019. – С. 127–132.

3. Рекомендації щодо застосування критеріїв оцінювання якості освітньої програми / Затверджено Національним агентством із забезпечення якості вищої освіти 17 листопада 2020 року. – К.: ТОВ «Український освітянський видавничий центр «Оріон»», 2020. – 88 с.

ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ ДІАГНОСТИКИ І КОРЕКЦІЇ СТРЕСУ

А. В. Кернас

Кандидат психологічних наук,
Доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Я. С. Архіреєва

Студентка 1 курсу факультету психології
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Динаміка розвитку українського суспільства на сучасному етапі характеризується наростанням вимог соціального середовища до індивіда, що підсилює психоемоційну напругу, сприяє зростанню частки дезадаптивних форм поведінки.

При взаємодії з навколишнім світом людина непереривно стикається з ситуацією вибору різних способів реалізації своєї активності залежно від поставлених цілей, власних індивідуальних особливостей і особливостей людей, з якими він спілкується, соціальними умовами дійсності, що оточує його. Виникаючі складнощі і проблеми обумовлені соціальною нестійкістю в суспільстві, підвищеним рівнем нервово-психічної напруженості повсякденного життя і більшості професій, інформаційним перевантаженням, обмеженістю рухової активності, інтенсифікацією спілкування і іншими негативними чинниками життєдіяльності людини.

Радикальність цих змін, швидкість, з якої відбуваються, невизначеність і суперечливість політичних, соціально-економічних процесів змушують особистість наново визначити своє місце в суспільстві, різко змінити звичний спосіб життя. Практично кожна людина все частіше зіштовхується із ситуаціями, що суб'єктивно переживаються нею як важкі, стресові, як такі, що порушують звичний хід життя. Переживання таких ситуацій вимагає мобілізації всіх фізіологічних, психологічних і духовних резервів індивіда для ефективного подолання їх та їхніх наслідків.

На основі аналізу наукової та науково-методичної літератури ми можемо констатувати наступне.

Термін "стрес", що набув в наші дні такого широкого поширення, уперше був введений в наукове вживання стосовно технічних об'єктів. У XVII ст. англійський вчений Роберт Гук застосував цей термін для характеристики об'єктів (наприклад, мостів), що витримують навантаження і що чинять опір їй. Ця історична аналогія цікава тим, що поняття "стрес" в сучасній фізіології, психології, медицині (що базується на клінічних дослідженнях Г. Сельє) включає уявлення про зв'язок стресу з навантаженням на складні системи (біологічні, психологічні, соціально-психологічні) і з опором цьому навантаженню. У відповідності з цими представленнями стрес розглядається як фізіологічний синдром, що складається з сукупності неспецифічних викликаних змін, як неспецифічна реакція організму на вимоги, що пред'являються до нього. Характер цього синдрому відносно незалежний від чинників (стресорів), що викликали його, що дозволило Сельє говорити про загальне адаптаційному синдромі.

Уявлення "про емоційний (психічному) стрес сформувалися завдяки тому, що в міждисциплінарних дослідженнях була встановлена роль психічних чинників в розвитку стану стресу. Багато-літні дослідження психічного стресу підтвердили спільність фізіологічних змін, що виникають при фізіологічному і психічному стресі, і в той же час дозволили говорити про деякі важливі відмінності в механізмах їх формування. Якщо фізіологічний стрес виникає у зв'язку з безпосередньою фізичною дією, то при емоційному стресі вплив психічних стресорів (чи комплексною стресогенний ситуації) опосередкує через складні психічні процеси. Ці процеси забезпечують оцінку стимулу і зіставлення його з попереднім досвідом. Стимул набуває характеру стресора, якщо в результаті такої психологічної переробки стимулу виникає відчуття загрози. Зазвичай це має місце у тому випадку, якщо психологічна оцінка виявляє очевидну невідповідність між вимогами середовища і потребами суб'єкта, його психічними і фізичними ресурсами, які потрібні для задоволення цих потреб. Суб'єктивним відношенням до стимулу, залежним від неповторного індивідуального досвіду (значною мірою висхідного до періоду раннього дитинства), особових особливостей, характеру когнітивних процесів і психічного стану, є важливий

психологічний механізм і визначає індивідуальну значимість стресора.

Дослідження проводилося на базі Відділу природних наук і психологічної гармонізації розвитку особистості Науково-технічного центру Академії зв'язку України.

У дослідженні взяли участь 18 чоловік у віці від 26 до 47 років, з яких було 10 жінок і 8 чоловіків.

Дослідження проводилося протягом 4 календарних місяців з вересня по грудень 2021 року.

В ході проведеного дослідження нами використовувалися наступні методи: теоретичний аналіз літератури з досліджуваної проблеми; емпіричні: спостереження, бесіда, анкетування, тестування, в ході якого нами використовувалися наступні психодіагностичні методики: 1) Опитувач копінг-стратегій Р. Лазаруса; 2) Копінг-поведінка в стресових ситуаціях (С. Норман, Д. Ендлер, Д. Джеймс, М. Паркер); 3) Методика оцінки стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях (К. Томас).

У розроблену нами програму комплексної коригувальної поетапної дії, спрямовану на оптимізацію рівня стресу і зменшення психічних і фізичних втрат, пов'язаних з переживанням стрес-факторів зовнішнього і внутрішнього світу людини, нами були внесені наступний набір методик комплексної дії.

Блок 1. Методи релаксації: аутогенне тренування, медитація на диханні, м'язова релаксація.

Блок 2. Сенсебілізація, варіант гипно-ідеомоторного тренування Некрасова.

За підсумками проведеного дослідження, зіставлення фактичних даних до і після проведення формуючого експерименту, ми можемо констатувати практичну ефективність запропонованої програми і рекомендувати її до застосування.

Література

1. Психология мотивации и эмоций / под ред. Ю.Б.Гипшенрейтер, М.В.Фаликман. - М.: АСТ: Астрель, 2009. – 704 с.

2. Родіна Н.В. Психологія копінг-поведінки: системне моделювання: монографія. - Одеса: вид. Букаєв В.В., 2011. - 364 с.

МОТИВАЦІЯ НАВЧАЛЬНО-ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ- ПСИХОЛОГІВ

А. В. Кернас

Кандидат психологічних наук,
Доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

О. С. Москалик

Студентка 4 курсу факультету психології
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

В даний час все більше уваги приділяють проблемі мотивації пізнавальної та навчальної діяльності студента. Даний аспект пов'язаний з дедалі більшими вимогами до професіонала, зокрема до майбутнього фахівця-психолога. Важливим є і те, як він розмірковує, і вміння та швидкість вирішення нестандартних завдань, і можливість знаходити оптимальні альтернативні рішення, і оцінювати ризики та наслідки тих чи інших дій. На швидкість та рівень розвитку майбутнього спеціаліста особливий вплив надає рівень включеності в процес оволодіння професією, якому сприяє високий рівень мотивації навчально-професійної діяльності.

Дослідженню сутності та структури мотивації присвячені роботи В. Вілюнаса, С. Смирнова, Л. Столяренка, О. Філіппова та ін. Зміст мотивації навчальної діяльності досліджений в роботах І. Зимньої, Є. Комарова, Н. Мешкова, В. Якуніна та ін. Фактори, що визначають розвиток системи мотивації навчальної діяльності, досліджувалися Ф. Апіш, С. Івановим, Н. Лаврентьевою, А. Марковою та ін. Питанням формування мотивації навчально-професійної діяльності присвячені дослідження В. Безрукова, Е. Зеєра, С. Каверіна, Є. Клімова, А. Овчаренко, Л. Щербакова та ін. Практичним питанням активізації мотивації професійної діяльності присвячені роботи В. Орлова, Н. Тітової, В. Юдіна та ін.

Отже, багатьма вченими та дослідниками визнано рушійну

силу мотивації, як в поведінці та діяльності людини в цілому, так і в процесі становлення та оволодіння професією, зокрема. Проте, особливості внутрішньої мотивації студентів в різні періоди навчання освітлені, на наш погляд, недостатньо, а дослідження особливостей мотивації навчально-професійної діяльності та її вплив на становлення майбутніх фахівців-психологів дослідженні фрагментарно. Тому соціальна значущість та недостатнє вивчення окресленої наукової проблеми й зумовили вибір теми дослідження.

Аналіз науково-дослідної літератури, проведений у межах теоретичної частини дослідження, показав, що в галузі вивчення навчально-професійної мотивації діяльності студентів накопичено значний науковий потенціал. Проте проблема впливу мотивації навчально-професійної діяльності на становлення майбутніх фахівців-психологів викликає досить великий інтерес, особливо у зв'язку з реформуванням системи освіти та сучасними вимогами, які висуваються до випускників вишів.

Виходячи з теоретичного аналізу проблеми, було розроблено план емпіричного дослідження, який включав такі етапи:

1. Розробка програми та підготовка до дослідження;
2. Збір даних;
3. Обробка даних методами математичної статистики;
4. Інтерпретація даних.

Вибірка дослідження становила 74 особи віком від 17 до 22 років. Учасники дослідження є студентами факультету психології. У дослідженні взяли участь студенти 1 курсу – 30 осіб, студенти 2 курсу – 27 осіб, студенти 4 курсу – 17 осіб.

Для збору емпіричних даних дослідження використовувалися такі психодіагностичні методики:

- 1) Тест «Смисложиттєві орієнтації» Д. Леонтьєва [1];
- 2) Методика «Морфологічний тест життєвих цінностей» В. Сопова, Л. Карпушиної [2]

Методика «Смисложиттєві орієнтації» Д. Леонтьєва (адаптована версія тесту «Мета в житті» Джеймса Крамб і Леонарда Махолік) дозволяє оцінити «джерело» сенсу життя респондентів, який може бути визначений ними в якості мети, процесу, результату або у всіх трьох складових життя, щоб потім отримати можливість знайти відмінності в них для двох груп досліджуваних.

Показники тесту включають в себе загальний показник осмисленості життя, а також 5 субшкал, що відображають три

конкретні смисложиттєві орієнтації та два аспекти локусу контролю:

1. «Цілі в житті».
2. «Процес життя або інтерес та емоційна насиченість життя».
3. «Результативність життя або задоволеність самореалізацією».
4. «Локус контролю – Я (Я – хазяїн життя)».
5. «Локус контролю – життя або керованість життя».

Методика «Морфологічний тест життєвих цінностей» (МТЖЦ) В.Сопова, Л. Карпушиної призначена для вивчення мотиваційно-ціннісної структури особистості. Основним діагностичним конструктором МТЖЦ є термінальні цінності: «Розвиток себе», «Духовне задоволення», «Креативність», «Активні соціальні контакти», «Власний престиж», «Високе матеріальне становище», «Досягнення», «Збереження власної індивідуальності».

За результатами тесту «Смисложиттєві орієнтації» ми отримали наступні дані. По-перше, ми порівняли показники смисложиттєвих орієнтацій з аналогічними даними, отриманими автором методики на вибірці стандартизації. Порівняння показало, що у дослідженій нами вибірці середні значення шкал смисложиттєвих орієнтацій відповідають середнім значенням Д. Леонтьєва.

По-друге, ми провели порівняння отриманих даних між студентами 1, 2 та 4 курсів навчання. Високі середньогрупові результати демонструють студенти 1 курсу, а низькі – студенти 4 курсу, що здавалося би парадоксальним. Однак, якщо взяти до уваги, що перед студентами випускного курсу ставляться нові завдання, які вимагають від них нових рішень (що робити далі, чи продовжувати навчання, чи будувати кар'єру?), то все це неминуче впливає на характер смисложиттєвих орієнтацій, викликаючи специфічну «кризу сенсу життя». Варіативність тестових даних, тобто розкид даних від мінімальних до максимальних значень, вищий в групі студентів-психологів 2 курсу.

Нами було отримано статистично достовірні відмінності ($p \leq 0,05$) між студентами 1 та 4 курсу навчання за такими показниками субшкал тесту як «Цілі в житті», «Результативність життя», «Загальний показник осмисленості життя».

В результаті застосування методики «Морфологічний тест життєвих цінностей» ми отримали дані, описані нижче.

Для студентів 1 курсу найбільш значущими виявляються цінності духовно-моральної спрямованості: «Духовне задоволення» (6,27), «Креативність» (6,10), «Саморозвиток» (5,83), «Активні соціальні контакти» (5,43). Найменш значущими виступають цінності егоїстично-престижної (прагматичної) спрямованості: «Досягнення» (5,30), «Збереження власної індивідуальності» (4,5), «Високе матеріальне становище» (4,43), «Власний престиж» (3,97).

У студентів 2 курсу вищу значущість займає цінність егоїстично-престижної спрямованості «Збереження власної індивідуальності» (7,59), далі йдуть цінності духовно-морального спрямування «Саморозвиток» (6,7), «Духовне задоволення» (6,7), «Креативність» (6,44), «Активні соціальні контакти» (5,93). Найменш значущими виступають пріоритети егоїстично-престижної спрямованості «Власний престиж» (5,44), «Досягнення» (4,85), «Високе матеріальне становище» (4,67). На відміну від студентів 1 курсу, у студентів 2 курсу не спостерігається яскраво вираженої духовно-моральної спрямованості діяльності, на першому місці – цінність «Збереження власної індивідуальності».

Література

1. Бурлачук, Л. Психодіагностика. - СПб.: Питер, 2018. – 384 с.
3. Луценко О.Л. Практичні роботи з психодіагностики. – Х.: ХНУ ім. Каразіна, 2018.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ АЛЬТЕРНАТИВНИХ ТРАДИЦІЙНИМ ФОРМ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ

В. Ю. Гуйвік

студентка 4 курсу заочної форми навчання,
Одеський національний морський університет

О. А. Діколь-Кобріна

ст.викладач кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. В Україні, як і в інших Європейських країнах, нині відбуваються схожі процеси еволюції сім'ї та її місця й ролі в суспільстві. Ця подібність зумовлена переходом посткомуністичних країн від тоталітарних до демократичних форм соціально-політичного устрою, від "закритого" до "відкритого" типу суспільства. Сім'я дедалі більше незалежнюється від держави і суспільства загалом.

Ставлення держави до сім'ї поступово перестає бути суто споживацьким та інструменталістським. Держава позбувається функцій контролю і застосування каральних санкцій щодо родин та їхніх членів, насамперед підлітків і неповнолітніх.

На перший план виходить забезпечення державою сприятливих умов для утворення та існування родин, особливо молодих, і відображення цих процесів у державній сімейній політиці (відповідному законодавстві та конкретних заходах, як-от: пільгове кредитування, пайова допомога у будівництві житла, випуск спеціальних груп недорогих товарів для молодих сімей та їхніх дітей тощо). Виникнення та розвиток української сім'ї ще недостатньо досліджено. Наука досі остаточно не відповіла на питання, які тип і форма сім'ї були первісними в Україні: чи був неспорядкований у статевих відносинах гурт жінок і чоловіків, чи стосунки будувалися на груповому подружжі, у якому всі чоловіки певної групи були чоловіками всіх жінок тієї ж групи.

Сім'я завжди була основою суспільства, тому її тип та форма залежать від національних особливостей народу, соціальних й економічних відносин і змінюються разом із ними.

За даними соціологічних досліджень, у більшості держав, крім країн ісламського світу, сімейні стосунки приймають усе більш незвичайні форми, де кожна людина намагається віднайти для себе оптимальну для особистісно неї у суспільстві модель.

Гармонійна сім'я – складний і достеменно не вивчений феномен.

Міцність сім'ї, подружнє щастя особливо залежать від особистісних якостей партнерів, їхньої соціальної зрілості, вихованості, культури почуттів, соціально-психологічної грамотності та вміння реалізовувати ці якості. Як правило, у міцних гармонійних сім'ях партнери психоемоційно, чуттєво доповнюють один одного. Гармонія подружнього життя програмується задовго до взяття шлюбу й залежить від інтелектуальної, психологічної та соціальної підготовленості до нього.

Основними ознаками сім'ї є шлюбні зв'язки; зв'язки спорідненості; спільний побут та спільний сімейний бюджет. Вчені сьогодні за різними підходами й критеріями вчені нараховують понад 40 типів і форм сімей.

Хоча нуклеарна сім'я «мама, тато та діти» залишається статистично помітною в Україні, вона повільно зменшується, і все більше людей створюється або виховується в сімейних структурах, які дуже відрізняються від цієї моделі. Цей різновид походить від культурного різноманіття та соціальних тенденцій, напротязі усієї історії України та особливо з проголошення конституції України, що призвело до створення більшої кількості неповних та змішаних сімей із великими сім'ями та одностатевими сім'ями.

«Подвійне життя» сім'ї означає, що сімейне життя – це те, чим займаються люди, які живуть у сім'ях, але на нього сильно впливають їхні переконання щодо того, якими є і якими повинні бути сім'ї (Бітман і Пікслі 1997: 145). В Україні сімейна ідеологія, яка виражається в багатьох публічних дискусіях навколо таких проблем, як допоміжна репродукція, гомосексуалізм, мультикультуралізм і злочинність неповнолітніх, заперечує думку, що різноманітні сімейні домовленості є дійсними або відповідними засобами для успішного виховання дітей.

Враховуючи інші фактори, такі як соціально-економічне становище, корінні, мігрантські або одностатеві сім'ї менш здатні забезпечити емоційну або соціальну підтримку, яку пропонує західна нуклеарна сім'я. Батьки та діти в цих сім'ях зазнають впливу тенденцій та впливів у суспільстві в цілому, і слід визнати расизм і гомофобію як шкідливі для здорового розвитку сім'ї – це треба пам'ятати кожен раз коли виступає черговий консервативний політик у новинах, який підтримує традиційну сім'ю. Ряд досліджень висвітлюють те, як гомофобія загрожує почуттю безпеки як гомосексуальних підлітків, так і дітей одностатевих батьків (Ray and Gregory 2001). Місцеві медіа видавництва також знають, що опозиція гомосексуалізму загалом, і одностатевим сім'ям зокрема, є в деяких колах руйнівною. Так само, як і в ширшому суспільстві, в соціології точаться інтенсивні дебати щодо доцільності одностатевих пар і сімей для соціальної згуртованості та виховання дітей.

Ідеальний тип — гетеросексуальна — сім'я розглядається деякими соціологами як найкращий захист для побудови спільнот (Etzioni 1995).

Ще більш негативно те, що одностатеві пари розглядаються як люди, які шукають задоволення, індивідуалістичні, чий спосіб життя підриває традиційні сімейні цінності, такі як прихильність (Sarantakos 1996a, 1996b; Phillips 1999).

Численні занепокоєння висловлювалися з приводу дітей, які виховуються в таких сім'ях, хоча багато з них мають більше відношення до ідеологічних припущень про те, що є «нормальною» сім'єю, ніж докази шкоди в цих умовах. Деякі люди вважають, що діти одностатевих пар будуть збентежені щодо власної гендерної ідентичності, і через це будуть відчувати проблеми в особистих і соціальних стосунках, а також через дражниння та остракизм з боку однолітків. Інші стурбовані більшою схильністю до розпаду сім'ї, пов'язаного з імовірною меншою тривалістю життя одностатевих стосунків. Більш екстремальними є твердження про те, що психічне здоров'я одностатевих батьків гірше, ніж у інших батьків, і що сексуальне насильство з боку батьків-геїв або лесбійок може бути більш поширеним, ніж у гетеросексуальних сім'ях (Patterson 1992; Sarantakos 1996; Wise 2003).

Проте вже є певні докази того, що діти в одностатевих сім'ях мають подібні профілі адаптації до інших дітей. Дослідження

матерів-лесбіянок і гетеросексуалів щодо таких показників, як психіатричний статус, Я-концепція, щастя, загальне пристосування або стилі батьківства та здібності, не виявляють відмінностей між двома групами (узагальнено в Wise 2003: 26–27).

Висновки. Було висловлено припущення, що деякі одностатеві сім'ї можуть створити найкраще середовище для розвитку деяких характеристик і поведінки батьків. Звіти батьків-гомосексуалістів про їхню поведінку свідчать про те, що вони можуть забезпечити більш авторитетні стилі батьківства, ніж батьки-гетеросексуали (Patterson 2002). В інших роботах стверджується, що стосунки одностатевої пари є більш підтримуваними та егалітарними, а домашня праця розподіляється більш рівномірно, ніж в інших типах сімей (у Wise 2003: 28). Це спростовано в інших дослідженнях, які припускають, що одностатеві пари принаймні так само, як і гетеросексуальні пари, відчувають незбалансовану силу у відносинах (Sarantakos 1998; Worth et al. 2002).

Однак, соціальні умови, в яких живуть одностатеві сім'ї, посилюють або заважають їх функціонуванню. Незважаючи на зростання визнання існування гомосексуальних сімей, одностатеві пари продовжують зазнавати стигматизації з боку своїх сімей та ширшої спільноти, і це може означати, що доступ до підтримки сім'ї, охорони здоров'я та громадських послуг обмежений для батьків та їхніх дітей. Існують психологічні та емоційні витрати, пов'язані з приналежністю до маргіналізованої спільноти, і вони можуть мати згубний вплив на стосунки пари та між батьками та їхніми дітьми (Wise 2003: 27).

Література

1. Буленко Т. В. Тенденції розвитку української сім'ї та її проблеми на сучасному етапі / Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. Максименка С. Д. – К., 2001. – т. III, ч. 4. С. 2024.
2. Bittman, M. and Pixley, J. 1997 *The Double Life of the Family* Allen & Unwin, Sydney Bittman, M., et al. 2000 'N On-Parental Childcare Arrangements and Parents' Time
3. Etzioni, A. 1995 *The Spirit of Community: Rights, Responsibilities and the Communitarian Agenda* Fontana Press, London
4. Patterson, J. 2002 'Integrating Family Resilience and Family Stress Theory' *Journal of Marriage and Family* vol. 64, pp. 349–60

5. Ray, V. & Gregory, R. 2001 'School Experiences Of the Children of Lesbian and Gay Parents' Family Matters Issue 59, pp. 28–34

6. Sarantakos, S. 1996a 'Same-sex COuples: PrOblems and PrOspects' Journal of Family Studies vOl.2, no. 2, pp. 145–63

7. Wise, S. 2003 Family Structure, Child Outcomes and Environmental Mediators: An Overview of the Development in Diverse Families Study, Australian Institute of Family Studies, Melbourne.

УДК 159

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ У ФОРМУВАННІ АКЦЕНТУАЦІЙ ХАРАКТЕРУ

С. М. Бондаревич

доцент, кандидат психологічних наук,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

А. Р. Наконечна

Студентка 4 курсу,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

У сучасному суспільстві формування сім'ї - одне з пріоритетних завдань, оскільки саме сім'я є головним середовищем виховання підростаючого покоління. Це пояснюється тим, що в ній дитина знаходиться протягом значної частини свого життя, і по тривалості свого впливу на особистість жодна з інших форм виховання не може зрівнятися з сім'єю. Саме в ній формується особистість дитини. Формування сім'ї - доволі складний, багатогранний та не короткотривалий процес, особливо у наш час, коли відбуваються постійні зміни у житті та світі [1].

Актуальність проблеми пов'язана з тим, що проблема впливу сімейного виховання на дисгармонізацію характеру підлітків є дуже актуальною в наші дні. Важливим є дослідження того, який стиль виховання переважає в сім'ї і який вплив він робить на формування особистості у підлітків. Отже, це

підкреслює актуальність обраної теми дослідження і необхідність її подальшого теоретичного вивчення.

Теоретична і методологічна основа дослідження. Проблему акцентуацій характеру вивчали К. Леонгард, А. Є. Лічко, О. М. Каменська, Л. Д. Столяренко, К. К. Платонов та інші. В середині XIX століття в практичному розділі психології – психодіагностиці, Р. Кеттелом, Г. Еббінгаузом та А. Біне розроблявся ряд методик за визначенням специфічних особливостей людей [1-2].

Таким чином, термін «акцентуація» використовується у якості стійкої характеристики особистості, як її властивість та надмірну вираженість окремих рис характеру та їх комбінацій, що становить крайні варіанти психічної норми, які межують із психопатіями.

Мета дослідження: визначити роль взаємовпливу та взаємозв'язку психологічних особливостей формування акцентуацій характеру у підлітковому віці та стилю сімейного виховання.

Методи дослідження: В якості статистичних методів дослідження були обрані емпіричні методи: застосовано такі психодіагностичні методики:

1. Опитувальник Шмішека-Леонгарда. Г. Шмішек (1970)
2. Опитувальник "Аналіз сімейних взаємин" (Методика АСВ) Ейдемільер Е. Г., Юстіцкіс В. В. (Для батьків підлітків 11-21 років) (1975).

База проведення емпіричного дослідження. У проведенні тестування приймали участь 20 респондентів віком 19-21 років, та 20 респондентів віком 44-52 років - їх батьків.

При проведенні теоретичного аналізу проблеми впливу сімейного виховання на дисгармонізації характеру підлітків, я отримала результати, які показали наступне. Риси особистості, які самі по собі ще не є патологічними, але можуть за певних умов розвиватися у позитивному чи негативному напрямках, досягаючи крайніх варіантів норм, що межують із психопатіями - формуються. Насамперед, саме від впливу батьківського виховання.

Значущий вплив на формування характеру підлітка має атмосфера в родині. Умови в сім'ї, рід занять родичів, матеріальний рівень забезпеченості та рівень освіти батьків значною мірою визначає життєвий шлях дитини.

Батьки впливають на дитину цілеспрямованим вихованням, яке зводиться до організації способу життя дитини в сім'ї та навчання її тому, як поводитися в соціумі.

У підлітковому віці відбувається загострення рис характеру. Такі характеристики як: прагнення до самостійності, усвідомлення свого фізичного та духовного змужніння – одна з найяскравіших рис цього віку. Задача батьків у цей період перебудувувати свої відносини з дітьми, що підрастають, і змінювати стиль виховання.

Висновки. Таким чином, сімейне виховання впливає на дисгармонізацію характеру підлітків та на розвиток акцентуацій характеру.

Література

1. Тихомиров. О. К. Психологія : підручник. / за ред. О. В. Гордєєва. Київ : Вища освіта, 2006. 538 с.
3. Леонгард К. Акцентуовані особи. Київ: вид-во Логос, 2000.- 439 с.

УДК 159

ВЗАЄМВПЛИВ ТА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СПЕЦИФІКИ ЖІНОЧОЇ GERONТОЛОГІЇ НА ФІЗИЧНИЙ СТАН І САМООЦІНКУ СВОЄЇ ЗОВНІШНОСТІ

С. М. Бондаревич

доцент, кандидат психологічних наук,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

А. О. Петрушевська

Студентка 4 курсу зфн,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

На самооцінку жінки впливає велика кількість факторів, серед яких сучасні стандарти краси та поняття «жінка – прикраса чоловіка». Суттєво впливають обкладинки журналів та реклама засобів краси, де представлені нереалістичні стандарти

зовнішності. Кожна нова зморшка впливає на психологічний стан жінки: може викликати паніку, страх, недовіру до свого чоловіка, відчуття осуду від оточуючих тощо. Саме тому важливо доносити до жінок, що старіння – це нормальний біологічний процес, який супроводжується не лише візуальними змінами, але й внутрішніми [1; 3].

Актуальність проблеми пов'язана з тим, що погіршення самопочуття та загального фізичного стану можуть стати причиною виникнення деструктивних думок та незадоволення власним життям. Тому цей період життя людини викликає інтерес у психологів, адже головне завдання психолога – поліпшення рівня задоволеності життя людини

Теоретична і методологічна основа дослідження. Геронтолог В.В. Фролькіс визначав старість як час скорочення пристосувальних можливостей організму. Але в той же час ним було показано появу тенденції стабілізації життєдіяльності та збільшення тривалості життя. Поняття анти-старіння (вітаукта) є важливим моментом пропонованої цим автором адаптаційно-регуляторної теорії старіння [2].

Старість у концепції Е. Еріксона є завершенням попереднього періоду життєвого шляху. Можливість успішного переходу до старості Е. Еріксон пов'язує з позитивним розв'язанням попередніх вікових криз. Найвищим досягненням віку старості є мудрість. Якщо ж людина відчуває, що не досягла цілей, до яких прагнула протягом життя, і не може звести свої вчинки в єдине ціле, то виникає страх смерті, відчуття безвихідності, відчай [1-3].

Таким чином люди похилого віку у тому чи іншому вигляді проходять процес усвідомлення настання своєї старості. Загалом це відбувається після втрати працездатності, що може стати потрясінням та новим витком у житті людини, який розпочнеться з кризи. І те як людина з неї вийде, або чи вийде взагалі, залежить рівень задоволеності життям.

Мета дослідження: виявити та проаналізувати взаємозв'язок психологічного стану жінки до її зовнішності та формування на основі цього самооцінки.

Методи дослідження: Для вирішення поставлених завдань в роботі були використані теоретичні, емпіричні методи, а також методи кількісної обробки даних. Для визначення показників психологічної особливості самооцінки особистості, її Я-концепції,

а саме – Я-ідеальне та Я-реальне було використано тест С. А. Будассі. Для визначення рівня тривожності особистості, а саме ситуативну та особистісну тривожність, було використано шкалу тривоги Спілберга.

База проведення емпіричного дослідження. В дослідженні взяли участь 20 респондентів: жінки віком від 21 до 45 років.

Виявлено, що з 20 респондентів різної вікової категорії адекватну самооцінку мають 55% досліджуваних. При розгляді результатів, опираючись на групи, у групі «А» задоволених власною зовнішністю адекватну самооцінку мають 60% жінок, у групі «Б», де опитувані не задоволені зовнішністю – 50% респондентів.

Цікаво, що більшість з досліджуваних проявляли занижену самооцінку саме в період можливої вікової кризи. Також було виявлено, що з усіх опитуваних 60% мають середні показники ситуативної та особистісної тривоги. 15% мають високу ситуативну та середню особистісну тривогу, також 15% респондентів мають високі показники тривоги, а 10% – середню ситуативну та високу особистісну. Якщо аналізувати результати в межах груп, то у групі «А» 80% респондентів мають середню ситуативну та особистісну тривожність і 20% мають високу або особистісну, або ситуативну тривогу. У групі «Б» лише 40% мають середню як особистісну, так і ситуативну тривожність. Натомість, 30% мають високий рівень ситуативної та особистісної тривоги. Ще 30% мають високу або ситуативну, або особистісну тривожність. Тобто можна зробити висновок про те, що задоволеність власною зовнішністю позитивно впливає на рівень тривоги жінки.

Висновки. Таким чином, жіноча самооцінка залежить не стільки від віку як цифри, як від вікової кризи та ситуації навколо особистості. Також важливим є те, як особистість подолала цю кризу та чи подолала взагалі, адже саме це визначає рівень самооцінки особистості після проходження кризового періоду. Було виявлено, що на тривожність особистості значно впливає задоволеність власною зовнішністю. Можна зробити висновок, що існує взаємовплив та взаємозв'язок між рівнем тривожності жінки та її задоволеністю власною зовнішністю, проте взаємовпливу та взаємозалежності між рівнем самооцінки та віком немає.

Література

1. Видра О. Г. Вікова та педагогічна психологія. Навч. посіб. / О.Г.Видра. Київ : Центр учбової літератури, 2011. 112 с.
2. Долинська Л. В., Співак Л. М. Геронтопсихологія: Практикум. Хрестоматія: Навч. посібн. К.: Каравелла, 2012. 240 с.
3. Психологія: Підручник / Ю. Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П. А. Гончарук та ін.; за ред. Ю. Л. Трофімова. 3-тє вид. стереотип. К. : Либідь, 2001. 560с.

УДК 159

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОВПЛИВУ ТА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ Я-КОНЦЕПЦІЯ ТА САМООЦІНКИ ОСОБИСТОСТІ У ФОРМУВАННІ ПСИХОСОМАТИЧНИХ РОЗЛАДІВ

С. М. Бондаревич

доцент, кандидат психологічних наук,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

В. Т. Зайцева

Студентка 3 скор. курсу,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Проблема формування психосоматичних захворювань давно привертала увагу видатних науковців, починаючи від Гіпократа, Аристотеля, Сократа [1, с.73-76].

З початку ХХ ст. особливого поширення набули психоаналітичні концепції. Однак незважаючи на наявність численних теорій, що намагаються пояснити етіологію і патогенез психосоматичних захворювань, жодна з них не дає вичерпного пояснення психосоматичних розладів.

Актуальність проблеми пов'язана з тим, що психологічні особливості особистості, впливають на формування самооцінки особистості, її Я-концепції як складових самосвідомості, а їх порушення являються факторами розвитку психосоматичних захворювань.

Теоретичну і методологічну основу дослідження: склали сучасні теоретичні напрями дослідження психосоматичних захворювань, Я-концепції особистості, які базуються на роботах багатьох вітчизняних та зарубіжних дослідників (З. Фрейд, F. Alexander, І.П. Павлов, А.Р. Лурія, Н. Пезешкіан, К. Роджерс та ін.) [1, с.73-76; 2, с. 107-113].

Хвороба може стати перешкодою втілення основних життєвих мотивів людини. Але іноді хвороба може набути суті певного «помічника» у вирішенні складних життєвих ситуацій (вторинна користь хвороби), наприклад, якщо хвороба перешкоджає руйнуванню сім'ї чи не дозволяє відчувати складнощі та проблеми в певній галузі [3].

Таким чином, будь-яке психосоматичне захворювання є властивістю людського організму як системи. Воно не виводиться окремо ні з психічних, ні з фізіологічних (включаючи спадкові) властивостей індивіда, його неможливо пояснити шляхом дослідження властивостей якоїсь однієї підсистеми – психічної чи соматичної.

Мета дослідження: вивчити роль взаємовпливу та взаємозв'язку психологічних особливостей особистості, її Я-концепції, самооцінки та стратегій поведінки людини у формуванні психосоматичних розладів.

Методи дослідження: Для вивчення закономірності взаємовпливу та взаємозв'язку між формуванням самооцінки особистості, Я-концепції особистості у взаємовпливу та взаємозв'язку на формування психосоматичних розладів були використані: методика дослідження самооцінки С. А. Будассі та методика «Стратегія вирішення проблеми» Д.Амірхана.

База проведення емпіричного дослідження. В дослідженні приймали участь 20 респондентів: молоді люди, чоловіки та жінки віком від 20 до 35 років.

Згідно результатам більшість респондентів має адекватно завищену самооцінку, з аналізу різноманітних копінг-відповідей на стрес є стратегія пошук соціальної підтримки та стратегія уникнення.

Виявлено, що у виборці з двох груп показники адекватної завищеної самооцінки дорівнює 55% та адекватної середньої самооцінки виявлено 20% на другому місці стоїть неадекватна завищена самооцінка з показником 20%, а у 5% людей виявлено неадекватна занижена самооцінка.

Показано, що результати дослідження факторного аналізу різноманітних копінг-відповідей на стрес у відсотковому значенні переважна більшість (55%) людей в виборці вибирають стратегію пошуку соціальної підтримки, стратегія «розв'язання проблем», або активної поведінки у 10%, а стратегію уникнення та «уникання» обирають у 35%.

Висновки. Таким чином, найбільший спосіб при розв'язанні життєвих негаразд особи з занадто завищеною та занадто заниженою самооцінкою обирають саме стратегію уникання, що часто приводить до формування психосоматичних розладів. Особливо стратегію уникання вибирає найбільший процент серед чоловіків. Людина може використовувати пасивні способи уникнення, наприклад, уникнення через хвороби або вживання алкоголю, наркотиків, може зовсім «відійти від вирішення проблем», використавши активний спосіб уникнення – суїцид.

Найбільш ефективним є використання всіх трьох поведінкових стратегій, залежно від ситуації. У деяких випадках людина може самостійно впоратися з труднощами, в інших їй потрібна підтримка оточуючих, у третіх вона просто може уникнути зіткнення з проблемною ситуацією, заздалегідь подумавши про її негативні наслідки.

Література

1. Михайлов Б. В., Сарвір І. М., Баженов О. С., Мирошніченко Н. В. Соматоформні розлади – сучасна загальномедична проблема // Укр. мед. часопис. № 3, 2003. С. 73-76.
2. Ткачук С. Психологічний аналіз самостворення позитивної Я-концепції. Психологія і суспільство. 2003. С. 107–113.
3. Знанецька О. М. Особливості зв'язку Я-концепції особистості з її психологічним благополуччям : автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю : 19.00.01. «Загальна психологія та історія психології». Інститут психології імені Г. С. Костюка АПН України. Київ, 2010.

Секция № 4

СОЦИАЛНО-ПСИХОЛОГИЧНИ ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОГО СУСПИЛЪСТВА ПЕРЕД ВИКЛИКАМИ ВІЙНИ: ЕКОНОМІЧНИ, СОЦІАЛНІ ТА ЕТНОКУЛТУРНИ АСПЕКТИ

УДК

ПСИХО-СОЦИАЛНИ АСПЕКТИ НА КРИЗАТА ПО ВРЕМЕ НА ПАНДЕМИЯТА С КОВИД-19

И. К. Иванов

Ph.D, главен асистент
Катедра «Психология»,
ВТУ «Св. св. Кирил и Методий»
Гр. Велико Търново, България

Резюме: В текста са описани основните психологични механизми, които движат социалното поведение на индивидите и групите по време на пандемията с COVID-19, както и основните рискове свързани с дискриминационно и травмиращо обществото поведение.

Ключови думи: пандемична криза, групова култура, психо-социални епидемии, дискриминация, сегрегация.

Summary: The text describes the main psychological mechanisms that drive the social behavior of individuals and groups during the pandemic with COVID-19, as well as the main risks associated with discriminatory and traumatic society.

Keywords: pandemic crisis, group culture, psycho-social epidemics, defense mechanisms

Епидемията помага маскираните, но съществуващи в латентна форма стигми да се проявят и засилят. Когато те се приложат към определени ситуации (AIDS и хомосексуалност), те могат да доведат до „епидемия от стигматизация” (Стронг, 1990, с.250). Твърди се, че обществената криза започва с объркване и

избягване на определени хора, след което идват сегрегацията и насилието, и се завършва потенциално с погроми.

Поради факта, че при вирусна зараза всеки може да е потенциален враг, екипният дух или социалната солидарност, които обикновено съществуват по време на война, тук не могат да се развият и оцелеят. Това може да се превърне във война на всеки срещу всеки (Стронг, 1990, с. 251), като целия свят става опасен (природата, хората, животните, предметите). В пандемичната ситуация контактите между хората и отношенията стават опасни, като основно се нарушават емпатията и качеството на социалните взаимодействия. Изоляцията - типичен за пандемията социален акт - може да бъде разгледана като антисоциална тенденция, която постепенно преминава към оттегляне и недоверие, изключване, остракизъм и преследване на нарочени за жертви членове на общността.

Както инфекциозната болест и психо-социалните епидемии могат да заразят почти всички членове на социалната система – индивиди и организации, защото „притежават едновременно дълбоки психологически и колективни характеристики” (Болас,1987). Епидемиите от страх, интерпретация и действие са много по-сериозни, когато болестта е нова или изненадва хората по нов начин. Тук са важни две неща (пак там,1987). Първо, доколко социалните системи са снабдени с норми, практики, обяснения/наративи, роли, вярвания и др., за да справят с нови и непознати проблеми и второ, дали страхът е предизвикан от нещо, което е напълно непознато, или от нещо дълбоко познато, но непоносимо и затова невъзможно да се мисли и артикулира (пак там,1987). Външната заплахата, каквато е пандемичната опасност нарушава нормалните взаимоотношения в групите, създава негативни преживявания и чувства, нарушава ежедневните правила и норми на поведение и като цяло повишава нивата на страх и тревожност. Доминиращата фантазия е, че „врагът е сред нас или дори един от нас”, че „запахата витае някъде наоколо“. Краен вариант на тази фантазия е конструиране на система от параноидни защити, които включват механизма на „разцепване“ (по Мелани Клайн) и „дисоциация“ (Segal J., 2004). В случая това защитни механизми, като психологическо разцепване между вина и невинност, чисто и заразено и проекции на вина, които засилват обвинителните тенденции към индивиди и групи, които стават отговорни за заразата (Иванов И.К., 2020, с.183). Развива се тезата,

че има връзка между доминиращата групова култура – индивидуалистична или колективистична и видовете травматични реакции. Твърдението е, че тревогата от опасността може да се преработи по-ефективно, когато съответната форма на групово функциониране, отговаря на доминиращия модел на културата при справяне с кризи. При по-преживелищни и фокусирани навътре култури, каквито са западно-европейските например, се наблюдава, че в ситуация на пандемична криза се реактивира с груповост насочена към преработване на емоционалните ефекти от кризата – сформират се групи за взаимопомощ и за емоционална личностова подкрепа (Иванов И.К. 2020, с.185). В по-йерархично организирани култури, като например източно-азиатски и източно европейски се наблюдава групов отговор на кризата, насочен към по-експертни и властово контролирани групи.

Литература

1. Иванов И. К., „Ментализация и клинична практика“, Сборник доклади от Трети национален конгрес по клинична психология с международно участие. Статия „Психология на кризисното преживяване в ситуация на пандемия и социална изолация“. Изд. Стено, София, 2020, стр.182;
2. Bauman, Z., *Liquid Modernity* Cambridge: Polity. 2000, p. 233;
3. Bollas Ch., *Concept of “unthought known”*, 1987;
4. Segal, J., „Melanie Klein“, second edition, SAGE Publication, London, 2004, p.27;
5. Strong, P., „Epidemic psychology: A model“. *Sociology of Health & Illness*, 12(3):, 1990, 249-259

ВПЛИВ СІМ'Ї НА РОЗВИТОК ПІДЛІТКІВ У ВОЄННИЙ ЧАС

Н. М. Булавченко

Студентка 4 курсу денної форми навчання
Одеський національний морський університет

Т. П. Рєпнова

Кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри практичної психології
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. Особистісний розвиток дитини обумовлений впливом багатьох факторів, серед яких чільне місце посідають сімейні стосунки. Сучасна українська сім'я перебуває в процесі трансформації, що зумовлено суспільними змінами, які відбуваються в нашій країні протягом останніх десятиліть. Різка зміна соціально-політичного та економічного устрою спричинила переоцінку моральних норм, традиційного укладу сім'ї, що свідчить, з одного боку, про її трансформацію як суспільного інституту, а з іншого боку, стає причиною зростання кількості сімейних конфліктів, розлучень та неповних сімей, руйнування традиційної структури сім'ї та виникнення інших негативних явищ і тенденцій. При цьому в багатьох випадках причиною розлучень є конфліктні дисгармонійні стосунки між батьками, відсутність у молоді позитивної моделі сімейного життя, чіткого уявлення про сім'ю як про соціальну систему, основою якої є не тільки почуття, стосунки, але й відповідальність за виконання певних соціально-значущих ролей, зокрема батьківських. На думку більшості вчених-психологів, саме сім'я є природним інститутом формування особистості дитини, адже засвоєння первинних соціальних правил і норм, манер та способів поведінки в навколишньому світі, становлення ціннісних орієнтацій особистості відбувається саме в сім'ї.

Мета дослідження. виявити особливості розвитку дитини в залежності від характеру стосунків батьків та визначити спосіб їх гармонізації.

Викладення основного матеріалу. Найважливішими соціальними функціями сім'ї є виховання й розвиток дітей, соціалізація підростаючого покоління. Виховний потенціал сім'ї

містить у собі не тільки її можливості у сфері духовно-практичної діяльності батьків, спрямованої на формування у дітей певних якостей, а й ті, які закладають сімейне мікросередовище, спосіб життя сім'ї, її традиції й стиль взаємин між усіма членами.

Сім'я як цілісна система має свої закони та правила функціонування. Дотримання правил функціонування сім'ї дає можливість гармонійного розвитку стосунків. При порушенні правил - виникають деструктивні стосунки, що призводять до конфліктів. Сім'ї з несприятливим психологічним кліматом характеризуються напруженістю, конфліктністю міжособистісних стосунків, члени сім'ї негативно ставляться один до одного, їм властиве почуття незахищеності та емоційного дискомфорту. В таких сім'ях порушуються комунікативні зв'язки, деякі з них являються «патологізуючими» для сім'ї.

Триваючий конфлікт батьків, перенесений на дитину, може привести до його емоційних розладів у вигляді занепокоєння, зниженого настрою, порушень сну й апетиту. Підліток може якось відреагувати на відношення до нього батьків - неслухняністю, протестом, агресією, - тоді як на відносини між батьками він реагувати не може.

Таким чином, при будь-якому несприятливому типі протікання сімейних конфліктів у дитини формуються конфлікти внутрішньособистісні: емоційна нестабільність, непевність у собі, тривожність, замкнутість, відчуженість. Більше того, підліток може засвоїти сценарій конфліктної поведінки як єдиний можливий спосіб вирішення проблем. Цей сценарій може відтворюватись в його майбутніх сімейних відносинах й у відносинах з іншими людьми, що спричиняється труднощі в майбутньому соціальному житті.

Висновки. У дітей підліткового віку, що виховуються у конфліктних сім'ях переважає високий рівень особистісної тривожності. Було виявлено, що це стосується в першу чергу дівчаток. Низький рівень особистісної тривожності у підлітків відсутній. Щодо залежності особистісної тривожності підлітків від типу ставлення до них батьків, то слід зазначити таке: тип «авторитарна гіперсоціалізація» найбільш виражений у сім'ях, де виховуються підлітки з високим рівнем особистісної тривожності. В ході дослідження було виявлено, що цю групу досліджуваних складають лише дівчата. Тип «кооперація» має місце у сім'ях, де виховуються підлітки з середнім рівнем особистісної тривожності,

серед яких є дівчата і хлопці. Всі інші типи ставлення батьків до дітей виражені майже однаково в обох категоріях досліджуваних. Ступінь їх вираженості є незначною.

Тип ставлення батьків до дитини є складовою частиною стилю сімейного виховання. Існує залежність між особистісною тривожністю підлітків і типом ставлення до них батьків, зокрема тип «Авторитарна гіпер-соціалізація» зумовлює високий рівень особистісної тривожності, тип «Кооперація» - середній. Всі інші типи ставлення не впливають на особистісну тривожність у підлітків.

Література

1. Бех І. Д. Виховання особистості : у 2-х кн. – Книга 2 : Особистісно-орієнтований підхід : науково-практичні засади. К. : Либідь. 2018. 344 с.

2. Овчаренко Г. Е. Позанавчальна діяльність студентів у вищих навчальних закладах : сутнісні характеристики, структура та особливості. *Освіта Донбасу*. № 5-6 (130-131). 2008. С. 35-38.

3. Репнова Т. П. Етичні принципи у розрізі психологічної культури студента та викладача вищого навчального закладу. Науковий журнал Одеського національного університету «Вісник». Серія: Психологія та соціальна робота. ISSN 2707-0409. Т. 24, випуск 2 (50), 2019. С. 151-163. DOI: 10.18524/2707-0409. [Включено до МНБ – Web of Science].

АРТ-ТЕРАПІЯ ТА ЇЇ НАПРЯМИ ЯК МЕТОДИ ПСИХОКОРЕКЦІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ СІМ'Ї

*Д. О. Мала, К. С. Бельченко, В. В. Дзюба, А. В. Шевченко,
Є. В. Гінкул*

студентки 3 курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет

Т. П. Рєпнова

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. Внаслідок військової агресії з боку Російської Федерації через постійну небезпеку для життя та значний стрес у населення, особливо у дітей, які проживають на території окупованих міст та селищ, спостерігаються численні психологічні розлади, такі як: порушення сну, розлади уваги, пам'яті, тривожні розлади, захворювання на нервовому ґрунті, емоційне вигорання та інші. Внаслідок існуючих проблем та психологічного напруження виникає ризик потрапляння означених сімей у категорію тих, що перебувають у складних життєвих обставинах, де батьки не в змозі належним чином виконувати батьківські обов'язки по відношенню до своїх дітей.

Це посилює тривожні настрої в суспільстві, страхи і вимагає впровадження програм та методик, які б допомагали полегшувати отримані як батьками так і дітьми стани тривожності та страху. У цьому можуть допомогти деякі методики арт-терапії, але, все ж, найголовнішим і першоплановим є вилучення сімей із травмуючих місць підвищеної небезпеки.

Мета дослідження. Розглянути напрями арт-терапії для психокорекції та реабілітації сім'ї.

Викладання основного матеріалу. До напрямів арт-терапії входять ізотерапія, пісочна терапія, казкотерапія, кінотерапія тощо.

Як самостійний метод арт-терапії, ізотерапія виникла всього лише кілька десятиліть тому. В даний час цей метод є актуальним і найбільш використовуваним для дітей дошкільного віку. Методи ізотерапії дозволяють поринути в проблему настільки, наскільки сама дитина цього хоче і готова її заново пережити.

Ізотерапія ставить перед собою глобальні цілі: усунення агресії; профілактика або посильна допомога при лікуванні психогенних хвороб, подоланні психологічних проблем; вивільнення пригнічених думок і переживань, що виникли в результаті психологічної травми; емоційний розвиток [3].

Методи ізотерапії включають пасивну форму - використання готових творів мистецтва, так і активну форму - створення власного творчого продукту. Ізотерапія як метод психологічної корекції надає можливість пережити, усвідомити конфліктну ситуацію, а також програти будь-яку проблему максимально зручним для психіки способом.

Ізотерапія в роботі з дітьми та дорослими дозволяє відчувати, а також зрозуміти самих себе, допомагає висловити вільно свої почуття, думки, надії, мрії, проявити емпатію, звільнитися від сильних переживань і конфліктів. Ізотерапія в роботі з людьми широко застосовується для зняття стресових станів, психічної напруги, для корекції страхів і неврозів, оскільки малюючи, дитина або батьки болісно стикаються з деякими неприємними, страшними, травмуючими образами [3].

Пісочна терапія – це ключ до внутрішнього світу людини, один з засобів виразити переживання, збудувати стосунки.

Вперше принцип "пісочна терапія" був запропонований Карлом Густавом Юнгом. На його думку, цей текучий матеріал символізує життя у Всесвіті, а окремі піщинки - це люди і інші живі істоти.

Пісок – ідеальне розвиваюче середовище, де можна творити без страху, що-небудь зламати або зіпсувати. Основоположна ідея пісочної терапії SandPlay полягає в тому, що дитина, яка переносить на площину пісочниці свої фантазії і переживання, може контролювати самостійно свої спонукання, виражаючи їх в символічній формі [4].

Можливості пісочної терапії: проживання негативного емоційного досвіду в процесі творчого самовираження; програвання психотравмуючих ситуацій на символічному рівні; зміна відношення до себе, до свого минулого, теперішнього і майбутнього, до значимих подій; зміцнення (пробудження) довіри до світу, розвиток нових відкритих, продуктивних відношень зі світом.

У будь-яких стресових ситуаціях нашій психіці потрібне розвантаження. Є навіть окремий інструмент психотерапії – кінотерапія.

Це метод терапії, коли відбувається сеанс короткометражного фільму і далі аналізується у групі (чи індивідуально) з допомогою психолога.

Вона використовується психологами як метод впливу в ситуації, коли у людини є проблема (стрес, проблеми в сім'ї або на роботі, особиста криза) або коли вона стоїть перед якимось життєвим вибором.

За допомогою кінотерапії людина може або дати своїй психіці необхідний відпочинок, або «почути» відповідь, яку довго шукала, або надихнутися та мобілізувати сили для будь-якої дії. А ще фільми «розкривають» законсервовані емоції, і це також необхідний компонент виходу зі стресу [1].

Казкотерапія - це ефективний спосіб інтегрувати особистість, розвинути творчі та розумові здібності. Використовуючи даний метод, можна розширити свідомість і підсвідомість, а також створити гармонійні відносини із зовнішнім світом і оточенням.

Казкотерапія полягає в створенні "казкової" проблеми і подієвості, що закликає шукати шляхи її вирішення. Людина з'ясовує причини виникнення проблеми та усвідомлює її наслідки. Даний спосіб не пропонує готових відповідей, а пропонує самому вирішити ситуацію, виходячи зі свого світовідчуття.

Казкотерапія допомагає вирішити такі проблеми як: позбутися від дитячого страху; направити енергію гіперактивних дітей в потрібний напрямок; знизити агресію; усунути проблеми фізичного розвитку (погано їсть, неприємності з сечовим міхуром і ін.); повернути душевну рівновагу, порушену проблемами в сім'ї (розлучення, новий член родини та ін.); втішити і підтримати при втраті близької людини або домашнього вихованця [2].

Висновок. Перелічені види терапії мають багато схожого за спрямуванням психокорекції, але відрізняються за механізмами її застосування. Оскільки зараз в країні йде війна, дуже важливим є те, що ці методи можна використовувати для корегування переживання сім'єю стресових ситуацій. Різні техніки та вправи у цих напрямках, завдяки своїй простоті, зрозумілі та цікаві для дітей, та дають вагомий результат. Більшість методик не потребують багато інструментів, а отже и проводити психокорекцію та реабілітацію можливо при обмежених умовах.

Література

1. Вознесенська О. Л., Голубева О. Є. Використання кінотерапії як форми медіа-освіти і О. Л. Вознесенська, О. Є. Голубева и Наукові студії із соціальної та політичної психології: Зб. статей / АПНУкраїни, Ін-т соціальної та політичної психології: Редкол.: С. Д. Максименко, М. М. Слюсаревський та ін. НК.: Міленіум, 2008. – Вип. 19 (22). – С. 332-339.
2. Вознесенська О., Мова Л. Арт-терапія в роботі практичного психолога: Використання арттехнологій в освіті / Олена Вознесенська, Людмила Мова. – К.: Шк. світ, 2007. – 120 с.
4. Козігора М. А. Арт-терапія як засіб навчання і виховання учнів початкової школи / М. А. Козігора // Молодий вчений. - 2018. - № 7(1). - С. 198-201.
5. Штейнхардт Л. Юнгианская песочная психотерапия. - СПб: Питер, 2001. - 320 с.

ДОСЛІДЖЕННЯ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПРЕДСТАВНИКІВ РІЗНИХ ПРОФЕСІЙНИХ ГРУП

В. Ю. Касич

студентка 4 курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет

О. А. Діколь-Кобріна

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. До появи синдрому емоційного вигорання може призводити будь-яка професійна діяльність. Професійна діяльність людини зумовлює формування її свідомості, психічних процесів і якостей, її особистісних якостей і характеристик. Вона може сприяти розвитку людини, бути передумовою формування творчих здібностей та, отже, індивідуального стилю діяльності. Але також професійна діяльність, за певних обставин, може викликати зворотний ефект, тобто блокування особистісного зростання професіонала.

Проблема емоційного вигорання моряків є професійно значущою, тому що від неї залежить не тільки ефективність професійної діяльності особи, але й особистісна безпека фахівця в екстремальних стресових умовах судноплавства.

Багато екстремальних і стресових ситуацій проходять військовослужбовці, тому один із тих видів професійної діяльності, якій притаманний синдром «емоційного вигорання» чи «професійного вигорання» саме військове діло.

Але стресові ситуації в умовах праці моряків і військових, а ще й представники сфери обслуговування. Всі ці професіонали за родом праці змушені багато і інтенсивно спілкуватися з різними людьми, зазнають тривалого внутрішньо-особистісного конфлікту у зв'язку з роботою, їх діяльність проходить в умовах гострої нестабільності та хронічного страху втрати робочого місця. Всі ці фактори призводить до хронічного стресу та синдрому емоційного вигорання.

В нашій роботі, ми хотіли б розглянути саме проблеми емоційного вигорання представників різних професій, а саме працівників морського транспорту, військовослужбовців та працівників сфери обслуговування. На сьогоднішній день важлива проблема профілактики та корекції синдрому емоційного вигорання серед моряків, військових та представників сфери обслуговування.

Мета дослідження: емпіричне дослідження синдрому емоційного вигорання представників різних професійних груп (моряків, військових та представників сфери обслуговування).

Викладення основного матеріалу: Нами був розроблений експеримент, який включав три етапи: констатувальний, формувальний та контрольний. Емпіричне дослідження було здійснено за допомогою психодіагностичного блоку, до якого увійшли надійні та валідні методики, а саме: для дослідження провідних симптомів емоційного вигорання використовувалася «Методика діагностики рівня емоціонального вигорання» В. В. Бойко; для визначення ступеню виразності професійного вигорання використовували «Опитувальник для виявлення вигорання» К. Маслач і С. Джексон в адаптації Н. Є. Водоп'янової. Розглянемо дані методики діагностики докладніше.

У психокорекційному тренінговому варіанті роботу необхідно спрямовувати на зняття напруги, життя «тут і зараз», усвідомлення та прийняття самого себе, розуміння та зміна

стереотипів поведінки, емоційного реагування, на саморозвиток та особистісне зростання. Ця форма групової роботи широко використовується з метою стимулювання процесів особистісного зростання. Перенесення навичок та цінностей позарольового спілкування, отриманих у ході тренінгових занять, у сферу щоденних комунікацій є одним із внутрішніх психологічних ресурсів людини, її загальної психологічної культури, ефекти якої виявляються, насамперед, у зверненні людини до нових сторін особистості, нових способів і засобів самовираження та рефлексії.

Висновки. Проведене дослідження показників емоційного вигорання представників різних професійних груп (моряків, військових та представників сфери обслуговування дозволило визначити, що у представників всіх досліджуваних професійних груп виявлені досить високі значення показників емоційного вигорання. І для моряків, і для військових, і для представників сфери обслуговування властиво обмежувати емоційну віддачу за рахунок вибіркового реагування під час робочих контактів, вони майже повністю виключають емоції зі сфери професійної діяльності. Їх майже нічого не хвилює, майже ніщо не викликає емоційного відгуку – ані позитивні обставини, ані негативні.

Визначено, що дещо вищі значення показників емоційного вигорання у військових та моряків, в порівнянні з представниками сфери обслуговування, можна пояснити специфікою їх професійних обов'язків, які пов'язані з потребою довільного підтримання постійної емоційно-вольової змобілізованості, зосередження і безпосереднього напруження психічних процесів.

Література

1. Андрушко Я. С. Психокорекція: навч.-метод. посібник. Львів: ЛьвДУВС, 2017. 212 с.
2. Бегун-Трачук Л. О. Дослідження професійного та емоційного вигорання у психолого-педагогічній теорії та практиці. Музичне мистецтво в освітологічному дискурсі. № 5. 2020. С. 128-133.
3. Машак С. О. Професійне вигорання особистості як соціально-психологічна проблема. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Вип. 2 (1). 2012. С. 444-452.

4. Міжнародна класифікація хвороб – МКБ-10. Проблемы, связанные с трудностями поддержания нормального образа жизни. URL: <https://mkb-10.com/index.php?pid=22473>

УДК

КОРЕКЦІЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТ- ТЕРАПІЇ

О. А. Діколь-Кобріна

Кандидат психологічних наук,
Доцент кафедри Практичної психології
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

В. В. Смолянінова

Студентка 4-го курсу Навчально- наукового
Гуманітарного морського інституту
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Початок навчання в школі - один з найбільш складних і відповідальних моментів в житті дітей. У зв'язку з соціальними та економічними змінами в нашій країні також змінюється і система освіти. Всі ці зміни диктують нові завдання в підготовці школярів до цілеспрямованого навчання. Молодший шкільний вік традиційно вважається одним з найскладніших для школяра і може провокувати агресивні форми поведінки.

Агресивна поведінка являє собою явище, яке відіграє особливу роль в психічному житті людей, їхньому розвитку, самореалізації, відносинах з іншими людьми, нарешті, в житті суспільства в цілому. В структурі особистості людини агресивна поведінка є передумовою формування різних форм поведінки - конструктивних, соціально позитивних, або навпаки - руйнівних та деструктивних, які надають асоціальний характер. Різноманіття існуючих концепцій, які намагаються пояснити феномен агресивності та агресивної поведінки, безперечно, свідчить про багатоплановість та багатоаспектність цієї проблеми.

Метою дослідження було теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити ефективність використання арт-терапії в корекційній роботі з агресивною поведінкою дітей молодшого шкільного віку.

Агресія визначається як процес, що має специфічну функцію особистості, яка проявляється у діях, які шкодять іншій особистості, в той час агресивність визначається як компонент складної структури психічних властивостей особистості [1].

Межі молодшого шкільного віку встановлюються нині з 6-7 до 9-10 років. На цей вік припадає пік шкільної тривожності, агресії, часті випадки неврозів та інших невротичних станів школярів. Тривожність стала більш глибинною та особистісною, змінилися форми її прояву. Якщо раніше зростання тривожності щодо взаємовідносин з однолітками спостерігався у підлітковому віці, то нині багатьох учнів молодших класів починає хвилювати їх характер взаємодії з іншими дітьми. Більше половини дітей у початковій школі відчувають підвищену і високу міру тривожності по відношенню до перевірки знань і до 85% пов'язують це зі страхом покарання та страхом засмутити батьків. Друга причина тривоги – «труднощі у навчанні». У таких школярів відзначаються виражені вегетативні реакції, неврозоподібні та психосоматичні порушення [2].

У психології та педагогіці накопичено значний досвід дослідження агресивної поведінки молодших школярів. Різні підходи у цій галузі розробляються як зарубіжними так і українськими вченими, що пропонують різні способи та методи корекції агресивного поведінки дітей 6-10 років (А.Г. Лідерс, О. А. Карабанова, Г. В. Бурменська, та ін).

Найефективнішими методами дослідження агресивної поведінки молодших школярів є метод бесіди, метод оцінювання іншими (опитування батьків чи педагогів), а також проєктивні методи, тому в нашому емпіричному дослідженні були використовувані саме вони.

За результатами емпіричного дослідження було визначено, що більшості дітей молодшого дошкільного віку властива агресивна поведінка.

Для зменшення агресивності дітей молодшого шкільного віку була розроблена корекційна програма з використання засобів арт-терапії. Програма спрямована на зниження рівня особистої тривожності; навчання технікам і способам саморегуляції;

відреагування агресивних тенденцій; формування усвідомлення свого внутрішнього світу, розвиток емпатії; навчання конструктивним поведінковим реакціям.

Результати повторного емпіричного дослідження свідчать про ефективність розробленої програми, оскільки у більшості дітей молодшого шкільного віку спостерігається значне зниження агресивності.

Література

1. Абрамова Г. С. Практическая психология. Спб.: изд-ство «Прометей», 2018. 540 с.

2. Казаннікова О. В. Особливості проявів тривожності в молодших школярів. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. 2014. Вип. 1(1). С. 176-180.

УДК 159.922.4

ПРОБЛЕМА ІНДУКОВАНО-ПОВЕДІНКОВИХ ТА ПСИХОЛОГІЧНИХ РОЗЛАДІВ У СПЕЦІАЛІСТІВ МОРЕГОСПОДАРСЬКОЇ ГАЛУЗІ

Ю. М. Сулік

студентка 4 курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет

Л. І. Котляр

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. Проблема індуковано-поведінкових та психологічних розладів у спеціалістів морегосподарської галузі є важливою, оскільки вона дозволяє зрозуміти причини, індивідуальні характеристики та поведінкові ознаки, які в більшості випадків завдають страждань людині та перешкоджають як особистісному функціонуванню, так і професійному зростанню.

Розвиток уявлень про розлади особистості бере свій початок іще з часів Гіппократа, який використовував термін «психопатичний темперамент» [1]. Термін «психопатія» тривалий час використовували для позначення розладу особистості як такого. Як психіатричне явище психопатію вперше описав психіатр Філіп Пінель.

Аналіз літературних джерел показав, що руйнівний вплив стрес-факторів, невміння долати перешкоди, низька життєстійкість можуть призвести до неадекватних реакцій, до формування руйнівних установок особистості фахівця (Б. Г. Ананьєв, І. В. Дубровіна, Г. В. Жарков, С. Д. Максименко, В. С. Медведєв, Є. М. Потапчук, О. В. Тімченко та ін.). А це надалі провокуватиме розвиток негативних психічних станів і виникнення загальної дезадаптації та психологічних розладів у представників професій екстремального профілю.

Мета дослідження. Розглянути та проаналізувати сучасні підходи до розуміння та класифікації розладів особистості; з'ясувати критерії, за якими встановлюється факт наявності розладу в спеціалістів морегосподарської галузі.

Викладення основного матеріалу. Першу спробу класифікації психопатій здійснив німецький психіатр Еміль Крепелін (1904). Використовуючи феноменологічний принцип класифікації, він виділив такі типи, як «вороги суспільства», «нестійкі», «імпульсивні», «збудливі» тощо [1]. Широке визнання отримала класифікація П. Б. Ганнушкіна (1933), що включала такі типи психопатичних особистостей, як астенічний, шизоїдний, параноїдний, епілептоїдний, істеричний, циклоїдний, нестійкий, антисоціальний і конституційно-дурний [3].

Зазначимо, що схожа класифікація була представлена і в МКХ 9, де термін «розлади особистості» вживали як синонім психопатій. Так, з появою МКХ 10 та «Керівництва з діагностики та статистики психічних розладів», V видання (DSM 5) з'являється нове розуміння зазначених розладів.

У МКХ 10 розлади особистості описані як тяжкі порушення характерологічної конституції та поведінкових тенденцій індивіда, що не є прямими наслідками захворювання, травми чи іншого гострого ураження головного мозку або інших психічних порушень. Слід констатувати, що ці розлади зазвичай охоплюють декілька сфер психіки й супроводжуються особистісною та

соціальною дезінтеграцією. Такі розлади зазвичай виникають у дитячому чи підлітковому віці й тривають у період зрілості [6].

Теоретичний аналіз і узагальнення сучасних підходів дає можливість визначити типи розладів особистості такі як: параноїдний; шизоїдний; шизотиповий; антисоціальний (дисоціальний); емоційно нестійкий; межовий; істеричний (гістрійонний); нарцисичний; ексцентричний; розгальмований («нестримний»); незрілий (інфантильний); пасивно – агресивний; психоневротичний; унікаючий (тривожний); залежний (розлад типу залежної особистості); ананкастний (обсесивно-компульсивний) [4.6].

Психологічний аналіз проблеми розладів особистості, дозволяє з'ясувати критерії, за якими встановлюється факт наявності розладу в спеціалістів морегосподарської галузі [5]:

- наявність відносно стійкого й всеохоплюючого порушення образу та уявлення про себе, інших та оточуючий світ, що проявляється у вигляді неадекватних (дезадаптивних) патернів пізнання, поведінки, емоційних переживань та реакцій;
- ці неадекватні патерни є відносно ригідними й асоційовані з вираженими проблемами у психосоціальному функціонуванні, які особливо помітні в міжособистісних стосунках;
- порушення проявляється у різноманітних особистісних та соціальних ситуаціях (тобто не обмежується конкретними відносинами чи ситуаціями);
- порушення (розлад особистості) є довготривалим (зазвичай щонайменше декілька років); найчастіше вперше проявляється у підлітковому віці і явно виявляється у період ранньої юності.

Висновки. Отже, одним з основних загальних діагностичних критеріїв розладів особистості морегосподарської галузі, представлених як у МКХ 10, так і в DSM 5, є суттєве відхилення внутрішніх переживань і поведінки людини від загальноприйнятого діапазону (норми). Це відхилення має проявлятися більш ніж в одній із таких сфер: когнітивній сфері (характер сприйняття й інтерпретації предметів, людей та явищ, формування відносин і образів «Я» та «інші»), сфері емоційності (діапазон, інтенсивність та адекватність емоційних реакцій), контролю потягів і задоволення потреб та сфері стосунків з іншими (манери вирішення інтерперсональних ситуацій). Відсутність гнучкості, недостатня адаптивність або інші дисфункціональні особливості в осіб із розладами особистості

спостерігаються в широкому діапазоні особистісних і соціальних ситуацій, унаслідок чого спостерігається дистрес або негативний вплив на оточення.

Література

1. Бурцев А. О. Возникновение и развитие понятия «психопатия»: отечественные и зарубежные исследования личностных расстройств в XIX столетии. Электронный научный журнал «Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие», № 3(6), 2014. С. 9 – 27.

2. Потапчук, Є. М. Прояви психічних розладів у людини та їх соціальна небезпека / Потапчук Є.М. // Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. Максименка С. Д. К., 2002, т. IV, ч. 7. С. 210–214.

3. Тиганов А. С., Снежневский А. В., Орловская Д. Д. и др. Руководство по психиатрии в 2-х томах / Под ред. А. С. Тиганова. – М.: Медицина, 1999.

4. American Psychiatric Association. «Personality Disorders». Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Fifth ed.), 2013.

5. ICD 11 Beta Draft – Mortality and Morbidity Statistics. Online resource [icd.who.int]

6. World Health Organisation. The ICD 10 Classification of Mental and Behavioral Disorders. Diagnostic criteria for research. – Geneva.

АДАПТАЦІЙНІ МЕХАНІЗМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ДО МАТЕРИНСТВА

А. А. Макаренко

студентка 4 курсу заочної форми навчання,
Одеський національний морський університет

Діколь-Кобріна О.А.

ст.викладач кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. Проблема материнства останнім часом набуває все більш вираженого міждисциплінарного характеру, яка стає вагомим предметом досліджень не тільки в науках, які традиційно безпосередньо пов'язані з нею (медицина, фізіологія, біологія поведінки), але і в гуманітарних науках, таких як історія, культурологія, соціологія і на далі. Не можна не брати до уваги факт соціальної обумовленості зростаючої актуальності проблем материнства.

Незважаючи на велику кількість досліджень процесу адаптації в цілому, проблема психологічної адаптації до материнства і вагітності залишається актуальною проблемою сучасної, зокрема, перинатальної психології. Готовність стати матір'ю відчувається як одна з особливих подій життя жінки, де діяльність жінки перенаправляється на перебудову її психологічного світу, що є психологічним змістом адаптації жінки і готовності до вагітності.

При всьому різноманітті підходів до вивчення адаптації розуміння цього процесу як варіанту стану психологічного здоров'я жінки залишається загальноприйнятим. залежність від досвіду материнства, від психологічної ситуації в сім'ї, від її відносин в батьківській сім'ї і т.д.

Актуальність вивчення психологічної адаптації і готовності до материнства обумовлена рядом існуючих в країні проблем, а також недостатнім теоретичним розвитком вітчизняної психології.

Відсутність системи надання психологічної допомоги, пошук адаптивних механізмів і психічних ресурсів привертає особливу

увагу до вивчення взаємозв'язку між психологічною готовністю до материнства і адаптаційним потенціалом жінок, чий недостатній науковий розвиток яких і високе практичне значення призвели до вибору теми, об'єкта і предмета дослідження.

У вітчизняній психології є дві основні традиції вивчення психологічної готовності. Це різні аспекти готовності до різних видів діяльності (найчастіше професійної), а також різні аспекти готовності у контексті вікових змін особистості.

При цьому психологічна готовність постає як особливий вид вікового новоутворення, що має власний психологічний зміст, що відповідає тому чи іншому віковому періоду. У цьому психологічна готовність до кожного виду діяльності чи соціальних відносин має власний психологічний зміст. У зв'язку з цим готовність до материнства постає як психологічна освіта, що має власний психологічний зміст.

У зв'язку з основною метою нашого дослідження – вивчення адаптаційних механізмів та психологічної готовності до материнства, було висунуто припущення про те, що рівень психологічної готовності до материнства на різних етапах періоду дорослості визначається сформованістю та структурною організацією її компонентів. Основними факторами, що впливають на психологічну готовність до материнства, є вік жінки, її емоційна спрямованість, а також індивідуальні та особистісні особливості. І, відповідно, формується адаптивний тип відношення до майбутнього материнства, - коли жінка, розглядає свій стан вагітності як актуальна подія власного життя, розкриває для себе сенс і цінність материнства, знаходить у цьому позитивні моменти та оцінює вагітність як позитивну подію свого життя або дезадаптивний. Тип відносини, коли життєвої перспективи звужується, проявляється негативна оцінка ситуації вагітності, у результаті переживання ситуації справжньої вагітності матиме свої негативні особливості.

Останнім часом в Україні, поряд з іншими країнами, зростає практика психопрофілактичної підготовки до вагітності та пологів. Успішно застосовується сімейно-орієнтована психотерапія, залучая при цьому батька та інших членів сім'ї в період планування і очікування дитини. В рамках психологічної підготовки подружніх пар до народження і виховання дитини розробляються методи психологічної діагностики і корекції з метою оптимізації умов для розвитку дитини. Проводяться

психологічні тренінги, з'являється практика «м'яких пологів», домашніх пологів з чоловіком, пологів у воді та ін. Висвітлюються якості матері, особливості її переживань, емоційні та фізіологічні стани, які вважаються оптимальними для взаємодії з дитиною, і на які орієнтуються дослідники і практики при побудові своїх програм.

Висновки. На підставі проведеного теоретичного аналізу ми виявили, що важливими компонентами у процесі розвитку психологічної адаптації до материнства є емоційний, когнитивно-орієнтований та регулятивний, який розглядається як доповнюючий, зміст якого відображає здатність до самоконтролю та саморегуляції в умовах кризових (дезадаптивних) ситуацій.

В роботі представлено теоретичне узагальнення та емпіричне вивчення проблеми формування адаптації жінок як умови їх психологічної готовності до материнства, яке полягало у дослідженні структурних складових адаптаційного потенціалу особистості жінок.

Психологічна готовність жінок до материнства - це сукупність базових біологічних інстинктів і особистісних новоутворень жінки, які формуються, змінюються впродовж всього життя під впливом соціокультурних і ціннісних факторів і характеризуються стійкістю до зовнішніх подразників, пов'язаних із народженням дитини. Особливості розвитку психологічної готовності жінок до материнства обумовлюється операційними, мотиваційними, соціально-психологічними та психофізіологічними факторами.

Структура емоційної складової психологічної готовності до материнства характеризувалася переважанням позитивного ставлення до материнства, амбівалентне ставлення до материнства було менш вираженим і лише в деяких випадках виявлялося негативне ставлення до материнства.

Індивідуальні та особистісні особливості також впливають на процеси адаптації до материнства. При наявності позитивного досвіду материнства одним з найважливіших показників є рефлексивність як істотний фактор розвитку материнської поведінки.

Для більш успішної психологічної адаптації до матері дуже важливо міжособистісні стосунки з іншими (чоловіком, матір'ю, першими дітьми і т.д.)

Література

1. Канюка С.І. Формування толерантності жінок як умови їх психологічної готовності до майбутнього материнства : дис. канд. псих. наук : 19.00.07 / Канюка Світлана Іванівна – Київ, 2018. – 268 с.
2. Мещерякова С.Ю. Психологічна готовність до материнства / Мещерякова С.Ю. // Питання психології. – 2002. – № 5. – С. 18–27.
3. Проскурняк О. П. Психологічна структура та особливості прояву феномену материнства : дис. канд. псих. наук : 19.00.01 / Проскурняк Ольга Петрівна – Київ, 2010. – 251 с.
4. Філіппова Г.Г. Материнство та основні аспекти його досліджень у психології / Філіппова Г.Г. // Питання психології. – 2001. – № 2. с. 22–35.

УДК 159.9

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК БЛАГОПОЛУЧЧЯ ШЛЮБУ З ФАКТОРАМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СУМІСНОСТІ ПОДРУЖЖЯ

В. В. Мунтянова

студентка 4 курсу заочної форми навчання,
Одеський національний морський університет

О. А. Діколь-Кобріна

ст.викладач кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. Сім'я є найважливішим соціальним середовищем для формування особистості і основним інститутом психологічної підтримки і виховання, відповідальним не тільки за соціальне відтворення, але і за створення певного способу життя, стилів мислення і відносин.

Сучасна сім'я схильна до різного роду змін: економічних, соціальних, духовних, соціальних. Положення про мінливість сім'ї і розгляд цього соціального інституту в його історичному контексті далеке від нової до сучасної науки. Еволюція сім'ї породила нову

проблему - проблему визначення можливих перетворень розвитку цього соціального інституту. **Актуальність дослідження** обумовлена тим, що в сучасному суспільстві розвиток інституту сім'ї виявляє ряд кризових моментів: зростає кількість молодих людей, які не бажають створювати сім'ю; збільшується кількість розлучень - все це вимагає більш глибокого розуміння процесів, що відбуваються в сучасному шлюбі, з метою використання отриманих результатів як для оптимізації подружніх відносин в консультаційній практиці, так і в процесі підготовки молоді до створення сім'ї.

Велике практичне значення має завдання визначення психологічної сумісності. Людина є соціальною істотою і не може жити окремо від свого роду. Тому психологічна сумісність є найважливішою умовою успішного життя. Це і фінансове становище, і моральний стан, і кар'єра, і особисте щастя, і здоров'я, як фізичне, так і психологічне

Теоретичний аналіз понять сім'ї, шлюбу, емоційної прихильності у подружжя дозволив зробити наступні висновки.

В цілому у літературі виділяють два основних напрямки в розвитку проблеми визначення поняття «сім'я»: фактологічний і логічний. Фактологічний підхід фіксує емпірично спостережувану картину розподілу населення на групи, яка заснована на шлюбних і сімейних зв'язках. Логічний підхід орієнтований на виявлення специфіки соціального явища сім'ї, яка має набір стійких, повторюваних ознак.

При аналізі сім'ї як невеликої групи і соціального інституту зазвичай виділяють три основні характеристики: її функції, будова і динаміка.

Деякі автори розрізняють специфічні і неспецифічні функції сімейства. Специфічні функції сім'ї, до яких відносяться народження (репродуктивна функція), утримання дітей (екзистенційна функція) і їх виховання (функція соціалізації), залишаються, на думку автора, при всіх змінах в суспільстві, хоча характер зв'язку між сім'єю і суспільством може змінюватися в ході історії.

Неспецифічні функції сім'ї пов'язані з накопиченням і передачею майна, статусу, організації виробництва і споживання, відпочинку і відпочинку, з турботою про здоров'я і благополуччя членів сім'ї, зі створенням мікроклімату, що сприяє зняттю напруженості і самозбереження.

Відносини прихильності виконують різнопланову інтегруючу функцію в сім'ї: знімають і пом'якшують фрустраційні стани, знижують взаємну агресивність членів сім'ї, створюють більш сприятливі умови для вирішення міжособистісних конфліктів і формування взаєморозуміння в сім'ї. У зв'язку з цими обставинами розвиток безпечних відносин прихильності також означає зміцнення згуртованості сім'ї, її здатності протистояти широкому колу негативних і руйнівних факторів.

Щодо благополуччя шлюбу, як показника якості подружніх відносин, були виявлені наступні фактори, як: психобіологічна сумісність, соціальна зрілість подружжя, збіг рівня освіти, стабільність праці, вік партнерів, тривалість знайомства в кінцевому підсумку характеризують поняття «благополуччя шлюбу». Проблема сімейного благополуччя в першу чергу пов'язана з тим, наскільки психологічно сумісні члени сім'ї один з одним. Сумісність як багаторівневого явища пов'язана не тільки з поточним станом і особистісними особливостями подружжя, але і з їх минулим життєвим досвідом, досвідом міжособистісних відносин в батьківській сім'ї. Найоптимальніша ситуація, коли досвід і вивчений тип відносин між подружжям в цілому позитивні, схожі або взаємно доповнюють один одного, не суперечать загальній соціальній системі правил і норм взаємодії і відносин.

Єдність поглядів, емоційне ставлення, досягнення взаєморозуміння, приблизно однакова оцінка життєвих ситуацій, вимоги до співпраці - все це в якійсь мірі входить в поняття психологічної сумісності. Перш за все, вона передбачає, що інша людина як мінімум не викликає негативних емоцій при спілкуванні, співпраці, співпраці. Психологічна сумісність є невід'ємною психологічною категорією, оскільки синтезує ряд якостей, властивостей характеру, темпераменту, розуму людини, його поглядів і т.д. Поняття психологічної сумісності включає в себе здатність психологічно адаптуватися до іншої людини.

Можливо, психологічна сумісність пов'язана з готовністю індивіда піти на багато поступок з метою досягнення певних цілей і результатів спільної діяльності.

При аналізі подружніх відносин на перший план виходять ті якості і властивості характеру подружжя, які перешкоджають налагодженню нормальних відносин в сім'ї і провокують умови для конфліктів і сварок.

В цілому можна зробити висновок, що пари, які ми вивчали, успішно пройшли попередні етапи розвитку, а саме дошлюбний період, період шлюбу і виникнення подружніх відносин, період народження першої дитини, підтримували теплі відносини, досить добре вивчали один одного і оцінювали свій шлюбний союз як благополучний.

Література

1. Кляпець О. Я. постановка життєвого завдання як чинник подолання сімейної кризи / О. Я. Кляпець // Соціальна психологія. – 2008. – № 6. – С. 17.

2. Ткаченко В. Є. Система факторів благополуччя подружніх відносин [Електронний ресурс] / Ткаченко В. Є. – Режим доступу: [http://nssa.do.am/publ/tkachenko v e sistema faktoriv blagopoluchchja podruzhnikh vidnosin](http://nssa.do.am/publ/tkachenko_v_e_sistema_faktoriv_blagopoluchchja_podruzhnikh_vidnosin).

ВПЛИВ ВІЙНИ НА ПСИХІКУ ДИТИНИ. АРТ-ТЕРАПІЯ, ЯК ЗАСІБ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ ПСИХОТРАВМУЮЧІ ПОДІЇ

К. А. Томак

студентка 3 курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет

Т. П. Рєпнова

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. Анексія АР Крим і м. Севастополь та війна в Україні суттєво змінили життя усіх громадян незалежно від місця їх проживання. Найуразливішими у суспільстві є найменш захищені категорії населення — діти. Найгостріше наслідки війни на собі відчули і відчувають діти, які проживають у місцях бойових дій. Дитина, яка потрапила в пастку середовища насильства, отримавши таким чином психотравму, стикається зі складними завданнями адаптації. «Не маючи змоги дбати про себе та захищатися, вона повинна компенсувати незадовільні турботу та

захист з боку дорослих єдиним доступним їй засобом — незрілою системою психологічного захисту» [1]. Таким чином ми маємо у сучасній Україні факт існування дітей війни, як складне соціально-психологічне явище. Середовище насильства, створене за участю країни агресора, неодноразові психотравми у дітей формують особистість з певними психічними вадами, що потребує детального вивчення та вирішення існуючих проблем.

Мета дослідження. Проаналізувати стан дослідження явища дітей війни у сучасній українській дійсності періоду проведення гібридної війни та повномасштабного вторгнення та агресії з боку російської федерації.

Викладення основного матеріалу. Розгляд психотравми, як дисгармонії, дисонансу, розладу у психічному стані особистості, особливо незрілої, якою виступає дитина — є полем багатьох досліджень як вітчизняних, так і зарубіжних науковців, зокрема у працях вітчизняних психологів Т. М. Титаренко, Т. С. Кириленко, Н. Ю. Максимової, К. Л. Мілютіної, та ін. [4].

До дітей, які отримали психотравму, починаючи з 2014 року можна віднести: дітей учасників та свідків трагічних подій на Майдані; учасників та свідків демонстрацій «революції гідності» у Києві та демонстрацій у різних містах України; вимушених переселенців з Криму, Донбасу; дітей, які залишилися в окупованих Росією територіях Криму та Донбасу; дітей, які залишилися у так званих «сірих зонах» Донбасу; дітей у прифронтових зонах; дітей загиблих військовослужбовців; дітей, які стали повними сиротами в результаті агресії Росії на територіях бойових дій: Херсонської, Миколаївської, Київської та інших областей; та ін...

Це дуже велика кількість дітей з певними ознаками психічних відхилень, які у подальшому будуть формувати політичну та соціальну еліту суспільства. Формування дорослої людини буде відбуватися з певними складнощами адаптації та незрілою системою психологічного захисту.

Основним завданням психологічної допомоги на рівні психокорекції, психотерапії та психореабілітації, тобто роботи з відстроченими наслідками психотравми, є відновлення нормального соціального, психофізіологічного та ціннісно-мотиваційного функціонування особистості. Психологічна робота при цьому має більш глибинний і тривалий характер, базується на принципах нормалізації, партнерства, відновлення й збереження

гідності особистості, індивідуальності, досвідченості та кваліфікованості фахівця, який здійснює таку роботу.

Соціальна незахищеність дітей під час кризових подій в Україні дає можливість простору дій для будь-якого насильства, вони стають жертвами як кримінального так і сексуального насильства. Будь-який вид насильства формує у дітей і підлітків такі особистісні й поведінкові особливості, які роблять їх малопривабливими і навіть небезпечними для суспільства. Найтипівішими наслідками насильства стають такі поведінкові прояви у дітей: бійки, конфлікти з оточуючими, низька шкільна успішність, пропуски уроків без поважних причин, надмірна замкненість. До емоційних проблем таких дітей можна віднести підвищену агресивність, переважно погіршений настрій, високу тривожність та наявність страхів, нестійкість почуттєвої сфери, легке коливання емоцій та їх надмірна сила.

Досліджуючи явище «дітей війни», можливі негативні наслідки.

Соціальні: скоєння самогубства; порушення їхнього психічного і фізичного здоров'я; низький освітній і професійний рівень; асоціальна, кримінальна поведінка; відтворення жорстокості в суспільстві. Фізіологічні: недостатня вага дитини, анемія, слабкий імунітет, тік, смоктання пальців, гризіння нігтів, розгойдування та нав'язливі рухи; часті звертання до медичних закладів, зростаюча кількість ушкоджень; невідповідність отриманих ушкоджень поясненням, що їх дає дитина або батьки чи піклувальники. Психологічні: замкнутість; страх, або навпаки, зухвала поведінка; неврівноважена поведінка; агресивність, напади люті; уповільнене мовлення, нездатність до навчання; надто висока зрілість та відповідальність порівняно з дітьми цього віку; уникання контактів з однолітками, бажання спілкуватися та гратися зі значно молодшими дітьми; занижена самооцінка; тривожність; почуття провини; то що [6].

За наявності психотравми дитина як правило замикається в собі або, навпаки, проявляє не притаманну їй активність; залежно від віку відтворює в іграх ситуації власного травматичного досвіду. Інколи спостерігаються порушення сну, втрата апетиту або патологічно підвищене відчуття голоду, агресивна поведінка або апатія, регресивна поведінка. Всі зазначені сигнали свідчать про те, що дитина потребує допомоги [2; 3; 5].

У роботі з дітьми з травмивним досвідом використовують методи індивідуальної та групової роботи, а також сімейне консультування та сімейну психотерапію. У процесі роботи, дитина постійно має відчувати підтримку фахівця. Так, наприклад, якщо дитина зазнала спроб насильства, і відчуває сильний страх, приниження і провину, то для стабілізації її стану одним із важливим компонентом реабілітації є похвала та позитивне ставлення.

Особливості індивідуальної роботи з дітьми в першу чергу залежать від їхньої вікової категорії. Методами психологічної допомоги дітям в першу чергу вважаються ігрова терапія, пісочна терапія та арттерапія.

Висновки. Діти війни сучасної України потребують постійної уваги як з боку професійних спеціалістів психологів, реабілітологів, так і відповідних державних структур. На даний час ми маємо більше матеріалів дослідження констатуючого плану, загального характеру. Тому є необхідність проводити певну кореляцію очікування негативних прогнозів з проведенням профілактичних заходів з данною категорією, щоби мати у подальшому психологічно здорове суспільство.

Література

1. Герман Д. Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства — від знущань у сім'ї до політичного терору / Д. Герман. — Львів : Видавництво Старого Лева, 2015. — 416 с.
2. Гридковець Л. М. Психокорекційний тренінг як засіб допомоги молоді при залежності від алкоголю // Практична психологія та соціальна робота. Науково-практичний та освітньо-методичний журнал. № 2. 2012. С. 18–24.
3. Дитяча та юнацька психотерапія. Теорія і практика в сучасних наукових дослідженнях / за загальною редакцією Г. Католик. Львів : Асролябія, 2012. 312 с.
4. Кириленко Т. С. Психологія травмуючи ситуацій: навч. посіб. для студентів вищих навчальних закладів / Т. С. Кириленко. — К. : Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2014. — 135 с.
5. Кондратенко Л. О. Психологічні особливості сприйняття своєї ситуації дітьми-переселенцями із зони АТО та Криму // Науковий вісник Чернівецького університету: збірник наукових

праць. Випуск 743: Педагогіка та психологія. Чернівці: Чернівецький національний університет, 2015. С. 115–118.

6. Тоторкулова М. А. Содержание и организация деятельности социального педагога в дошкольном образовательном учреждении по преодолению последствий семейного насилия над детьми: дис. канд. пед. наук / М. А. Тоторкулова. — Ставрополь, 2005. — 185 с.

СІМЕЙНА РЕАДАПТАЦІЯ ПРИ ПОВЕРНЕННІ МОРЯКА З РЕЙСУ ТА ПОДОЛАННЯ ПРОБЛЕМ СІМ'Ї У ЗМІНЕНИХ УМОВАХ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

*С. В. Чендарогло, Л. О. Лапшин, В. І. Синиця, О. Ю. Пугач,
В. О. Капралов, К. А. Бурсай*

Студенти 3 курсу денної форми навчання
Одеський національний морський університет

Т. П. Рєпнова

Кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри практичної психології
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. Дослідники сімейних взаємин прийшли до висновку, що розвиток сім'ї без криз неможливий, проте не всі причини призводять до її руйнування. У сучасній європейській сім'ї психологічне розлучення – це не просто розпад шлюбних взаємин, а дестабілізація всього життєвого устрою.

Викладення основного матеріалу. До негативних чинників, які можуть зруйнувати шлюб, відносять:

Перевантаження й фізичне виснаження, зловживання кредитом і сварки з приводу грошових витрат, егоцентричність, втручання батьків, пияцтво й наркотики, нереальні очікування, окремі феномени подружнього життя, здатні вплинути на перебіг подружніх взаємин (наприклад ревності, зрада, низька самооцінка тощо).

Іноді подружжя намагається зберегти шлюб за допомогою великої кількості дітей («від трьох не піде!»). Дослідження стверджують, що стабілізувати шлюб кількістю дітей не вдається: багатодітні подружні пари розпадаються так само, як і бездітні. Сім'я, що перебуває у складних життєвих обставинах – це сім'я,

яка втратила свої виховні можливості через виникнення таких умов, що порушують нормальну життєдіяльність одного або кількох членів сім'ї, наслідки яких вони не можуть подолати самостійно.

Існують чинники, під впливом яких наша свідомість розпочинає сприймати певну ситуацію як екстремальну, а саме: потрапляння в умови війни, аварій, катастроф, загроза стихійного лиха або його настання, емоціогенні впливи, що виникають у зв'язку з небезпекою для життя й здоров'я людини (новизна ситуації, її складність, неможливість прийняти рішення в зв'язку з браком інформації).

Саме під впливом цих чинників розвивається почуття емоційного й фізичного напруження, нездатність адекватно оцінювати ситуацію й приймати рішення, депресія, паніка, страх, шок. Крім того, негативні чутки, психічні атаки, емоційний вплив на свідомість не тільки не стабілізують ситуацію, але й ускладнюють її. Тому ступінь виживання в екстремальних умовах прямо залежить від уміння захистити себе й своїх близьких від загроз, що насуваються. Якщо ми хоча б якоюсь мірою знаємо, які дії необхідно вчинити, щоб захистити себе фізично, то навички стабілізувати власний психічний стан майже відсутні.

Залежно від якостей особистості люди схильні проявляти психічні реакції на надзвичайну ситуацію більшою чи меншою мірою. Найбільш відомі реакції на екстремальну ситуацію це: паніка, шок та посттравматичний стресовий розлад.

Паніка – стан жаху, за якого у людини, яка потрапила у надзвичайну ситуацію, різко послаблюється навичка самоконтролю. Основні ознаки панічних нападів – сильний страх і відчуття смерті, що насувається. Людина в такому стані не може сказати, чого саме вона боїться, їй складно сконцентрувати увагу і взяти себе в руки. Часто виникає прискорене серцебиття, пульсація в животі, задишка і пітливість. Людина прагне піти звідти, де її застав напад, і, заглинена в думки про свій стан, кидається шукати допомоги. Після нападів, зазвичай, виникає пригнічений стан, може здатися, що тіло стало чужим або якимось змінилося.

Висновки. Дружини моряків нерідко чекають миттєвого включення чоловіка в сімейний побут. Такий підхід є хибним і шкідливим для відносин. Психологи переконані, що процес залучення моряка в виконання сімейних обов'язків після рейсу повинен бути поступовим. Більш того, перші дві-три доби краще

взагалі почекати з побутовими тяготами, дати моряку відіспатися і заново звикнути до дому і сім'ї. Не варто в перший-другий день пропонувати пересунути меблі, прибавати полки, лагодити крани і т.п. Головне, що необхідно зрозуміти: яким би міцним, високоадаптивним не був організм моряка, у нього є свої межі. І йому, як і будь-якій людині, необхідний повноцінний відпочинок, відповідні навантаження, які він переносить. Чим більше спокою ви забезпечите моряку після повернення з рейсу - тим краще це позначиться на вашому сімейному житті.

Література

1. Анциферова, Л. І. Свідомість та дії особистості у важких життєвих ситуаціях/Анциферова Л.І. // Психологічний журнал. - 1996. -№1
2. Балабанов, О. О. Правові основи підготовки, працевлаштування та праці моряків / О. О. Балабанов, Н. О. Балабанова. - Одеса: Фенікс, 2011.
3. Гримак, Л. Резерви людської психіки: Введення у психологію активності / Гримак Л. - К. 1989.

Секція № 5

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ У РІЗНИХ СФЕРАХ ДІЯЛЬНОСТІ

УДК 159.99

ГУМАНІСТИЧНІ АСПЕКТИ ВЗАЄМОДІЇ СУБ'ЄКТІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ СУЧАСНОГО ВИЩОГО ЗАКЛАДУ ОСВІТИ (на прикладі викладання дисципліни Юридична психологія)

Є. Г. Запорожцев

кандидат юридичних наук,
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. Одним із важливих завдань сучасної педагогіки вищої школи є виявлення гуманістичного потенціалу особистості як громадянина та професіонала. У сучасних умовах становлення інформаційного суспільства, в епоху інтеграції та глобалізації, символом яких є Інтернет, перед вітчизняною системою освіти стоїть завдання щодо вдосконалення та розвитку інклюзивної освіти у вищих закладах освіти.

Сучасна система вищої освіти змушена долати різноманітні гуманітарні проблеми в освітньому процесі, дослідження яких було розпочато ще наприкінці XIX ст. такими відомими вітчизняними та зарубіжними вченими в галузі психології та педагогіки, як Л. С. Виготський, Я. А. Кам'янський, В. А. Сухомлинський, К. Д. Ушинський, М. Монтессорі, С. Френе, Дж. Дью та ін. Але досі в педагогічній психології спостерігається дефіцит концептуальних досліджень зі змістовної специфіки, умов, чинників формування та способів взаємодії в системі «викладач – студент».

Мета дослідження. Полягає у визначенні концептуальних засад гуманістичного навчання через специфіку взаємодії педагога та студента у руслі інклюзивної освіти на приклади викладання

дисципліни «Юридична психологія» в Одеському національному морському університеті.

Викладення основного матеріалу. Юридична психологія як навчальна дисципліна викладається в Україні для юридичних спеціальностей з 1967 р., для психологічних – з 1989 р. Ініціаторами і першими викладачами юридичної психології в Україні були професори В. Г. Гончаренко, А. Е. Жалінський, В. О. Коновалова, М. В. Костицький, В. Т. Нор, З. І. Митрохіна, О. П. Слободяник, С. А. Тарарухін та інші.

Накопичення досвіду та розвиток юридичної психології як науки дали змогу підготувати і видати перші навчальні посібники з цієї дисципліни. Так, у 1990 р. вийшли посібники „Правова психологія” В. О. Коновалової та «Використання спеціальних психологічних знань у кримінальному процесі» М. В. Костицького, адресовані тим, хто вивчає юриспруденцію. Професор А. Ф. Зелінський опублікував у 1999 р. навчальний посібник „Кримінальна психологія”, маючи на увазі кримінальну психологію більш загальну стосовно юридичної психології дисципліну. Хоча на наш погляд кримінальна психологія є складовою частиною юридичної психології, при цьому вона пов’язана з кримінальним правом та криминологією, тим що опосередковує криминологічні засади щодо психології попередження злочину і злочинності.

Останні декілька десятиріч розвитку Юридичної психології як науки, вказують на дуже коротку її історію розвитку, хоча на Україні було надруковано чимало важливих і необхідних джерел з Юридичної психології. Юридична психологія розвивалась не тільки в Україні, підручники й посібники виходили не тільки у нас, але й у Росії, Білорусії, Польщі, Німеччині, США та інших країнах. Але проблему вдосконалення викладання юридичної психології, диференціації навчального матеріалу з цієї дисципліни для юристів і психологів, ув’язки юридичної психології як базового курсу з психологічними спецкурсами досі не вирішено, хоча цю проблему неодноразово піднімали в низці доповідей і виступів на конференціях з питань «Актуальних проблем юридичної психології».

В Одеському національному морському університеті (ОНМУ) викладання і вивчення дисципліни "Юридична психологія" здійснюється згідно навчального плану. Дисципліна "Юридична психологія" як галузь психологічної науки має на меті

озброєння слухачів ОНМУ системою загальнотеоретичних знань психологічного опосередкування юридичної діяльності. Кінцева мета юридичної психології спільна з юриспруденцією, це – побудова правової держави та суспільства, а специфіка – сприяння досягненню її на основі розкриття залежностей та впливів юридико-психологічної реальності, а також розробки шляхів їхньої оптимізації. В процесі викладання дисципліні “Юридична психологія” в системі “викладач-студент”, виникають відносини, у яких домінуючим є особистісний компонент. Ця тенденція передбачає такий підхід до формулювання цілей професійної освіти, який забезпечує трансформацію кожного студента в суб’єкт навчально-професійної діяльності.

Згідно з даними наукових підходів гуманістичної парадигми освіти та аксіологічного підходу до педагогічної діяльності (О. О. Бодальов, О. В. Бондаревська, М. І. Дяченко, І. Б. Котова, Н. В. Кузьміна, А. К. Маркова, Л. М. Мітіна, В. А. Сластенін, Є. М. Шиянов та ін.), основна роль викладача полягає не у трансляції знань, а у фасилітації¹ процесів навчання та розвитку студента, що сприяє його позитивним особистісним змінам.

Все більшого значення в даному контексті набувають вміння педагога вибудовувати в процесі взаємодії рівноправний діалог зі студентами, чути та враховувати їхню думку, дбайливо ставитися до їх почуттів і емоцій, водночас виховуючи аналогічні якості і в самого студента. Для цього педагогу важливо вміти створювати атмосферу взаємоповаги, взаєморозуміння, співтворчості та співпраці, без яких неможлива ефективна гуманістично-орієнтована взаємодія.

Під педагогічною взаємодією (яка вважається універсальною характеристикою навчального процесу) у широкому сенсі прийнято розуміти взаємопов'язану діяльність суб’єктів освітнього процесу, що забезпечує існування та розвиток педагогічної системи. Педагогічна взаємодія в моделі «викладач – студент» є узгодженою діяльністю з досягнення загальних цілей та отримання відповідних результатів.

У науці виділяють кілька моделей комунікації, серед яких лінійна, трансактна, інтерактивна. Зрозуміло, у своїй діяльності викладач тією чи іншою мірою використовує кожен з них. Однак у

¹Фасилітація (англ. від *facilitate* «допомагати, полегшувати, сприяти») — стиль управління.

руслі завдань, що стоять перед сучасною освітою та педагогікою вищої школи, дедалі пріоритетнішою стає інтерактивна модель. Саме вона більш адекватна сутності власне взаємодії, яка, з одного боку, забезпечується самоактуалізацією в ньому індивідуально-особистісних особливостей суб'єктів цієї взаємодії, а з іншого – створює необхідні умови для їх самоактуалізації.

В процесі викладання дисципліни “Юридична психологія” доцільніше використовувати синергетичний підхід, який вміщує в собі такі методи викладання: інформаційно-рецептивний метод; репродуктивний метод проблемного викладання; евристичний; дослідницький. Для досягнення мети інклюзивності в оволодінні теоретичними знаннями з юридичної психології найефективнішим показав себе проєктний підхід у навчанні, який передбачає наступне - студенти самостійно формулюють проблему, ставлять мету та визначають шляхи її досягнення, шукають, відбирають, узагальнюють та аналізують необхідну їм інформацію, а викладач виступає в ролі консультанта, який керує процесом взаємодії «викладач-студент», використовуючи словесні, наочні та практичні, індуктивні та дедуктивні, репродуктивні та проблемно-пошукові методи самостійної роботи. Цей підхід дозволяє навчити студентів самостійно досягати запланованої мети, планувати рух до неї; сформувані вміння працювати з інформацією; застосовувати отримані теоретичні знання на практичних завданнях; сформувані навички проведення досліджень, передачі та презентації отриманих знань та досвіду.

Висновки. Багатство суспільства визначається, насамперед, сумою знань, накопичених у ньому, і вмінням не тільки творчо використовувати накопичені знання, а й передавати їх майбутнім поколінням. На початку минулого століття сформувалась специфічна модель навчання, у якій педагог був носієм предметних наукових знань, чия роль полягала в тому, щоб передати готове знання учню, а завдання останнього було його привласнити. Учень являвся як “посудина”, яку заповнюють знанням. Проте такому підходу до навчання заперечував відомий радянський педагог В. А. Сухомлинський, який, цитуючи афоризм Плутарха і порівнюючи вчителя з палаючим смолоскипом, що віддає своє палаюче серце дітям, часто повторював: «Учень – це не посудина, яку треба наповнити, а смолоскип, який треба запалити, а запалити смолоскип може лише той, хто сам горить» [3].

Література

1. Бех, І.Д. Виховання особистості: у 2-х кн. – Книга 2: Особистісно-орієнтований підхід : науково-практичні засади [Текст] / І.Д. Бех. – К.: Либідь, 2018. – 344 с.
2. Овчаренко, Г.Е. Позанавчальна діяльність студентів у вищих навчальних закладах: сутнісні характеристики, структура та особливості [Текст] / Г. Е.Овчаренко // Освіта Донбасу. – 2008. –№ 5-6 (130-131). – С. 35-38.
3. Сухомлинський, В. О. Избранные педагогические сочинения: в 3 т. / В.О. Сухомлинський; сост.: О.С. Богданова, В.З. Смаль. – К.: “Вища школа”, 2009. – Т. 1. – 560 с.
4. Орбан-Лембрик Л. Е. Психологія управління: Посібник.–К.: Академвидав, 2013.–568 с.
5. Юридична психологія: Підручник / За заг. ред. Л. І. Казміренко, Є. М. Моїсєєва. – К.: КНТ, 2012.– 360 с.

УДК 159.922.4

ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ НА ПРОКРАСТИНАЦІЮ СПЕЦІАЛІСТІВ МОРЕГОСПОДАРСЬКОЇ ГАЛУЗІ

Д. О. Мала

студентка 3 курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет

Л. І. Котляр

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. Основним фактором успішної професійної діяльності та ефективного особистісного зростання спеціалістів морегосподарської галузі є здатність здійснювати дії та вчинки без прокрастинації. Актуальність проблеми впливу тривожності на прокрастинацію спеціалістів морегосподарської галузі є дуже важливою, особливо в умовах сучасного суспільства, яке пред'являє серйозні вимоги до самостійності та відповідальності особистості.

Проблема зволікання справ є головним питанням, яке активно досліджується науковцями різних країн світу, у зв'язку зі зростанням кількості осіб, які прокрастинують, і низкою негативних наслідків цього процесу: шкідливим впливом на розвиток особистості, її продуктивність, працездатність, кар'єрне зростання, професійну успішність, задоволеність роботою.

У науковий обіг термін «прокрастинація» запровадив у 1977 році П. Рінгенбах у книзі «Прокрастинація у житті людини». У середині 1980-х років почав здійснюватися науково-академічний аналіз феномену прокрастинації (Соломоном у 1984; Лей у 1986; Ротблумом та Соломоном у 1986). Були розроблені опитувальники вивчення прокрастинації (Лей у 1986; Тукманом у 1991). У кінці ХХ - початку ХХІ століття ця проблема привернула увагу і вітчизняних психологів.

Питанням визначення сутності механізмів прокрастинації їх класифікації приділялося багато уваги у працях Є. Базики, Н. Боровскої, Т. Вайди, Я. Варваричевої, В. Воробьова, М. Дворника, В. Ковиліна, М. Кузнецова, Т. Мотрук, В. Мичко та інших.

Мета дослідження. Розглянути та проаналізувати поняття тривожності та прокрастинації в контексті різних теоретичних досліджень; дослідити особливості впливу тривожності на прояв прокрастинації у студентів ОНМУ.

Викладення основного матеріалу. Прокрастинація (від англ. procrastination - затримка, відкладання; від лат. cras - завтра або crastinus - завтрашній і лат. pro - для, заради) - схильність до постійного відкладання важливих і термінових справ, що призводить до життєвих проблем та негативних психологічних станів. Прокрастинація також ідентифікується як поведінкова модель, яка призводить до неефективного управління часом, зниження рівня продуктивності, затримки поведінки в навчанні, зниження рівня толерантності до фрустрації, уникнення завдань, виснаження его, компромісів швидкість-точність і нездатність регулювати негативні емоції.

Треба відзначити, що в сучасній зарубіжній і вітчизняній психології, на даний момент немає єдиного визначення феномену прокрастинації.

Так, П. Стіл розглядає прокрастинацію як добровільне відкладання суб'єктом запланованих справ, незважаючи на очікувані негативні наслідки, що спричинить така затримка. Цю

затримку можна вважати ірраціональною, оскільки вагомої, “поважної” причини для відкладання не існує. Можливі також варіанти, коли відбувається відкладання початку виконання справи, її завершення при усвідомленні того, що жодної конструктивності це не принесе [5].

Є. Л. Базика розглядає проблему прокрастинації як розлад вольових процесів, самопокладання, цілеспрямованості, самоорганізованості. На її думку, прокрастинатори – це особистості з нерозвиненими, несформованими вольовими процесами, які не вміють чи не здатні подолати самих себе, свої лінощі [1].

Розглянемо питання, щодо визначень понять «тривоги» та «тривожність».

У сучасних дослідженнях феномена тривоги існує низка принципових моментів, що вимагають подальшої інтерпретації та переосмислення. Найбільш істотними з них є проблеми інтерпретації тривоги як психічного стану і тривожності як стійкої властивості особистості. У психологічній літературі співіснують два базових поняття, які у певних випадках використовуються як синоніми, але частіше розглядаються як самостійні терміни, – «тривога» та «тривожність». Розрізняють тривожність як властивість особистості, як відносно постійну та незмінну протягом життя рису (особистісна тривожність) та тривогу як негативний емоційний стан, відносно тривалий, пов’язаний зі зміною нервово-психічної діяльності (ситуативна тривога).

Погляди на роль тривожності у феномені прокрастинації різняться. Частина вчених стверджують, що особистості, які схильні до тривожності найбільш схильні і до прокрастинації. Інші ж навпаки, вважають, що тривожні особистості намагаються якнайшвидше завершити розпочате, щоб не відчувати негативних емоцій при наближенні терміну здачі завдання. Деякі дослідники вважають, що прокрастинація є способом справитися з тривожністю і страхами, тобто копінг-стратегією [1,4].

В нашій дослідно-експериментальній роботі з вивчення впливу тривожності на прокрастинацію прийняли участь 20 студентів I та II курсів факультетів «Будівництва та гідротехнічної інженерії» та «Гідротехнічного будівництва» Одеського національного морського університету. В експериментальному дослідженні ми використовували наступні методи як: спостереження, бесіда, анкетування, тестування. Були використані

наступні психодіагностичні методики: 1) Методика «Опитувальник рівня тривожності» Спілбергера-Ханіна, 2) Методика «Опитувальник ірраціональної прокрастинації» Пірса Стіла.

За підсумками проведеного дослідження ми можемо констатувати, що курсанти ОНМУ, які показали високий рівень тривожності найбільш схильні до прокрастинації.

Висновки: Таким чином, феномен прокрастинації – складне психологічне поняття, яке не слід повністю ототожнювати із захисними механізмами чи порушеннями мотиваційно-вольових процесів. Дана проблематика вимагає подальшого вивчення та більш глибоких досліджень, які дозволять уточнити наявні дані про природу прокрастинації, її компоненти та можливі кореляції з іншими психологічними характеристиками особистості.

Література

1. Базика Є.Л. Феномен психофізіологічного стану прокрастинації. [Електронний ресурс] Междисциплинарные исследования в науке и образовании. 2012. – № 1 К. Режим доступу: www.es.rae.ru/mino/158-1023
2. Шайгородський Ю. Синдром політичної прокрастинації: причини і наслідки Політичний менеджмент: наук. журнал / голов. ред. Ю. Ж. Шайгородський. 2013. № 59. – С. 16-29.
3. Klingsieck K.B. Procrastination in Different Life-Domains. Is Procrastination Domain Specific. *Current Psychology*. 2013;32(2):175–85.
4. Lazarus R., Folkman S. *Stress appraisal and coping*. New York : Springer, 1984. P. 22–46.
5. Steel P. The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure [Electronic Resource] / Piers Steel // *Psychological bulletin*. – 2007. – Vol. 133(1). – P. 65-94. – Mode of Access: <https://ru.scribd.com/doc/63679278/STEEL-P-The-Nature-of-Procrastination-A-Meta-Analytic-andTheoretical-Review-of-Quintessential-Self-Regulatory-Failure>

ПРОБЛЕМА САМОСВІДОМОСТІ ТА НЕГАТИВНОЇ «Я-КОНЦЕПЦІЇ» СПЕЦІАЛІСТІВ МОРЕГОСПОДАРСЬКОЇ ГАЛУЗІ

В. В. Дзюба

студентка 3 курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет

Л. І. Котляр

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. Проблема самосвідомості та негативної «Я-концепції» спеціалістів морегосподарської галузі є важливою, оскільки вона дозволяє зрозуміти не тільки причини відкладення здійснення справ та прийняття рішень, а й усвідомити гальмування розвитку особистості та кар'єрного зростання спеціалістів морегосподарської галузі. В контексті соціальних змін спеціалісти морегосподарської галузі повинні мати здатність виконувати дії та вчинки як акти утвердження власного Я і, водночас, акти його розвитку. Негативна «Я-концепція» та неможливість особистості контролювати поведінку, думки, досвід призводить до неефективної професійної діяльності спеціалістів морегосподарської галузі.

Аналіз літературних джерел показав, що в наукових працях розглядаються різні аспекти проблеми самосвідомості та «Я-концепції», її структурні компоненти та фактори розвитку. Великий внесок у розробку цих питань зробили науковці: Р. Бернс, В. Джеймс, Е. Еріксон, В. Франкл, К. Юнг та ін. В українській психології І. Бех, М. Боришевський, В. Роменець, Т. Титаренко, П. Чамата та ін. На думку багатьох дослідників, «Я-концепція» розглядається як динамічний об'єкт, який здатний змінюватись, ускладнюватись й розвиватися не тільки гармонійно, а й дисгармонійно (негативно).

Мета дослідження. Розглянути та проаналізувати поняття самосвідомості та Я-концепції в контексті різних теоретичних

досліджень; з'ясувати компоненти та показники негативної Я-концепції у спеціалістів морегосподарської галузі.

Викладення основного матеріалу. Демократизація та гуманізація суспільства підвищують вимоги до самосвідомості спеціалістів морегосподарської галузі. Самосвідомість особистості розуміється як усвідомлене ставлення людини до своїх потреб і здібностей, потягів і мотивів поведінки, переживань і думок. Результатом процесів самосвідомості є Я-концепція особистості. За сутнісними властивостями вона поділяється на позитивну та негативну.

Розглянемо поняття самосвідомості та Я-концепції в контексті різних теоретичних досліджень.

Заслуговують на увагу думки німецького філософа І. Канта, який започаткував ідею про структуру самосвідомості та вважав, що людина реалізує, актуалізує себе як особистість через самосвідомість, а також здатність вільно підпорядковувати своє «Я» моральному закону. Автор зазначає, що людина завжди усвідомлює свої дії та вчинки: «У цьому плані розумна істота може слушно сказати про кожний здійснюваний нею протизаконний вчинок, попри те, він як явище в минулому є достатньо визначений і остільки неминуче необхідний, що вона могла б і утриматись від нього; адже цей вчинок з усім тим минулим, що його визначає, належить до єдиного феномена її характеру (Charakters), який вона сама собі створює й відповідно до якого сама приписує собі як причини, незалежні від усякої чуттєвості, каузальність (причинність) тих явищ» [2, с. 109].

Дослідники Я-концепції вважають, що «Я-концепція – це важлива психологічна категорія, яка тісно пов'язана із самосвідомістю особистості та посідає центральне місце у психологічній регуляції діяльності та поведінки. Я-концепція є інтегративною сукупністю всіх уявлень людини про себе, що функціонує у нерозривній єдності когнітивної, емоційної та поведінкової складових частин» [3, с. 6–9].

Велика кількість вчених розглядає «Я-концепцію – як систему уявлень особистості про себе, самооцінок і самоставлень, що регулює її вчинки і поведінку. В її структурі виокремлено три компоненти: 1) когнітивний – уявлення особистості про себе; 2) емоційно-оцінний – її самооцінки і самоставлення; 3) поведінковий – саморегуляція і самоконтроль. Провідним чинником розвитку «Я-концепції» особистості є її взаємодії зі

значущими іншими, психологічними механізмами – рефлексією, ідентифікацією та самоконтролем» [6, с. 184].

Ефективна діяльність спеціалістів морегосподарської галузі передбачає якісні зміни професійних характеристик, що включають досвід, професійні знання, вміння, навички, особисті якості та здібності. Особливе місце у підвищенні ефективності діяльності спеціалістів морегосподарської галузі займають питання самосвідомості та професійної самосвідомості, в яких проводиться оцінка наявних досягнень, планування напряму саморозвитку, обізнаності себе як суб'єкта професійної діяльності. Однак, у випадку переважаючої негативної форми "Я-концепції", при якій спеціаліст морегосподарської галузі не приймає себе, відчуває особисту дезадаптацію, інтенсивно відкладаються не тільки прийняття рішень, реалізація цих рішень і завдань, а також й процес особистого саморозвитку та професійного зростання.

Психологічний аналіз проблеми «Я-концепції», дозволив виділити компоненти негативної «Я-концепції» спеціалістів морегосподарської галузі. Когнітивний компонент характеризується: неусвідомленим станом, несприйняттям себе, нездатністю до самопізнання, нездатністю до самоспостереження. Емоційний компонент характеризується: негативною самооцінкою, нездатністю до самоконтролю, нездатністю до самовладання, нездатністю до саморегуляції. Ціннісний компонент вказує на такі характеристики: неповага до себе, нездатність до самовизначення, неможливість саморозвитку, нездатність до самоактуалізації. Поведінковий компонент визначає такі характеристики, як: нездатність до самоефективності, нездатність до самоорганізації, нездатність до самопрезентації, залежність від інших.

Висновки. Отже, для спеціалістів морегосподарської галузі з негативною «Я-концепцією», яка визначає процес відкладення прийняття рішень і реалізації завдань в професійній діяльності, характерні такі показники: відсутність професійних рольових установок, що заперечує пошук їх професійної орієнтації; високий рівень особистісної та реактивної тривожності як прояв можливих протилежностей між модальними можливостями «Образу-Я»; зовнішні тенденції локусу контролю як одного з механізмів психологічного захисту у разі «досягнення» цінності та цілісності сформованого «Образу-Я» шляхом пошуку та локалізації причин небажаних дій; неможливість самопрезентації як акт відмови від самоствердження і водночас акт гальмування його розвитку;

нездатність контролювати поведінку, думки, переживання; почуття неповноцінності; особиста дезадаптація.

Література

1. Бех, І. Д. Рефлексія у духовному «Я» особистості. Рідна школа. 2011. № 8. С.9 – 14.

2. Кант, І. Аналітика чистого практичного розуму / І. Кант Критика практичного розуму; пер. з нім., прим. та післямова І. Бурковського; наук. ред. А. Єрмоленко. Юніверс. Київ, 2004. С.109.

3. Калюжна, Є.М., Дудко, А.О. Психологічні особливості формування Я-концепції у старшому шкільному віці. Актуальні проблеми педагогіки, психології та професійної освіти. Харків : ХНПУ, 2016. С. 3–9.

4. Кисляк, О. П. Діагностика Я-концепції: адаптація тесту «Тенесійська шкала Я-концепції" / О. П. Кисляк, І. І. Нагорна // Практична психологія та соціальна робота. 2006. № 1. С. 11–14.

5. Мухамедьяров, Н. Н. Образ фізичного Я-особистості як складова її Я-концепції. Педагогіка і психологія. 2006. № 1. С. 84 – 90.

6. Ушакова, К.Ю. Психологічні чинники становлення професійної «Я-концепції» у студентів медичних коледжів : дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук (доктора філософії) за спеціальністю : 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» (053 – Психологія). Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, Київ, 2017.

ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ МАЙБУТНІХ СПЕЦІАЛІСТІВ МОРЕГОСПОДАРСЬКОЇ ГАЛУЗІ

К. С. Бельченко

студентка 3 курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет

Л. І. Котляр

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. На теперішній час проблема дослідження волі продовжує залишатись однією з найбільш актуальних у сучасних напрямках різних наук, таких як психологія, педагогіка, філософія.

Аналіз наукової літератури показав, що проблемі визначення сутності психології волі, вольових якостей та вольової регуляції особистості багато уваги приділяли такі дослідники як: К. Абульханова–Славська, А. Бандура, Л. Божович, В. Іванніков, Б. Зіммерман, В. Калін, В. Котирло, А. Пуні, В. Селіванов, Т. Шульга та ін. показує, що вивчаються окремі характеристики проявів волі, вольової регуляції, вольових якостей або вольових стратегій особистості в окремі вікові періоди розвитку.

Необхідно відзначити, що вольові якості формуються поступово у процесі виховання, стають рисами характеру і є невід'ємною ознакою особистості, виявом її індивідуальності і, таким чином, можуть визначати її життєдіяльність. Отже, недостатній рівень сформованості вольових якостей майбутніх спеціалістів морегосподарської галузі у процесі навчання, може призводити до недостатньо високого рівня відповідальності та ефективності у процесі майбутньої професійної діяльності.

Мета дослідження. Розглянути та проаналізувати поняття волі та вольових якостей в контексті різних теоретичних досліджень; визначити рівні сформованості вольових якостей у майбутніх спеціалістів морегосподарської галузі.

Викладення основного матеріалу. Вольова поведінка та сформовані вольові якості особистості мають велике значення в професійній діяльності майбутніх спеціалістів морегосподарської галузі., оскільки воля це свідома активність особистості, що дозволяє їй управляти своєю поведінкою за допомогою системи певних дій і вчинків.

Розглянемо поняття волі та вольових якостей в контексті різних теоретичних досліджень.

Психологічний аналіз з проблеми волі показує, що це питання досліджується у руслі свідомої та цілеспрямованої психічної саморегуляції поведінки та діяльності. Вольова регуляція визначається як «свідоме, опосередковане цілями і мотивами предметної діяльності створення стану оптимальної мобілізованості, оптимального режиму активності та концентрування цієї активності у потрібному напрямку» [4, с. 52], а також «як окремий вид довільного управління, який характеризується застосуванням значних вольових зусиль, скерованих на подолання труднощів та перешкод, тобто служить механізмом самообілізації» [3, с. 118].

Актуальним у контексті аналізу літератури є дослідження В. Селіванова, який вважає, що вольова регуляція здійснюється за умови коли «особистість виконує дії: нові для неї; відомі, але у незвичній обстановці або у незвичний час; відомі, але які потребують у порівнянні із звичайним темпом роботи прискорення або, навпаки, уповільнення; відомі, але у незвичному стані (хвороба, емоційний підйом або занепад); відомі, але не схвалені особистістю (наприклад, робота на вимогу інших осіб, доцільність якої людина відкидає або піддає сумніву); монотонні дії» [5, с. 103]. При цьому, погоджуємось з думками авторів Є. Ільїна і В. Каліна, які вважають, що головний механізм вольової регуляції є вольове зусилля, яке поділяється на: фізичні та інтелектуальні; вольові зусилля, що стимулюють активність для досягнення мети; вольові зусилля, які пригнічують спонукання припинити діяльність через виниклі в її процесі несприятливі фактори – страх, втому, фрустрацію [3; 4].

Вольові якості – це відносно стійкі, незалежні від конкретної ситуації психічні утворення, що засвідчують досягнутий особистістю рівень свідомої саморегуляції поведінки, її влади над собою.

У нашій дослідно-експериментальній роботі з визначення рівнів сформованості вольових якостей у майбутніх спеціалістів морегосподарської галузі прийняли участь 20 студентів I та II курсів факультетів «Будівництва та гідротехнічної інженерії» та «Гідротехнічного будівництва» Одеського національного морського університету. В експериментальному дослідженні ми використовували наступні методи такі як: спостереження, бесіда, анкетування, тестування. Була застосована психодіагностична методика: тест-опитувальник А. В. Зверькова і Е. В. Ейдмана.

За підсумками проведеного дослідження ми визначили рівні сформованості вольових якостей у курсантів ОНМУ: високий рівень - (20%); середній рівень - (50%); низький рівень - (30%).

Висновки: Таким чином, вольова поведінка та сформовані вольові якості особистості мають велике значення в професійній діяльності майбутніх спеціалістів морегосподарської галузі., оскільки воля це свідомо активність особистості, що дозволяє їй управляти своєю поведінкою за допомогою системи певних дій та вчинків і потребує наявності таких вольових якостей як: мужність, цілеспрямованість, рішучість, самостійність, наполегливість, ініціативність, витримку.

Література

1. Березовська І. Типи особистостей за проявом вольових якостей. Соціальна психологія. 2006. №6 (20). С. 115– 123.
2. Бех І. Д. Особистість у просторі духовного розвитку. Навчальний посібник. Академвидав, Київ, 2012. 250 с.
3. Ильин Е. П. Психология воли. 2-е изд.СПб. Питер. 2011. 368 с.
4. Калинин В. К. На путях построения теории воли. Психологический журнал. Т 10. № 2. 1989. С. 46 – 55.
5. Селиванов В. И. Избранные психологические произведения: воля, её развитие и воспитание. Изд. Рязанского гос. пед. института. Рязань. 1992. 572 с.
6. Смірнова В. О. Політична воля як чинник державотворчої діяльності: об'єктивні та суб'єктивні детермінанти. Логос. Київ. 2019. 384 с.
7. Чернобровкіна В. А. Психологія особистісної свободи. Монографія. Вид-во ДЗ "ЛНУ імені Тараса Шевченка", Луганськ, 2012. 458 с.

ВПЛИВ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ НА РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ З РОЗЛАДОМ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРА

М. С. Самчевський

студент 4 курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет

Л. І. Котляр

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. Проблема впливу сімейного виховання на розвиток особистості з розладом аутистичного спектра є дуже важливою. Сім'я активно бере участь у збереженні, накопиченні і передачі новим поколінням необхідних навичок та має пізнавальне й величезне морально-виховне значення, є одним із засобів формування всебічно розвиненої особистості та суспільних відносин. Сім'я – своєрідний колектив, члени якого різні за віком, за професією, пов'язані сімейними узами, ведуть спільне господарство, в якому беруть участь і діти. Взаємини членів сім'ї будуються на взаємній любові та повазі, розумінні та прийнятті, підтримці та взаємодопомозі [1].

Зазначимо, що у зв'язку зі зростанням в останнє десятиліття числа дітей з РАС, особливу значущість набуває проблема соціальної адаптації не тільки дитини, а й сім'ї, в якій вона виховується.

Аналіз літературних джерел показав, що в наукових працях розглядаються різні аспекти проблеми впливу сімейного виховання на формування особистості. Дослідження проводили такі закордонні соціологи та соціальні психологи, як Р. Мертон, Н. Смелзер, Г. Зіммель. У роботах вітчизняних дослідників початку ХХ ст. С. Бахрушіна, Б. Бентовіна, Д. Бородіна, В. Гальперіна, Д. Дріля увага акцентується на проблемах неблагополуччя сім'ї, осмисленні феномену дезадаптації. Різні типи сімей, особливості їх функціонування, тактика сімейного виховання, робота із сім'ями були предметом дослідження

Є. Артамонової, Є. Єкжанової, Л. Зіборової, О. Кононко, Т. Лодкіної. Технологічний аспект соціально-психологічної роботи із сім'ями обґрунтований Н. Заверико, А. Капською, С. Харченком. Із перших днів появи дитини на світ сім'я покликана готувати її до життя та практичної діяльності, у домашніх умовах забезпечити розумну організацію її життя, допомогти засвоїти позитивний досвід старших поколінь, набути власного досвіду поведінки й діяльності [1; 3].

Мета дослідження. Розглянути та проаналізувати поняття сімейне виховання в контексті різних теоретичних досліджень; визначити основні типи неправильного виховання в сім'ї, в якій розвивається дитина з РАС.

Викладення основного матеріалу. Сім'я, яка нездатна ефективно виховувати, призводить до серйозних порушень у процесі соціалізації дитини. У процесі близьких взаємин із матір'ю, батьком, братами, сестрами, дідусями, бабусями та іншими родичами у дитини з перших днів життя формується структура її особистості. Вона входить у світ своїх рідних, переймає норми їхньої поведінки, тому батьки в житті дитини відіграють важливу роль. Вони дають перші зразки поведінки. Дитина наслідує і прагне бути схожою на матір і батька. Коли батьки розуміють, що багато в чому від них самих залежить формування особистості дитини, то вони ведуть себе так, що всі їхні вчинки та поведінка у цілому сприяють формуванню у дитини тих якостей і такого розуміння людських цінностей, які вони хочуть їй передати. Такий процес виховання можна вважати цілком свідомим, оскільки постійний контроль за своєю поведінкою, за ставленням до інших людей та увага до організації сімейного життя дають змогу виховувати дітей у найбільш сприятливих умовах, що впливає на їх соціалізацію.

Розглянемо поняття сімейного виховання в контексті різних теоретичних досліджень.

Найважливішими соціальними функціями сім'ї є виховання й розвиток дітей, соціалізація підростаючого покоління. Виховний потенціал сім'ї містить у собі не тільки її можливості у сфері духовно-практичної діяльності батьків, спрямованої на формування у дітей певних якостей, а й ті, які закладають сімейне мікросередовище, спосіб життя сім'ї, її традиції й стиль взаємин між усіма членами [1; 3; 4; 5].

Зазначимо, що дитина, яка виховується в атмосфері любові й розуміння, має менше проблем зі здоров'ям, труднощів із навчанням у школі, складнощів у спілкуванні з однолітками, і, навпаки, як правило, порушення дитячо-батьківських відносин веде до формування різних психологічних проблем і комплексів [2; 5].

Без сумніву успіх сімейного виховання значною мірою залежить від організації домашнього побуту, традицій сімейного життя: порядку в сімейному господарстві, залучення дітей до розподілу бюджету сім'ї, загального режиму дня та ін. [3].

Особливо хотілося б відмітити такий факт, що спеціалісти, які працюють з дітьми з РАС, не обмежуються взаємодією з дитиною, вони так само допомагають і батькам та стабілізують атмосферу сім'ї в цілому. Тому знання особливостей такої сім'ї, розуміння того, що відчувають батьки в процесі виховання дитини, допомагає спеціалістам більш ефективно організовувати співпрацю з сім'єю, яка виховує дитину з РАС.

Дослідження та практика показують, що труднощі, які відчувають батьки, значно відрізняються від повсякденних турбот, що хвилюють звичайну сім'ю. Народження «особливої» дитини функціонально деформує сім'ю. Це відбувається внаслідок колосального психологічного навантаження, яке несуть усі члени сім'ї. Треба зазначити, що більшість батьків у стресовій ситуації, що склалася, стають розгубленими та безпорадними. Їх становище можна охарактеризувати, як психологічний та соціальний безвихідь

Психологічний аналіз проблеми впливу сімейного виховання на розвиток особистості з розладом аутистичного спектра, дозволив виділити основні типи неправильного виховання в сім'ї: 1) Неприйняття, емоційне відкидання дитини (усвідомлюване чи неусвідомлюване), присутність жорстких регламентуючих та контролюючих заходів, нав'язування дитині певного типу поведінки відповідно до батьківських понять про «хороших дітей». Інший полюс заперечення характеризується повною байдужістю, потуранням та відсутністю контролю з боку батьків; 2) Гіперсоціалізуюче виховання - тривожно-недовірливе ставлення батьків до здоров'я, успіхів у навчанні своєї дитини, її статусу серед однолітків, а також надмірна заклопотаність її майбутнім; 3). Егоцентричне - надмірна увага до дитини всіх членів сім'ї, присвоєння їй ролі «кумира сім'ї», «сенсу життя».

Висновки. Таким чином, особливості особистісних проблем батьків можуть впливати на виникнення порушень міжособистісних контактів, що призводить до нервових розладів як батьків, так і дитини.

Література

1. Бойчук П. Педагогічний аналіз концепцій сімейного виховання А. С. Макаренка та В. О. Сухомлинського [Електронний ресурс] / П. Бойчук // Вісник Запорізького національного університету. № 1. 2008. С. 16.

2. Кононко О.Л. Особистісна орієнтація – пріоритет сьогодення. Дошкільне виховання. 2007. № 5. С. 3–6.

3. Левківський М. В. Історія педагогіки: навч.-метод. посіб. [для студ. вищ. пед. навч. закл.] / Михайло Васильович Левківський. – К. : Центр учбової літератури, 2011. 190 с.

4. Павленко Л. Сучасні цінності сімейного виховання [Електронний ресурс] / Л. Павленко // Сімейні цінності в контексті формування гармонійної особистості. Режим доступу: http://virtkafedra.ucoz.ua/el_gurnal/pages/vyp181/25Pavlenko_L.pdf

5. Хомишак О. Образ батька крізь призму «Батьківської педагогіки» В. О. Сухомлинського / О. Хомишак // Психолого-педагогічні проблеми сільської школи. № 30. 2009. С. 258.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ТРИВОЖНОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

А. І. Покровецька

студентка 4 курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет

Л. І. Котляр

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. Підлітковий вік є унікальним етапом у розвитку людини. Це період психологічної та соціальної примірки різних моделей взаємин з самим собою, іншими та світом, осмислення різноманіття можливостей побудови життєвого шляху, апробації власних ресурсів і визначення меж особистих і соціальних обмежень. Підлітковий вік за своєю психологічної сутності – період пошуків, інновацій та експериментів, розширення активності і яскраво вираженою мотивації самопрезентації. Разом з тим це суперечливий і внутрішньо конфліктний період у розвитку суб'єкта [5].

Підлітковий вік – етап особистості від дитинства до юності, що протікає у віці від 11-12 до 14-15 років. У цей час в особистості дитини мають місце важкі і суперечні переми, завдяки чому цей час є напруженим та перехідним. Підлітковий вік – це час швидких фізіологічних, психологічних, соціальних перемін. Психологічні особливості підліткового віку є кризовими та пов'язані зі зміною в трьох головних сферах особистості: фізіологічна сфера, психологічна сфера та соціальна сфера [2].

Аналіз літературних джерел показав, що сучасні емпіричні дослідження проявів тривоги, тривожності та страхів стосуються переважно дошкільного, молодшого шкільного, підліткового віку (Є. Калюжна, Н. Карпенко, Т. Ольховецька, Я. Омельченко, О. Скляренко, С. Ставицька). Деякі дослідники (І. Кон, Л. Костіна, Г. Прихожан) дотримуються думки про те, що тривожність як стійка особистісна риса формується тільки в підлітковому віці.

Підлітковий вік характеризується нерівномірністю та суперечливістю розвитку як на міжіндивідуальному, так і на внутрішньоіндивідуальному рівні особистості (Д. Бокум, Г. Крайг, Л. Мудрик, Х. Ремшмідт).

Треба відзначити, що існують різні підходи у визначенні видів тривожності (адекватна і неадекватна тривожність (Л. Божович); відкрита і прихована, стійка, генералізована (Г. Прихожан); шкільна, міжособистісна, самооцінна (А. Мікляєва, А. Парафіян, Г. Прихожан, С. Ставицька); зовнішня та внутрішня (І. Мусіна); загальна та специфічна особистісна тривожність (Ю. Ханін); немотивована тривожність (Г. Генінг)).

Мета дослідження. Розглянути та проаналізувати поняття тривожності в контексті різних теоретичних досліджень; з'ясувати психологічні прояви тривожності в підлітковому віці.

Викладення основного матеріалу. Підлітковий вік обумовлений перебудовою цілого організму дитини, що пов'язане передусім з статевим дозріванням. Активація функціонування певних залоз внутрішньої секреції (статеві) зумовлює посилені фізіологічний і тілесний розвиток: скріплюється м'язово-скелетна основа та росте фізична міць; інтенсивно удосконалюються певні сфери мозку (лобна, частково скронева і тім'яна), проходить внутрішньоклітинне формування кори головного мозку, також збільшуються асоціативні взаємозв'язки різних ділянок мозку, що в свою чергу гальмові процеси стають більш розвинутими та сформованими, а друга сигнальна система удосконалюється. Всі ці зміни виражаються в інтелектуальній активності дитини [3].

Л.С. Виготський вважав, що основною особливістю підліткового віку є неузгодженість певних процесів, а саме фізіологічного дозрівання, загального та соціального розвитку. Дослідник стверджував, що всі психічні функції особистості на кожному етапі розвитку, діють системно, автоматично, не випадково, вони направлені певними стремліннями, призначеннями і пристрастями, що накопичилися в людині [1].

Зазначимо, що особистість у підлітковому віці помічає серйозні і важливі зміни у своєму фізичному та статевому розвитку, відчуває власні перспективи до виконання суспільно важливих справ та починає усвідомлювати себе дорослою. Це новоутворення проявляє нову життєву роль підлітка щодо соціуму, яке його оточує та до світу в цілому, а також характеризує зміст і

своєрідний напрямок його соціальної активності, систему нових стремлінь, почуттів та емоційних реакцій [6].

Для особистості в підлітковому віці властива полярність психіки, а саме:

- 1) підліток може бути цілеспрямованим та наполегливим, але в той же час імпульсивним;
- 2) нестійкість підлітка може перетворитися в апатію, в відсутність стремлінь та бажань до діяльності;
- 3) підвищена самовпевненість підлітка може швидко змінитися на невпевнену поведінку;
- 4) бажання та необхідність комунікативної діяльності (спілкування) може різко змінитися на потребу у ізолюваності;
- 5) безпосередність та простота у діяльності підлітка може поєднуватися із соромливістю;
- 6) романтична поведінка може межувати із цинізмом та розважливістю;
- 7) чемність та ввічливість підлітка може змінюватися дитячою жорстокістю [4, с. 93].

Висновки. Таким чином, теоретичний аналіз та експериментальне дослідження дозволило зробити висновок про домінування високого та підвищеного рівня тривожності підлітків. Встановлено, що підліткова тривожність часто маскується під поведінкові прояви інших проблем, таких як агресивність, залежність і схильність до підпорядкування, лінощі як результат «вивченої безпорадності», помилкова гіперактивність.

Література

1. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. М., 1997. С.27-39.
2. Кутішенко В.П. Вікова та педагогічна психологія. К.: Центр учбової літератури, 2016. 124 с.
3. Левченко А. Психологічні особливості підліткового віку. Психолог. 2013. С.9-16.
4. Осінова М.П. Педагогіка и психология семейного воспитания. Минск: ИВЦ Минфина, 2018. 360 с.
5. Остапенко А. А. Взросление подростков: нарушения и их преодоление. Народное образование. 2012. № 5. С. 225–232.
6. Світлична С. П. Особливості розвитку особистості та образу "Я" у дітей. Педагогіка та психологія. Вип. 20. 2012. С. 127-134.

ПРОБЛЕМА РОЗЛАДІВ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ У СПЕЦІАЛІСТІВ МОРЕГОСПОДАРСЬКОЇ ГАЛУЗІ

Ж. Л. Волонтир

студентка 4 курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет

Л. І. Котляр

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. Суспільна значущість проблеми розладів харчової поведінки обумовлена низкою факторів. За даними ВООЗ, у світі підвищується кількість осіб з ожирінням, а розлади харчової поведінки спричиняють найвищий рівень смертності серед людей з психічними захворюваннями. Крім того, харчова поведінка значною мірою впливає на якість життя. Проблема розробки науково обґрунтованих технологій збереження здоров'я – це важлива задача сучасної науки. При цьому аналіз питань психології харчової поведінки в контексті сукупності «норма – патологія» може виступити одним із способів реалізації цієї задачі.

Увага багатьох науковців зосереджувалася на різних аспектах харчової поведінки (Т. І. Алексєєва, Л. Ф. Артюх, О. Ю. Барташук, Л. Ф. Бурлачук, М. О. Бутінов, Ж. П. Вірна, С. О. Кириленко, В. А. Косяк, Н. І. Кошель та ін.), зокрема психологічних особливостях розладів даної сфери (О. І. Богучарова, Л. А. Найдьонова, В. І. Шебанова та ін.).

Необхідно відзначити, що розлади харчової поведінки – це не ізольована група розладів окремих психологічних характеристик, вони можуть впливати на соматичні особливості функціонування серцево-судинної, травної, нервової та інших систем організму (ці аспекти досліджували такі вчені як: В. М. Бехтерев, Л. А. Левченко, І. П. Павлов, І. М. Сеченов, О. О. Ухтомський та ін.). Вивчення взаємозв'язків особливостей харчової поведінки у спеціалістів морегосподарської галузі з

іншими їх психологічними характеристиками дозволить виявити істотні механізми цього аспекту життя людини. У свою чергу, це дасть змогу розкрити науково обґрунтований шлях психологічної допомоги особам з розладами харчової поведінки, що буде сприяти оздоровленню спеціалістів морегосподарської галузі як у соматичному, так і в психологічному плані.

Мета дослідження: Розглянути та проаналізувати різновиди розладів харчової поведінки у спеціалістів морегосподарської галузі; визначити механізми розладів харчової поведінки у спеціалістів.

Викладення основного матеріалу. Проблема психічного здоров'я виходить на перший план серед проблем, що хвилюють спеціалістів морегосподарської галузі. Зазначимо, що більша кількість судновласників не приділяють належної уваги підтримці психічного здоров'я спеціалістів. Такі фактори як: втома моряків, збільшення обсягу обов'язків, недосипання, стреси, розлука з рідними, хвилювання під час інспекційних перевірок, обмежене коло спілкування на борту судна провокують психічні розлади моряків, зокрема розлади харчової поведінки.

Під харчовою поведінкою розуміється ціннісне ставлення до їжі та її прийому, стереотип харчування в повсякденних умовах і в ситуації стресу, поведінка, орієнтована на образ власного тіла, і діяльність з формування цього образу (Менделевич, 2005). Іншими словами, харчова поведінка включає в себе установки, форми поведінки, звички і емоції, що стосуються їжі, які індивідуальні для кожної людини.

Біологічні потреби з урахуванням індивідуального досвіду і конкретних умов відносяться до фізіологічних потреб. З ними тісно пов'язані звички - сформовані в процесі розвитку стереотипних дій високого ступеня міцності і автоматизації (Шостак, Литаєв, 1999). Харчові звички визначаються традиціями сім'ї та суспільства, релігійними уявленнями, життєвим досвідом, порадами лікарів, модою (Конишев, 1985), економічними та особистісними причинами.

Аналіз літератури дозволив визначити різновиди розладів харчової поведінки такі як: нервова анорексія, нервова булімія, компульсивне переїдання, патологічне зривування.

Зазначимо, що нервова анорексія має такі показники як: зниження ваги принаймні на 15% нижче норми; намагаючись знизити вагу, хворі посилено займаються фізичними вправами та

прагнуть до постійного збільшення витрати енергії. Одночасно вони починають завзято обмежувати себе в їді, всупереч першому почуттю - почуттю голоду. Щоб уникнути конфліктів з оточуючими з-за недостатнього прийому їжі, пацієнти створюють видимість нормального харчування, наприклад, непомітно ховають, а потім викидають "з'їдає" їжу. Деякі використовують для схуднення проносні і сечогінні засоби, викликають блювоту, застосовують різні харчові добавки для зниження ваги. Стійке і активну обмеження в їжі призводить до істотного падіння ваги тіла, дистрофічних змін найбільш важливих життєвих органів. Найбільш важкі випадки нервової анорексії можуть призвести до летального результату.

Сучасна клінічна практика визначає наступний різновид розладів харчової поведінки - нервова булімія, яка може супроводжувати нервову анорексію, але і може виникати і самостійно. Пацієнти з нервовою булімією стежать за своєю вагою, багато займаються фізкультурою, регулярно дотримуються дієти, але принаймні два рази на тиждень у них виникають приступи обжерливості. За короткий час вони можуть з'їсти величезну кількість висококалорійної їжі, а далі намагаються викликати блювоту. Такий цикл може повторюватися кілька разів на тиждень, а у важких випадках кілька разів на день. На відміну від пацієнтів, які страждають на нервову анорексію, вони втрачають вагу нешвидко, але погіршується їх соматичний стан.

Розглянемо наступний різновид розладів харчової поведінки такий як компульсивне переїдання. Воно характеризується такими показниками як: нападами обжерливості, але без розвантаження; приступами обжерливості, які чергуються з періодами самообмеження в їжі.

Варто відмітити, що патологічне зригування як різновид розладів харчової поведінки це досить рідкісне, але небезпечне для життя захворювання, яким страждають в основному немовлята. Характерна рання затримка розвитку в поєднанні з відрижкою. Складається враження, що дитина "навчилася" відригувати, щоб двічі отримати задоволення від смаку молока. Проте молоко при цьому випливає з рота, і в результаті дитина залишається недогодованою. Етіологія патологічного зригування невідома. Помічено, проте, що у матерів таких дітей батьківські почуття часто бувають слабко розвинутими.

Теоретичний аналіз сучасних підходів до вивчення проблеми розладів харчової поведінки та експериментальне дослідження дозволили виокремити чотири основні механізми, через які розлади харчової поведінки самих батьків впливають на розвиток і виховання підростаючої особистості.

По-перше, екстремальні установки щодо харчування, форми та маси тіла можуть мати прямий вплив на підростаючу особистість. Наприклад, батьківський страх повноти може спричиняти недогодовування дитини та хворобливе занепокоєння щодо ваги та форми тіла. Обсяг спожитої їжі може призводити до конфліктів з дітьми та формування у батьків упереджено-критичного ставлення до зовнішності та харчової поведінки власних дітей.

По-друге, розлади харчової поведінки можуть перешкоджати батьківству назагалі. Наприклад, надмірне батьківське занепокоєння їжею, харчуванням, формою, розмірами та вагою тіла може вплинути на концентрацію дитячої уваги та зусиль у такий спосіб, що це перешкоджатиме необхідній чутливості до актуальних особистісних потреб, зацікавлень та запитів.

По-третє, батьківські розлади харчової поведінки, зокрема прояви надмірної занепокоєності, можуть працювати як дієва рольова модель для підростаючої особистості.

По-четверте, розлади харчової поведінки батьків можуть бути пов'язані із неузгодженими шлюбними та родинними стосунками, які теж можуть впливати на розвиток та виховання підростаючої особистості.

Висновки. Отже, батьківські розлади харчової поведінки та прояви надмірної занепокоєності негативно впливають на психологію харчової поведінки підростаючої особистості, а у майбутньому значною мірою знижує якість життя дорослої людини.

Література

1. Абсаямова Л. М. Психологічні проблеми порушення харчової поведінки. Матеріали I міжнародної науково-практичної конференції «Когнітивні та емоційно-поведінкові фактори повноцінного функціонування людини: культурно-історичний підхід». Харків: ХНПУ, 2013. С. 353–355.

2. Абсаямова Л. М. Психологічні основи готовності до змін в харчовій поведінці. Психологічний часопис : збірник наукових

праць / за ред. С.Д. Максименка. № 7 (17). Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2018. С. 108–121.

3. Гриньова М. В. Організація збалансованого харчування для активізації розумової діяльності студентської молоді / М. В. Гриньова, Н.О. Коновал / Матеріали Всеукраїнського науково-практичного семінару. Педагогічна майстерність: «Навчально-методичне забезпечення теорії і технології професійного розвитку вчителя» Полтава, 2013. 24 с.

4. Олексієнко Я. І. Харчування та його вплив на здоров'я людини : навчально-методичний посібник / Я. І. Олексієнко, В. А. Шахматова, О. П. Верещагіна. – К. : ПП Чабаненко Ю. А., 2014. С. 87.

5. Омельченко С. О. Взаємодія соціальних інститутів суспільства у формуванні здорового способу життя дітей та підлітків : монографія / С. О. Омельченко. Луганськ : Альма-матер, 2016. 353с.

УДК 159.922.4

ПРОБЛЕМА СЕКСУАЛЬНОЇ ОСВІТИ ПІДЛІТКІВ У ФОРМУВАННІ ГАРМОНІЙНОЇ ОСОБИСТОСТІ

Я. І. Циганкова

студентка 4 курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет

Л. І. Котляр

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. Вивчення гармонійної особистості є важливішою проблемою у сучасній психології. Гармонійна особа – це урівноважена особистість, що виявляє життєву стійкість, істинну повноту та досконалість. Така особистість добре адаптована до конкретних життєвих умов, у тому числі до соціуму, а також не має сильно виражених хронічних внутрішніх конфліктів. Іншими словами, гармонійно розвинена особистість –

це особистість з мінімумом протиріч. Ми вважаємо, що важливе значення має проблема формування гармонійної особистості у підлітків, оскільки підлітковий вік – це важливий етап в житті кожної людини. Саме підлітковий вік знаменує собою перехід від дитинства до дорослості. У цьому віці формується світогляд, відбувається переосмислення цінностей, ідеалів, життєвих перспектив.

Як відомо в основі пубертатного періоду особистості лежать гормональні процеси, які викликають відповідні зміни у соціальній поведінці, інтересах та самосвідомості. Надзвичайно важлива і суб'єктивна психологічна сторона: сприймання, переживання та оцінювання підлітком пубертатні події – менархе, нічні полюції, зміна свого тілесного вигляду. Це залежить як від соціальних умов розвитку, включаючи сексуальну освіту, так і від індивідуальних особливостей особистості.

Проблеми формування гармонійної особистості знайшли відображення у роботах відомих психологів (Л. Божович, Л. Виготський, О. Леонтьєв, Н. Менчинська, В. Мухіна, С. Рубінштейн та ін.) та педагогів (М. Данілов, М. Скаткін, В. Сухомлинський, В. Паламарчук, Л. Занков, Г. Щукіна та ін.). Серед українських дослідників що вивчають різнобічні аспекти гармонійної особистості можна відзначити дослідження А. Коробченко, А. Кропивної, Т. Гурлева, Н. Михайлюка, В. Мірляєвої та ін.

Мета дослідження: Розглянути та проаналізувати поняття сексуальності в контексті різних теоретичних досліджень; з'ясувати функції сексуальної освіти, які впливають на формування гармонійно розвиненої особистості підлітків.

Викладення основного матеріалу: Формування гармонійно розвиненої, самостійно мислячої, вільної особистості – це основна мета виховання у сучасному демократичному суспільстві. Якими б моральними нормами, правилами і установками держава й суспільство не впливало на індивідуум, тобто на соціальну одиницю – особистість, істина закладена лише у неї самої. Тільки від вибору самої особистості залежить вибір її шляху, її гармонія з навколишнім світом, її творча роль та користь суспільству.

Зазначимо, що довгий час проблема сексуального виховання була «закритою». Вважалося, що сексуальна освіта розвиває надмірну зацікавленість та призводить до передчасного статевого досвіду. Дослідження, проведені Всесвітньою організацією

охорони здоров'я, довели безпідставність такої думки. Навпаки, було виявлено, що молодь, яка отримала інформацію в цій галузі, зазвичай усвідомлено починає статеве життя в пізніші терміни, вона краще підготовлена до ситуацій ризику. Сексуальність – це жива сила особистості, засіб вираження уподобань, здатність кожної людини відкривати себе і впізнавати інших, що впливає з її приналежності до певної статі. На початку статевого дозрівання у підлітків формуються своєрідні відносини, які можна визначити як платонічну закоханість, забарвлену романтичним піднесеним почуттям. Лише згодом, із завершенням процесу статевого дозрівання, прокидаються специфічні сексуальні емоції, проявляється статева активність і формується зріла статева свідомість. Статева самосвідомість – це уявлення про себе як про людину певної статі.

Треба відзначити, що у підлітковому віці виявляється вже справжня статева цікавість у зв'язку з розумінням дітородної функції чоловіка та жінки, що має на увазі особливі, специфічні взаємини між статями. Здатність усвідомлювати себе носієм певної статі є основою формування статевої поведінки особистості в підлітковому віці. Виразність статевого потягу у представників чоловічої та жіночої статі однакова, прояви його специфічні. У дівчини, наприклад, характерними поведінковими реакціями, пов'язаними зі статевим потягом, є кокетство, в основі якого лежить спонукання привернути увагу, сором'язливість, яскраво виражена потреба подобатися, добре виглядати. Хлопець зазвичай відчуває бажання сподобатися конкретній дівчині [1, 2].

Сексуальна освіта має виконувати такі функції:

1) надання підліткам достовірної та науково обґрунтованої інформації про всі аспекти, пов'язані зі стосунками статей, людського тіла, сексуальності;

2) навчання основним життєвим навичкам, таким як навички спілкування, критичного мислення, здатності до самовдосконалення, здатності приймати рішення та брати на себе відповідальність і ін.;

3) виховання позитивних установок та цінностей, наприклад, самоповаги, відкритості та ін.;

4) виховування поваги до прав людини;

5) «просовування» гендерної рівності;

6) вирішення проблеми насильства, ранню вагітність;

7) адаптація до віку, розвитку, потреб, культури підлітків різних країн;

8) надання безпечного та здорового середовища для підлітків;

9) транслявання позитивного ставлення до сексуальності протягом усього життя [4].

Висновки. Теоретичний аналіз проблеми гармонійної особистості дозволив визначити, що гармонійна особистість це та особа, яка здатна до ритмічного чергування всіх різновидів діяльності, тобто до гармонійної життєдіяльності. Психологічні особливості підліткового віку є кризовими та пов'язані зі зміною в трьох головних сферах особистості: фізіологічній, психологічній та соціальній. Важливими життєтворчими завданнями підліткового віку виступають розвиток самосвідомості, стабілізація самооцінки, становлення індивідуальної системи цінностей та смислів.

Література

1. Волошина, Т. С. Секс-виховання підлітків в сучасній українській сім'ї: соціологічний аналіз. Одеса, 2017. 57 с.

2. Дмитрієва М. О. Сексуальна просвіта. URL: <https://www.ukrlogos.in.ua/10.11232-2663-4139.08.13.html>

3. Панченко В. О. Особливості уявлень про внутрішню гармонію та її суб'єктивне відчуття молоддю. «Габітус» Науковий журнал. Випуск 24. Т. 2. 2021. С. 85-90.

4. Статеве виховання – складова частина здорового способу життя : метод. Вказ. / уклад.: І. О. Тучкіна, Л. А. Вигівська, Н. Ш. Рогачова, О. В. Піонтковська, Т. В. Рубінська. Харків : ХНМУ, 2013. 41 с.

5. Світлична С. П. Особливості розвитку особистості та образу "Я" у дітей. Педагогіка та психологія. Вип. 20. 2012. С. 127-134

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ СТРАХІВ У МАЙБУТНІХ СПЕЦІАЛІСТІВ МОРЕГОСПОДАРСЬКОЇ ГАЛУЗІ

О. О. Клименко

студент 4 курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет

Л. І. Котляр

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. Проблема страхів спеціалістів морегосподарської галузі є важливою, оскільки вона дозволяє зрозуміти та усвідомити гальмування розвитку та професійного зростання особистості. Професіоналізм спеціаліста морегосподарської галузі проявляється в встановленні для себе високої планки досягнень, яка стимулює особистість у напрямку досконалості, але страхи затримують реалізацію цілей діяльності особистості та негативно впливають на професійне виконання завдань.

Аналіз наукової літератури показав, що проблема страху в таких науках як філософія, біологія, фізіологія не втрачає своєї актуальності: зокрема у психологічному аспекті феномен страху визначають як відчуття, емоцію, афект, фрустрацію (Анохін П., Боулбі Дж., Вілюнас В., Захаров А., Ізард К., Левітов М., Рейковський Я., Ріман Ф., Сеченов І., Фрейд З., Якобсон П. та ін.). У вітчизняній психології великий внесок у вивчення проблем страху був зроблений Гарбузовим В., Кочубеєм Б., Левітовим М., Новіковою Є., Прихожан Г. та ін.

Найбільш дослідженою професійною групою по проблемі професійних страхів у зарубіжній психології є педагоги й психологи (Brueck H., Grossraann K., Jehle P., Krause P., Quitmann H.). Крім того, більшість дослідників (Прилутська О., Зеєр Є., Зігерт В., Ланг Л. та ін.), вивчаючи вказану проблематику, виділяють професійні страхи, характерні для всіх професійних груп: страх не впоратися з роботою, страх припуститися помилки,

страх бути обійденим іншими, страх втратити роботу, страх втратити власне «Я».

Мета дослідження. Проаналізувати поняття страху в контексті різних теоретичних авторських підходів; визначити чинники страхів у майбутніх спеціалістів морегосподарської галузі.

Викладення основного матеріалу. Страх — внутрішній стан, що обумовлений загрозою реального або передбачуваного лиха. Страх можна вважати фізіологічно зумовленим феноменом життя людини, який так чи інакше може впливати як на суспільне життя окремого суб'єкта, так і на суспільний настрій в цілому. На даному умовно-теоретичному рівні феномен страху деякі вчені термінологічно визначають як інстинкт, драйв, базальну емоцію.

Основою теорії сучасного німецького психолога Ф. Римана є концептуальна точка зору З. Фрейда і К. Роджерса. Він виділив чотири основні форми страху, що існують у рамках чотирьох основоположних імпульсів людини, які перебувають у постійній взаємодії з людським «Я». На думку Ф. Римана, перша форма страху пов'язана з прагненням особистості до самостійності та неповторності. Друга форма страху є домінантою прагнення особистості активно брати участь у житті суспільства. Третя форма пов'язана з прагненням людини до певної незмінності й тривалості, стійкості існування «Я» і навколишнього світу. Але будь-яка, навіть мала обставина, спрямована на руйнування цього переконання, має зворотний бік — страх. Четверта форма визначена вічним прагненням людини до зміни, розвитку і подолання старого, вже пізаного, вкоріненого. Це страх перед новим і одночасно страх перед інертністю буденності, що сковує творчі можливості людини. У зв'язку з цим Ф. Рیمان стверджує, що основні людські прагнення зустрічаються парами, які доповнюють і суперечать один одному: як — імпульси прагнення до самозбереження і самостійне відокремлення з протилежним прагненням до змін і ризику. Кожному прагненню властивий страх перед протилежним прагненням [3]. Треба відзначити, що Ф. Рیمان відносить страх до основоположного і закономірного, постійно присутнього феномена людського існування.

Висновки. Результати проведеного аналізу та експериментальне дослідження дозволили виявити чинники страхів у майбутніх спеціалістів морегосподарської галузі такі як: страх не впоратися з роботою; страх припуститися помилки; страх

бути обійденим іншими; страх втратити роботу; страх втратити власне «Я»; невпевненість у собі; відчуття своєї некомпетентності; тривожне очікування невдачі; наявність твердих ірраціональних конструктів; кризи професійного становлення; високий рівень тривожності; постійна надмірна завантаженість роботою та перевтома.

Література

1. Калюжна, Є.М., Дудко, А.О. Психологічні особливості формування Я-концепції у старшому шкільному віці. Актуальні проблеми педагогіки, психології та професійної освіти. Харків : ХНПУ, 2016. С. 3–9.
2. Мухамедьяров, Н. Н. Образ фізичного Я-особистості як складова її Я-концепції. Педагогіка і психологія. 2006. № 1. С. 84–90.
3. Parker W. D. Perfectionism and the gifted / W. D. Parker, K. K. Adkins // *Roepel Review*. – 1985. – V. 17 (3). – P. 173 – 176.

УДК 159.922.4

СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК ФАКТОР СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ПРАЦІВНИКІВ МОРСЬКОЇ ПРОФЕСІЇ

О. О. Оболонська

студентка 4 курсу денної форми навчання,
Одеський національний морський університет

Л. І. Котляр

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Постановка проблеми. Психологічна підготовка та наявність стресостійкості фахівців річкового та морського транспорту спрямована на формування стійкості до стрес-факторів, які впливають на психіку моряків. Це такі фактори та негативні чинники професійної діяльності як: обмежене середовище,

мультикультурний екіпаж, розлука з близькими, невизначеність, дефіцит часу, відповідальність, екстремальність, прихований тиск, конфліктні ситуації та ін.. Велика кількість непередбачуваних ситуацій, а іноді й таких, що загрожують життю, вимагає від членів екіпажу вміння володіти собою, швидко оцінювати ситуацію та приймати найбільш правильні рішення, що сприятиме ефективності професійної діяльності. Психологічна стійкість та адаптація дає змогу майбутнім працівникам річкового та морського транспорту попереджувати виникнення неконтрольованих емоційних станів, зокрема стресу, афекту, фрустрації, та дає змогу професійно приймати рішення як у звичайних, так і в екстремальних ситуаціях, зменшує прояв «людського фактору».

Передусім, необхідно враховувати особливості професії моряка, що характеризується раптовим виникненням ризикованих та не прогнозованих екстремальних ситуацій. Для швидких, точних, безпомилкових дій в екстремальних умовах фахівці річкового та морського транспорту повинні заздалегідь готуватися до можливих проявів функціональних станів на борту, щоб допомогти собі та своїм колегам протистояти впливу різноманітних стрес-факторів, зберігаючи при цьому психічне здоров'я, працездатність, культуру безпеки, адекватну та своєчасну реакцію, тим самим знизивши рівень аварійності. Зазначимо, що психологічна стійкість спеціаліста дає змогу приймати виважені рішення в будь-якій ситуації, адаптуватися до різних умов праці, ефективно працювати в мультикультурному колективі. Стресогенний характер роботи працівників морського транспорту, які знаходяться в умовах перенапруги адаптаційних психофізіологічних можливостей, зумовлюють необхідність дослідження стресостійкості моряків у процесі професійної діяльності.

Вивченням феномену стресу, стресостійкості займалися та займаються такі вчені як: Дж. Еверілл, П. Фресс, Р. Кан, Р. Грін, Б. Вілсон, Дж. Гілтон, С. Палмер, Т. Пікеринг, В.А. Ганзен, В.М. М'ясищев, Л.М. Аболін, Г.Г. Аракелов, Г.І. Кассиль, О.І. Медведєв, Н.М. Русалова, В.В. Суворова, Е.С. Бодрова, Л.А. Китаєв-Смик.

Мета дослідження. Розглянути та проаналізувати поняття стресостійкості в контексті різних теоретичних досліджень; виявити фактори та рівні психологічної адаптації, стресостійкості працівників морського транспорту.

Викладення основного матеріалу. Дослівний переклад терміну "стрес" (від stress англ.) - тиск, натиск, напруга. Переважно до виникнення концепції стресу цей термін використовувався у технічних науках для опису фізичного впливу. У медицину, біологію та психологію він був запроваджений Гансом Сельє у 1936 році. Автор показав незалежність процесу пристосування організму людини від характеру впливу чи екстремальності. Фактори, які впливають на особистість можуть бути різними, але незалежно від їх особливостей вони викликають в організмі людини однотипні зміни, що забезпечують адаптацію. Поняття стресу дуже швидко вийшло за межі вузько біологічного трактування і стало широко використовуватися як у науці, так і в життєвій практиці. Саме за допомогою слова «стрес» ми звично пояснюємо свої помилки або неадекватні вчинки при виникненні труднощів, цілий букет гострих емоційних реакцій, а також відчуття повного виснаження, втоми і навіть хвороби, що виникають згодом [1].

Стресостійкість - є інтегральною якістю особистості, основою успішної соціальної взаємодії людини, яка характеризується емоційною стабільністю, низьким рівнем тривожності, високим рівнем саморегуляції, психологічною готовністю до стресу.

Як показують дослідження, існує взаємозв'язок стресостійкості та низки психологічних якостей. Наприклад, особи, які мають згідно з класифікацією Дж. Роттера внутрішній «локус» контролю за своєю діяльністю — «інтерналі» (впевнені в собі, які сподіваються тільки на себе, не потребують зовнішньої підтримки), менш схильні до дистресу в екстремальних умовах та соціального тиску, ніж «екстернали» з зовнішнім «локусом» контролю (невпевнені в собі, які потребують заохочення, болісно реагують на осуд, покладаються на випадок, на долю) [2].

Люди з тривожністю як рисою характеру більш схильні до емоційного стресу, ніж ті, у кого тривожність виникає тільки в небезпечні ситуації. Однак такий поділ не абсолютно і залежить від умов та досвіду життя.

Розглянемо питання щодо терміну «адаптації» та її процесам.

Адаптація (від лат. adaptate – пристосовувати) у широкому розумінні означає пристосування до зовнішніх умов. Процес

адаптації розгортається упродовж усього онтогенетичного розвитку індивіда, усього життя особистості.

Г.Сельє вважає, що організм (як і особистість) не може постійно перебувати у врівноваженому стані, адже тоді немає ніяких підстав для змін, для розвитку. Тому наш організм час від часу сам починає порушувати рівновагу із середовищем, прагнучи активізувати себе, оптимізувати умови свого існування. Г. Сельє ототожнював процес адаптації, який триває постійно, з поняттям життя як такого, а життя з його непередбачуваністю аж ніяк не є пасивною реакцією на зовнішні впливи [1].

На думку Е. Еріксона, в системі індивід – середовище однією стороною адаптаційної взаємодії є конфлікти і захисти, а іншою – співробітництво і гармонія. Взаємне безупинне пристосування індивіда і суспільства відбувається постійно. Процес адаптації можна описати формулою: суперечності – тривога – захисні реакції індивіда і середовища – гармонійна рівновага чи конфлікт. Конфлікт, на думку Е. Еріксона, є одним із можливих результатів взаємодії індивіда і середовища тоді, коли захисні реакції організму і “вчинки” середовища виявляються недостатніми для відновлення порушеної гомеостатичної рівноваги [1].

В нашій дослідно-експериментальній роботі з вивчення стресостійкості як психологічної адаптації працівників морського транспорту прийняли участь 20 студентів I та II курсів факультетів «Судівництво» Одеського національного морського університету та 20 осіб працівників морського транспорту зі стажем 5-10 років.

В експериментальному дослідженні ми використовували наступні методи як: спостереження, бесіда, анкетування, тестування. Були використані наступні психодіагностичні методики: методика «Визначення стресостійкості та соціальної адаптації» Холмса та Райха; методика "Індикатор копінг-стратегій" Д. Амірхана; методика «Дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда [3].

Дослідно-експериментальне дослідження рівня стресостійкості працівників морського транспорту показало, що переважна кількість респондентів мають середній (задовільний) рівень стресостійкості. Для працівників морської професії стресостійкість є одна з головних якостей успішної діяльності й середній її рівень для більшості спеціалістів є нормою. Стан помірною стресу, компенсується за рахунок збалансованості

структурних елементів проявів стресу (інтелектуально-професійного, поведінкового, емоційного та фізіологічного).

Висновки

Таким чином, рамках даного дослідження, під стресостійкістю працівників морського транспорту розуміється складна інтегральна властивість особистості, взаємозв'язана із системою елементів, представлених комплексом інтелектуальних, когнітивних, емоційних і особистісних якостей, які забезпечують індивідові можливість переносити значні розумові, фізичні, вольові та емоційні навантаження, зберігаючи ефективність функціонування у стресогенній ситуації.

Література

1. Крайнюк В.М. Психологія стресостійкості особистості : [монографія] / В.М. Крайнюк. К. : Ніка-Центр, 2007. – 432 с.
2. Лазарус Р. Стрес, оцінка та подолання / Р. Лазарус, С. Фолкман // Журнал особистості. 2011. № 2. С. 19–63.
3. Ліба Н.С., Марценюк М.О. Формування та розвиток психічної стійкості студентської молоді. Міжнародний науковий журнал «Освіта і наука». Випуск 2(25). 2018. С. 129–134.
4. Шейко А.О. Чинники психологічної стійкості осіб юнацького віку. URL: [http://C:/Users/Admin/ Downloads/ Nvmdups_2013_2_11_64%20\(2\).pdf](http://C:/Users/Admin/Downloads/Nvmdups_2013_2_11_64%20(2).pdf).

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ УПРАВЛІННЯ
АДАПТАЦІЄЮ ПРАЦІВНИКІВ МОРСЬКОГО
ТРАНСПОРТУ**

А. В. Кернас

Кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Л. Г. Ламбова

Студентка 4 курсу факультету психології
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Адаптація є складовим елементом системи підготовки кадрів та регуляторів зв'язку між системою освіти та виробничою сферою діяльності. Вивченню адаптації присвячено незліченну кількість досліджень теоретичного та практичного спрямування. Дослідженням по цієї темі присвячені роботи видатних вчених: А. Я. Кібанова, Б. Л. Ереміна, Б. Г. Ананьєв, М. Армстронг, Х. Вайнріх, . Захарчин, М. Лукашевич, В. Травін, О. М. Леонтєв, Г. О. Балл, Ж. Піаже, Г. Сельє О. Ф. Лазурський, С. Л. Рубінштейн, В. А. Енгельгард, М. Г. Кджанян, Б. Д. Паригін, Л. Г. Почебут, В. А. Чикер та ін.

Мета роботи полягала у вивченні управління адаптацією працівників морського транспорту. Об'єкт дослідження – адаптація працівників морського транспорту, до умов професійної діяльності. Предмет дослідження – управління адаптацією до умов професійної діяльності працівників морського транспорту. Методи дослідження: – теоретичний аналіз наукової літератури з обраного тематичного напрямку щодо проблеми дослідження; - емпіричні: - спостереження; - бесіди; - анкетування; - тестування в ході якого нами був використаний наступний психодіагностичний інструментарій: - 1. Діагностична модель соціально-психологічної адаптації К. Рджерса, Р. Даймонда. Хайма 2. Шкала оптимізму та активності Н. Водоп'янової, М. Штейна. 3. Дефіцит часу в управлінській діяльності Л. Зайверта адаптовано Н. Водоп'янової.

На підставі проведеного нами аналізу наукової та науково-методичної літератури з досліджуваної проблеми ми можемо констатувати наступне:

Адаптація персоналу для підприємства є своєрідним показником успішності чи провалу роботи пошуку та підбору кадрів.

У період адаптації працівник проходить кілька стадій:

- загальне ознайомлення із ситуацією;
- пристосування (звикання, засвоєння стереотипів);
- асиміляція (повне пристосування);
- ідентифікація (ототожнення особистих цілей із цілями колективу).

У процесі адаптації працівник проходить кілька етапів: загальне ознайомлення із ситуацією; пристосування; асиміляція; ідентифікація.

Для того, щоб адаптація нового працівника пройшла швидко, його потрібно ознайомити з підприємством, його особливостями, внутрішнім трудовим розпорядком, представити колективу, показати робоче місце, познайомити з керівником та проінструктувати з пожежної безпеки та техніки безпеки.

У процесі адаптації слід плавно вводити нового співробітника у сферу його діяльності і виключити ситуації, які можуть стати на заваді входження працівника в робочий ритм колективу, непередбачені проблеми, пов'язані з перевтомою, відсутністю інформації тощо. Тому в адаптаційний період слід вживати заходів, що запобігають багатьом моментам, що призводять до психологічної дезадаптації працівника [1].

Адаптація починається з встановлення інформаційного зв'язку зі створенням у процесі профорієнтації та професійного відбору, продовжується з початком роботи на підприємстві та закінчується розривом інформаційних та особистих зв'язків із підприємством.

Ефективність управління продуктивною адаптацією працівника залежить від всіх структурних елементів адаптації, з акцентом найбільш значущими видами адаптації до конкретних умов, від уміння керівників використовувати ефективні технології управління соціальною адаптацією [2].

Погана організація праці, несприятливі санітарно-гігієнічні умови на виробництві, нерозвиненість соціальної сфери в ряді випадків визначають таку стратегію трудової поведінки, при якій

працівник вважає за краще менше працювати, але й менше отримувати, оскільки ціна інтенсивного робота вища неприйнятна для нього.

Однак можлива й інша ситуація, коли працівник для підтримки певного рівня добробуту готовий оплачувати своїм здоров'ям додаткові пільги: надбавки та допомоги, пов'язані з умовами праці, підвищеною оплатою за понаднормову роботу тощо. Люди, свідомо оцінюючи можливі варіанти поведінки, намагаються вибрати найкоротший шлях до бажаного результату.

Висновки: Кожен вид діяльності пов'язані з певними витратами має свою ціну. Таким чином, професійна діяльність визначається витратою фізичних та моральних сил. Висока інтенсивність праці може відлякувати працівників за недостатніх умов відновлення працездатності.

На наш погляд програми адаптації дозволяють суттєво підвищити ефективність роботи персоналу і забезпечити наступність знань та навичок накопичених організацією та її співробітниками.

Література

1. Лукашевич І.П., Шкурко В.В. Адаптація персоналу: проблеми управління. - Запоріжжя, 1999. 0 385 с.
2. Травин В.В. Менеджмент персонала підприємства. - М.: Дело, 2003. 416 с

СИНДРОМ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПРЕДСТАВНИКІВ РІЗНИХ ПРОФЕСІЙНИХ ГРУП

А. В. Кернас

Кандидат психологічних наук,
Доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

А. М. Костякова

Студентка 4 курсу факультету психології
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Феноменологічна природа емоційного вигорання вивчається в різних галузях наукової діяльності. Актуальністю даного питання займалися зарубіжні вчені - Б. Перлман та Е. Хартман, так і вітчизняні Н. М. Водоп'янова, В. В. Бойко, Н. М. Буталевич, В. О. Орел, А. К. Маркова. На думку Б. Перлмана та Е. Хартмана, синдром емоційного вигорання системно впливає на людину. Основними проявами його є емоційне та фізичне виснаження, деперсоналізація та знижена продуктивність праці.

Таким чином, обрана нами тема є актуальною як у теоретичному, так і у практичному сенсі.

На підставі проведеного нами аналізу науково дослідної та науково методичної літератури ми можемо зробити наступні висновки: - професійний стрес – різноманітний феномен, що виражається у психічних і фізичних реакціях на напругу.

В даний час професійний стрес виділений в окрему рубрику міжнародної класифікації хвороб (МКБ-10) . На думку фахівців до професійного стресу призводить надмірне навантаження людини на роботі. Недостатньо чітке обмеження його повноважень та посадових обов'язків. Неадекватна поведінка колег, і навіть довга виснажлива дорога до міста роботи та назад. Не кажучи вже про недостатню оплату праці, одноманітної діяльності, або відсутності кар'єрних перспектив [3].

Зазвичай із за необізнаності спеціалістів різних професій, що стосується збереження свого психологічного здоров'я, відсутність

умінь ефективно долати стресові ситуації призводять до ускладнень у професійній діяльності, у взаємодії з оточуючими, сприяють зниженню працездатності, в сім'ї, виникненню депресивних станів і, як наслідок впливу цих та інших факторів, формуванню синдрому «емоційного вигорання» [1].

Мета роботи полягає в дослідженні та визначенні рівня емоційного вигорання у представників різних професійних груп. Розробка корекційної програми для запобігання емоційного вигорання у представників різних професійних груп.

Методи дослідження: - теоретичний аналіз наукової літератури щодо проблеми дослідження; - емпіричні методи: спостереження, бесіди, анкетування, тестування, в ході якого нами використовувався наступний ансамбль психодіагностичних методик:

1. Опитувальник «професійне вигорання» (К. Маслач, С. Джексон, в адаптації Н. Є. Водоп'янової)[2];

2. Методика «діагностики рівня емоційного вигорання» В. В. Бойка [1].

Висновок. Проведений аналіз показав, що у половини досліджуваних синдром «емоційного вигорання» знаходиться на стадії формування, що свідчить про значну поширеність цього феномену. Відсутність значущих розбіжностей між представниками різних типів професій за рівнем синдрому «емоційного вигорання» і його фаз свідчить про те, що специфіка професії та інтенсивність спілкування не є однозначно необхідними чинниками для виникнення «емоційного вигорання». Більш значущими є особистісні фактори формування «емоційного вигорання» та особливості професійної самореалізації. Результати опитування свідчать про те, що значній кількості працівників притаманне напруження на роботі, незадоволеність собою, неадекватне емоційне реагування, в свою чергу це значить, що особа проявляє неконтрольований вплив настрою на свої професійні обов'язки, зменшення взаємодії з колегами, припинення професійних обов'язків, бажання побути на самоті, розширення сфери економії емоцій. Найбільш вираженою ознакою для досліджуваних є редукція особистих досягнень. Їхнє ставлення проявляється у тенденції до негативного оцінювання себе, своїх професійних досягнень та успіхів, негативізм щодо професійної гідності та можливостей або ж у нівелюванні особистої гідності, обмеженні своїх можливостей, обов'язків щодо інших.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бойко В. В. Синдром эмоционального выгорания в профессиональном общении / В.В.Бойко. – СПб.: Сударыня, 1999. – 32 с.
2. Водоп'янова Н. Є. Синдром вигорання: діагностика та профілактика / Н.Е. Водоп'янова Є.С. Старченкова.- СПб.:Пітер, 2008.-336 с.
3. Щербатих Ю.В. Психология стресса и методы коррекции / Ю.В.Щербатих. - СПб.: Серия «Учебное пособие», 2008.- 256с.

УДК 159.9.072.59

ЗВ'ЯЗОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРЯННЯ

А. В. Іожиця

ст.викладач М.В. Жилін

Одеський національний морський університет

За останні декілька років, у зв'язку зі швидким соціально-економічним розвитком в країнах, спеціалістам будь-якої сфери діяльності висуваються все більш високі вимоги. Це стосується не тільки професійної підготовки спеціалістів згідно з міжнародними стандартами, а й формування особистісних рис і навичок щодо адаптації в умовах великої конкуренції та стресу.

Завдяки цим змінам все частіше використовують термін «емоційного інтелекту» під яким розуміють – психологічну освіту людини, як вона вміє володіти власними емоціями, вміє адекватно оцінювати свої емоції та емоції інших людей, як спеціаліст може комунікувати з колегами, та чи може впоратися зі складними ситуаціями у професії, що потім можуть призвести до синдрому емоційного вигорання.

У науковий ужиток термін (англ. burn-out) був запроваджений у 1974 р. психіатром Гербертом Фроуденбергером (США) [1] (Freudenberger, 1974) та психологом Крістіною Маслач (США) [2] (Maslach, 1976)

Але в вітчизняній психології перші вживання цього терміну були виділені в роботах Б.Г. Ананьева. Він використовував термін

«емоційне згоряння», щоб описати пригнічений стан людини, який формувався у працівників робочих сфер типу «людина-людина». [3]

С. П. Дерев'янку пропонує розвивати EQ у тренінгових групах шляхом актуалізації та поглиблення здібностей до розуміння емоцій, навчання ефективних способів та прийомів управління емоційними станами з подальшим застосуванням отриманих знань на практиці. [5]

В останній час з'явилися експерименти, які виявляють зв'язок між EQ та синдромом емоційного вигорання. Наприклад, О.М.Бочкарьової в процесі дослідження співробітників контактного центру була підтверджена гіпотеза про те, що і EQ, і рівень EB співробітників схильні до загальних ситуативних факторів, зміна яких позначається як на здатності орієнтуватися в емоціях і керувати ними, так і на ступеня залучення до роботи організації. [4]

Водночас коло професій, пов'язаних з підвищеним ризиком EB, неухильно розширюється, і сьогодні до нього входять не лише представники «допомагаючих» професій, а й, наприклад, фахівці комерційних компаній.

Все більше вітчизняних вчених приходять до висновку про те, що цілеспрямований розвиток EQ за допомогою спеціально розробленої системи методів сприяє зниженню рівня виразності синдрому «вигорання».

Отже з метою профілактики на запобігання формування цього синдрому можна виділити декілька способів: інтерактивні лекції, ділові ігри, дискусії, інтернет-консультування, техніки індивідуальної та групової роботи.

Література

1. Freudenberger H.J. Staff burn-out // Journal of Social Issues. - 1974. - P. 159–165.
2. Maslach C. «Burned-out» // Human Behavior. - 1976. - No 9. - P. 16–22.
3. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. 1968. - 338 с.
4. Бочкарева Е.Н. Взаимосвязь профессионального выгорания и эмоционального интеллекта сотрудников контактного центра // Психолог. - 2016. - No 3. - С. 576– 587.
5. Деревянку С.П. Развитие эмоционального интеллекта в тренинговых группах // Психолог. - 2008. - No 2. - с. 79–84.

Наукове видання

АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЇ У СУЧАСНОМУ ІННОВАЦІЙНОМУ ПРОСТОРИ

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

III Міжнародної науково-практичної конференції

13 - 14 травня 2022 року

Підп. до друку 14.10.2022. Формат 60x84/16.
Умов.-друк. арк. 12,79. Тираж 30 прим.
Зам. № 1053.

Видавець

Видавництво «Друк Південь»

Виготовлювач

Видавничий дім «Гельветика»
73034, м. Херсон, вул. Паровозна, 46-а, офіс 105.
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 4392 від 20.08.2012 р.