

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ СТОЛИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені БОРИСА ГРІНЧЕНКА
ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені ВОЛОДИМИРА ГНАТЮКА
ІНСТИТУТ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ПОЛІТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ НАПН УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКИЙ ФОНД «БЛАГОПОЛУЧЧЯ ДІТЕЙ»
УКРАЇНСЬКА АСОЦІАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ
КИЇВСЬКИЙ МІСЬКИЙ КРИЗОВИЙ ЦЕНТР «СОЦІОТЕРАПІЯ»
ЦЕНТР ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ «АНКОР»
ВАРШАВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ (Республіка Польща)
АКАДЕМІЯ ПРИКЛАДНИХ НАУК імені СТЕФАНА БАТОРІЯ
(Республіка Польща)

ЗБІРНИК ТЕЗ НАУКОВИХ ДОПОВІДЕЙ

Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції

**СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ОСОБИСТОСТІ
В УМОВАХ СУСПІЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ**

08 жовтня 2024 року, м. Київ

УДК 155.9

Збірник тез наукових доповідей Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції «Соціально-психологічна підтримка особистості в умовах суспільних трансформацій» 08 жовтня 2024 року. Київ: Факультет психології, соціальної роботи та спеціальної освіти Київського столичного університету імені Бориса Грінченка, 2024. 161с.

Друкується за рішенням Вченої ради
Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти
Київського столичного університету імені Бориса Грінченка
Протокол № 11 від 21.11.2024 р.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Оксана СЕРГЕСНKOBA, завідувач кафедри психології особистості та соціальних практик Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти, доктор психологічних наук, професор.

Олена ЛИТВИНЕНКО, завідувач кафедри практичної психології Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти, доктор психологічних наук, доцент.

Ірина МУЗИЧЕНКО, заступник декана з науково-педагогічної та соціально-гуманітарної роботи Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти, доцент кафедри практичної психології, кандидат психологічних наук.

Олена СОРОКІНА, доцент кафедри психології особистості та соціальних практик Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти, кандидат психологічних наук, доцент.

Ярослав КОРКОС, викладач кафедри практичної психології Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти, доктор філософії з спеціальності 053 Психологія.

Ганна СОБЧАК, викладач кафедри практичної психології Факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти.

У збірнику тез наукових доповідей висвітлено наукові та прикладні аспекти соціально-психологічної допомоги особистості; соціально-психологічну допомогу постраждалим під час кризових подій та військового конфлікту; особливості психологічної культури та просвіта у воєнний та повоєнний час; психологічну парадигму у розбудові інклюзії в освітньому просторі.

© Факультет психології,
соціальної роботи та
спеціальної освіти

СЕКТОРАЛЬНА ДИСКУСІЯ 1

«СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНЕ МОДЕЛЮВАННЯ ДОПОМОГИ ОСОБИСТОСТІ»

А. Д. Васильєв

ПЕРСПЕКТИВИ ЗАСТОСУВАННЯ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ У ПОДОЛАННІ РОЗЛАДУ СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОГИ.....9

Г. І. Васильєва, К. О. Сінько

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЗВ'ЯЗНОГО МОВЛЕННЯ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З МОВЛЕННЄВИМИ ТРУДНОЦАМИ ЗАСОБАМИ ІГРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ.....11

Н. Д. Вінник, В. В. Бабенко

ДО ПИТАННЯ ФРУСТРАЦІЇ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ.....13

Н. Д. Вінник, Т. Є. Кременська

ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА ВИБІР ОСОБИСТІСТЮ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У ЖИТТЄВИХ КРИЗАХ.....14

Н. Д. Вінник, О. В. Майбоженко

РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПОДОЛАННЯ КРИЗИ ДІТЬМИ 6-7 РОКІВ ЗА ДОПОМОГОЮ КАЗКОТЕРАПІЇ.....16

Н. Д. Вінник, М. Г. Плакса

ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ПРОБЛЕМИ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ТРИВОЖНОСТІ ПІДЛІТКІВ ТА МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕННЯ В НАВЧАННІ.....18

Н. Д. Вінник, М. Г. Плакса

ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ ПІДЛІТКІВ НА МОТИВАЦІЮ ДОСЯГНЕННЯ УСПІХУ В НАВЧАННІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.....20

І. А. Власенко

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ДРУЖИНАМ ІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ.....22

І. А. Власенко, Н. І. Лобаненко

АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ПОДОЛАННЯ ЖИТТЄВИХ КРИЗ ЖІНОК - ВИМУШЕНИХ МІГРАНТОК.....24

І. А. Власенко, Т. К. Яворська

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЖИТТЄВОЇ КРИЗИ ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ ТА ЇЇ ПОДОЛАННЯ.....26

Ж. Окамбі-Кіндало Ясса

ПСИХОЛОГІЧНІ ОЗНАКИ НАРЦИСТИЧНОЇ ТРАВМИ У КОНТЕКСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ОСОБИСТОСТІ.....29

Н. О. Довгань

КОНСТРУКТИВНА ПОВЕДІНКА ГРОМАДЯН У НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ: ТЕХНОЛОГІЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВТРУЧАННЯ.....30

Є. Ю. Журавель

БІОСУГЕСТИВНА ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ КОРЕКЦІЇ СТРЕС- АСОЦІЙОВАНИХ РОЗЛАДІВ У ЛЮДЕЙ ІЗ БОЙОВИМ ДОСВІДОМ.....32

І. В. Зрум

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЛОГОПЕДА В ІНКЛЮЗИВНОМУ ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ: ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ.....35

С. М. Каліщук

РЕАЛІСТИЧНЕ СПІВВІДНЕСЕННЯ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА ІЗ СВІТОМ В УМОВАХ ВІЙНИ.....36

С. М. Каліщук, К. О. Солдатова

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ОСОБИСТІСТЮ КРИЗИ НЕПЕРЕБОРНІХ ОБСТАВИН.....40

В. В. Кобильченко, І. М. Омельченко

ІНКЛЮЗИВНА ПСИХОЛОГІЯ ЯК НОВА ГАЛУЗЬ ПСИХОЛОГІЧНОЇ НАУКИ.....42

О. П. Коханова, О. С. Голованова

САМОРЕГУЛЯЦІЯ ДОРОСЛИХ У КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ.....44

В. В. Левченко

ПСИХОДИНАМІЧНИЙ АСПЕКТ У КАТАТИМНО-ІМАГІНАТИВНІЙ ПСИХОТЕРАПІЇ.....46

В. А. Литвиненко, О. В. Тюфякіна

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ МОНОЛОГІЧНОГО МОВЛЕННЯ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З НАВЧАЛЬНИМИ ТРУДНОЦЬМИ.....47

О. В. Мартинчук, Н. Б. Дуб'юк

АКТУАЛЬНІСТЬ МОДЕЛЮВАННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ПРОФІЛЮКООРДИНАТОРА ІНКЛЮЗИВНОГО НАВЧАННЯ ДЛЯ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ УКРАЇНИ.....49

О. В. Мартинчук, Н. Л. Шнит

ФОРМУВАННЯ СТАТЕВОЇ ОСВІЧЕНОСТІ ПІДЛІТКІВ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ ЯК СКЛАДОВА ВИХОВАННЯ В ІНКЛЮЗИВНОМУ ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....51

Я. В. Мартинюк

СОЦІАЛЬНА ЗГУРТОВАНІСТЬ ЯК ІНСТРУМЕНТ ОБ'ЄДНАННЯ ГРОМАДИ ПОСТРАЖДАЛОЇ ВІД ВОЄННИХ ДІЙ.....53

В. М. Мельник

ПОНЯТТЯ ПРО ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....54

І. В. Музиченко, Ю. В. Одінцова

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ВЖИВАННЯ ПСИХОТРОПНИХ РЕЧОВИН СТУДЕНТСЬКОЮ МОЛОДДЮ.....58

Т. М. Нікуліна

КРИЗА ІДЕНТИЧНОСТІ СТАРШОКЛАСНИКІВ ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА ЮНАЦЬКОГО ВІКУ.....59

Б. В. Плєскач, С. Т. Ренетій

ВСТАНОВЛЕННЯ ОБМЕЖЕНЬ ДО ОНЛАЙН-ТЕСТУВАННЯ ЯК ФАКТОР ПІДВИЩЕННЯ НАДІЙНОСТІ РЕЗУЛЬТАТІВ.....61

О. М. Рева, О. О. Заболотна

ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.....63

О. М. Рева, О. О. Мікулінцева

ПОБУДОВА ЖИТТЄВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ В ПЕРІОД РАННЬОЇ ДОРОСЛОСТІ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНОЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ.....65

О. М. Рева, С. А. Олійник

ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНОСТІ ВЕТЕРАНІВ ДО РЕІНТЕГРАЦІЇ В ЦИВІЛЬНЕ ЖИТТЯ.....68

П. Г. Рубан

РОЛЬ СОЦІАЛЬНОГО ПІДПРИЄМСТВА У СТВОРЕННІ ІНКЛЮЗИВНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА ДЛЯ ОСІБ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ.....70

М. В. Сітцева

ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДСТАВИ ФОРМУВАННЯ АТРИБУТИВНОГО СТИЛЮ ОСОБИСТОСТІ ЗАСОБАМИ АНІМАЦІЇ.....72

Т. В. Сова

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ ПРОЯВІВ ТА СОЦІАЛЬНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ОСОБИСТОСТІ.....73

К. С. Справцева

САМОПРЕЗЕНТАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ У ВІРТУАЛЬНОМУ ПРОСТОРІ ЯК ІНДИКАТОР СУСПІЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ СУЧАСНОСТІ.....76

О. А. Столярчук, Т. А. Богославська

ПРОБЛЕМА ГОТОВНОСТІ УКРАЇНСЬКИХ МІГРАНТІВ ДО ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ.....77

О. А. Столярчук, І. І. Розсоха

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ДРУЖИН ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЯКІ ПЕРЕБУВАЮТЬ У ЗОНІ БОЙОВИХ ДІЙ.....79

О. А. Столярчук, О. П. Коханова

САМОРЕАЛІЗАЦІЯ УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ: ЗДОБУТКИ ТА ВИКЛИКИ.....81

Г. В. Супрун, Т. М. Гуріна

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПОРУШЕННЯМ МОВЛЕННЯ.....83

Д. В. Ткачук

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО НАВЧАННЯ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З МОВЛЕННЄВИМИ ТРУДНОЦАМИ У ПРОЦЕСІ ЛОГОПЕДИЧНОГО СУПРОВОДУ.....85

В. І. Хоменко

ІНКЛЮЗИВНІ СТРАТЕГІЇ СТАТЕВО-РОЛЬОВОЇ ІДЕНТИФІКАЦІЇ: ФОРМУВАННЯ ІДЕНТИЧНОСТІ ДІТЕЙ З РАС.....87

Т. В. Хомик, М. В. Грабко

ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ З ПОРУШЕННЯМИ МОВЛЕННЯ ДО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА.....89

Т. П. Цюман, І. Андрієвська

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОВІДНОВЛЮВАЛЬНИХ ПРАКТИК УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ЗВО В УМОВАХ ВІЙНИ.....90

Т. П. Цюман, О. С. Матюшок

ПРОБЛЕМА СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛЬСТВА НАД ЖІНКАМИ ПІД ЧАС
ВОЄННИХ ДІЙ.....92

СЕКТОРАЛЬНА ДИСКУСІЯ 2

«ПРАКТИКИ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ТА БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ»

О. О. Байєр

ОСОБЛИВОСТІ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ УКРАЇНЦІВ ПОВОЄННОГО ПОКОЛІННЯ
(НА ПРИКЛАДІ ДРУГОЇ СВІТОВОЇ ВІЙНИ).....95

Н. М. Бабич, Т. О. Шахрай

ЗАЇКАННЯ: ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ ТА СУЧАСНІ ВИКЛИКИ.....97

Н. В. Ванда, І. Ю. Склярєнко, В. М. Піщана

ДІЯЛЬНІСНИЙ ПІДХІД У ПІДГОТОВЦІ ПСИХОЛОГІВ.....99

Н. Д. Вінник, Н. М. Стрєєва

ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ ПОБУДОВИ ЖИТТЄВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ УЧНЯМИ
ЗАКЛАДІВ ПРОФЕСІЙНОЇ (ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ) ОСВІТИ В УМОВАХ
ВОЄННОГО СТАНУ.....101

І. А. Власєнко, В. Ф. Нода

СПЕЦИФІКА КРИЗИ ПРОФЕСІЙНОЇ КАР'ЄРИ У ОСІБ ВІКУ СЕРЕДНЬОЇ
ДОРΟΣЛОСТІ.....103

С. С. Жорова

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИМ
ПІДЛІТКАМ.....106

С. М. Каліщук, Ю. М. Токарєва

ОБРАЗ ЯК КАТЕГОРІАЛЬНЕ ЯДРО В ФОРМУВАННІ ОБРАЗУ МАЙБУТНЬОГО
ОСОБИСТОСТІ.....108

А. Є. Книш, Я. Р. Сойка

ДОСЛІДЖЕННЯ ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТУ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНИХ НАВИЧОК
ЛЮДЕЙ З РДУГ.....110

А. М. Котелевець

СОЦІАЛЬНА АКТИВНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ СУСПІЛЬНИХ
ТРАНСФОРМАЦІЙ.....111

М. С. Крапива

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДОЛАЮЧОЇ ПОВЕДІНКИ ОСІБ РАННЬОГО
ДОРΟΣЛОГО ВІКУ, СХИЛЬНИХ ДО ЗАЛЕЖНОСТІ.....113

В. П. Кутішенко, М. Ю Ільховська

ПРИЧИНИ ЕМОЦІЙНОГО ВИСНАЖЕННЯ У ЖІНОК ДОРΟΣЛОГО
СЕРЕДНЬОГО ВІКУ В УМОВАХ ВІЙНИ.....115

О. М. Лозова

ОСОБЛИВОСТІ ТЕРАПІЇ ПСИХІЧНОЇ ТРАВМИ У ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО
ВІКУ.....116

О. М. Рева, М. В. Вакуленко

ПРОФІЛАКТИКА ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ ДСНС.....118

О. А. Сорокіна, О. М. Кушнір ПСИХОПРОФІЛАКТИКА СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ.....	121
О. П. Таран, А. С. Блажко ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ЛОГОПЕДИЧНОГО СУПРОВОДУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В КРИЗОВИХ УМОВАХ.....	123
О. П. Таран, Н. В. Панченко ВПРОВАДЖЕННЯ МЕТОДУ СИМВОЛДРАМИ У СУПРОВІД КЛІЄНТІВ З ПАНІЧНИМИ АТАКАМИ.....	124
О. Р. Ткачишина ДО ПРОБЛЕМИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я.....	126
О. Р. Ткачишина, І. С. Контар АРТ ТЕРАПЕВТИЧНІ ПРАКТИКИ В РОБОТІ З ОСОБАМИ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.....	128
К. Ю. Хорошун ПАРАСОЦІАЛЬНІ СТОСУНКИ ЯК ФАКТОР ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ШАНУВАЛЬНИКІВ КОРЕЙСЬКОЇ ХВИЛІ В УКРАЇНІ.....	129
Л. Шинкарьова РОЗВИТОК АДАПТАЦІЙНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ДРУЖИН УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ ПІД ЧАС КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ.....	131

СЕКТОРАЛЬНА ДИСКУСІЯ 3. ПСИХОЛОГІЧНА КУЛЬТУРА ТА ПРОСВІТА У ВОЄННИЙ ТА ПОВОЄННИЙ ЧАС

Н. М. Бабич, К. О. Тичина МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ У СІМ'ЯХ, ЩО ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ З МОВЛЕННЄВИМИ ТРУДНОЦАМИ, ПІД ЧАС КРИЗОВИХ ПОДІЙ І ВІЙСЬКОВОГО КОНФЛІКТУ.....	133
О. М. Денисюк, Я. Ю. Загупіна-Візер СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНИЙ СУПРОВІД УЧНІВ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ У ЗАКЛАДІ ОСВІТИ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВОЇ АГРЕСІЇ.....	135
К. Дробот МЕТОД «MUSIC MEDIATED INTERVENTION» У ПРОЦЕСІ ФОРМУВАННЯ ЗДАТНОСТІ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З РАС ДО СОЦІАЛЬНОЇ ВЗАЄМОДІЇ.....	136
О. В. Іваскевич НАСТІЛЬНО-РОЛЬОВІ ІГРИ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ІНСТРУМЕНТ РОЗВИТКУ АДАПТИВНОСТІ У ЛЮДЕЙ, ЩО ПЕРЕЖИЛИ ТРАВМУЮЧІ ПОДІЇ.....	138
В. П. Кутішченко, О. О. Немикіна ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ КРИЗИ СЕРЕДИНИ ЖИТТЯ У ЦИВІЛЬНИХ ЧОЛОВІКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.....	140
В. П. Кутішченко, М. Д. Соколовська ПРОБЛЕМА ЧИННИКІВ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ СТУДЕНТІВ В СУЧАСНИХ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ.....	142

В. А. Литвиненко, Ю. В. Нечваль

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ОПИСОВОГО МОВЛЕННЯ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ МЕТОДОМ МНЕМОТЕХНІКИ.....143

В. В. Лях

ДО ПИТАННЯ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ Й ІНТЕГРАЦІЇ ВПО.....145

Л.І. Матвієнко

ДО ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ З РОЗВИТКУ БАТЬКІВСЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЩОДО ПОДОЛАННЯ НАСЛІДКІВ СТРЕСУ У ДІТЕЙ....147

І.С. Нохріна

МЕНТОРСТВО ЯК ІНСТРУМЕНТ СПРИЯННЯ СОЦІАЛЬНОГО УСПІХУ.....149

У. О. Пчолкіна

СОЦІАЛЬНА ІНТЕГРАЦІЯ ЛЮДЕЙ З ІНВАЛІДНІСТЮ: ВИКЛИКИ СУЧАСНОСТІ.....151

О. П. Сергєєнкова, Ю. Г. Струнгар

ВПЛИВ ЗМІ НА СПРИЙНЯТТЯ ОСОБИСТІСТЮ КРИЗОВИХ ПОДІЙ.....152

Т. В. Скрипник, К. О. Москалюк

СУТНІСТЬ ПАРТНЕРСЬКОЇ ВЗАЄМОДІЇ МІЖ УЧАСНИКАМИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ.....154

О. А. Сорокіна, Т. С. Рубчинська

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ В УМОВАХ ІНКЛЮЗИВНОГО НАВЧАННЯ В ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ.....155

О. Р. Ткачишина, К. В. Кабай

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВІВ БУЛІНГУ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ ЗАКЛАДІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ.....158

В. Улибін

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ДІЯЛЬНОСТІ ЖУРНАЛІСТА У КОНТЕКСТІ РОБОТИ З ЖЕРТВАМИ ВОЄННИХ ЗЛОЧИНІВ.....159

Є. Ю. Юрєвич

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ МОТИВАЦІЇ ДО РОЗВИТКУ.....161

СЕКТОРАЛЬНА ДИСКУСІЯ 1

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНЕ МОДЕЛЮВАННЯ ДОПОМОГИ ОСОБИСТОСТІ

А. Д. Васильєв, м. Київ,
myicetoby@gmail.com

ПЕРСПЕКТИВИ ЗАСТОСУВАННЯ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ ПОДОЛАННІ РОЗЛАДУ СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОГИ

Соціальна тривога у широкому розумінні визначається дослідниками як дезадаптивні стійкі прояви тривоги, що пов'язані із соціальною діяльністю особистості. Відповідно, прояви розладу соціальної тривоги (Social Anxiety Disorder, SAD) суттєво обмежують продуктивність соціальної адаптації, що виявляється у зниженні якості життя, та професійній нереалізованості. Вказані «соціальні дисфункції» індивідуального рівня в умовах глобалізаційної пандемії ментальних порушень загрожують суттєвому зростанню соціальних витрат, а також браку ресурсів медичної допомоги [2]. Відтак, в період воєнного часу, впровадження практик подолання відповідних дезадаптивних тенденцій є значущою складовою психосоціального супроводу населення.

Варто зауважити, що низка дослідницьких робіт утверджує ідею перетину таких нозологій, як розлад соціальної тривоги, унікаючий розлад особистості, тривожно-фобічних компонентів соціального спрямування та ін., що є продовженнями єдиного спектру симптомів. Відповідно, результати досліджень втручань спрямованих на подолання розладу соціальної тривоги водночас можуть слугувати основою для розв'язання ключових проблем низки асоційованих ментальних проблем. Високу ефективність у подоланні тривожно- фобічних проявів, асоційованих із соціальною залученістю, виявляють практики когнітивно-поведінкової терапії. Зокрема, згідно з результатами мета-аналізу рандомізованих контрольованих випробувань, що було реалізовано Р. Кіндред та ін., через рік після завершення когнітивно-поведінкової терапії зберігалася позитивна динаміка щодо проявів соціальної тривоги та асоційованих характеристик [5]. Ці результати відповідають попереднім висновкам Фогарті та ін. щодо довгострокової стійкості результатів групової практики терапії [4]. Також значущих розмірів ефекту було досягнуто у зменшенні симптомів соціальної тривоги при використанні дистанційних технологій консультування [3].

Ефективність когнітивно-поведінкової терапії щодо соціального тривожного розладу можемо пояснити через основоположні стратегії втручань. Передусім, це внесок традиції експозиційної терапії, що передбачає поступове залучення особи до соціальних ситуацій. Помірне та поступальне зіткнення з потенційно фобогенними стимулами надає можливість особистості до десенсибілізації. Таким чином, звичний алгоритм уникнення загрози поступово замінюється новим - алгоритмом стійкого зіткнення. К. Широцукі та С. Нода натомість вважають наріжним каменем подолання соціальної тривоги когнітивну реструктуризацію моделей соціальних інтеракцій [7]. У цьому контексті десенсибілізація

відбувається на рівні мисленнєвих моделей. На противагу експериментальному підходу, у цьому контексті відбувається формування нових моделей поведінки у сукупності суджень та атитюдів. При цьому, когнітивно-поведінкова практика видається перспективною з огляду на збереження значущого розміру ефекту за умови, що послуги надавали фахівці на етапі психотерапевтичної практики, як зазначає у своїй роботі Н. Моріна та ін. [6]. Таким чином, зважаючи на суттєвий суспільний запит звернення за допомогою в умовах війни, когнітивно-поведінковий підхід може забезпечити молодих спеціалістів необхідними стандартизованими методами допомоги. У цьому контексті протокол убезпечує як клієнта, так і фахівця, що сприяє інтеграції відповідних практик у регульованому процесі надання допомоги [1].

Тож, наразі наявні докази ефективності когнітивно-поведінкової терапії у подоланні розладу соціальної тривоги, що підтверджено низкою рандомізованих випробувань. Зокрема, стійка довготривала позитивна динаміка підтверджує цінність цього підходу для психотерапії розладу. Водночас, актуальними питаннями лишається дослідження та адаптація метод роботи в українському соціокультурному контексті.

Список використаних джерел:

1. Cognitive Behavioral Therapy for Social Anxiety Disorder: Predictors of Treatment Outcome in a Quasi-Naturalistic Setting / R. M. Butler et al. *Behavior Therapy*. 2020. URL: <https://doi.org/10.1016/j.beth.2020.06.002> (date of access: 30.09.2024).
2. Cost-effectiveness of Internet-based cognitive behavior therapy vs. cognitive behavioral group therapy for social anxiety disorder: Results from a randomized controlled trial / E. Hedman et al. *Behaviour Research and Therapy*. 2011. Vol. 49, no. 11. P. 729-736. URL: <https://doi.org/10.1016/j.brat.2011.07.009> (date of access: 30.09.2024).
3. Effectiveness of Internet-based cognitive-behavior therapy for social anxiety disorder in clinical psychiatry. / S. El Alaoui et al. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 2015. Vol. 83, no. 5. P. 902-914. URL: <https://doi.org/10.1037/a0039198> (date of access: 30.09.2024).
4. Fogarty C., Hevey D., McCarthy O. Effectiveness of cognitive behavioural group therapy for social anxiety disorder: long-term benefits and aftercare. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*. 2019. Vol. 47, no. 5. P. 501-513. URL: <https://doi.org/10.1017/s1352465819000079> (date of access: 30.09.2024).
5. Kindred R., Bates G. W., McBride N. L. Long-term Outcomes of Cognitive Behavioural Therapy for Social Anxiety Disorder: A Meta-analysis of Randomised Controlled Trials. *Journal of Anxiety Disorders*. 2022. P. 102640. URL: <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2022.102640> (date of access: 30.09.2024).
6. The effectiveness of cognitive behavioral therapy for social anxiety disorder in routine clinical practice / N. Morina et al. *Clinical Psychology & Psychotherapy*. 2022. URL: <https://doi.org/10.1002/cpp.2799> (date of access: 30.09.2024).

7. Shirotzuki K., Noda S. Cognitive behavior therapy and mindfulness-based intervention for social anxiety disorder. *Anxiety Disorder-From Childhood to Adulthood*. 2018. URL: <http://doi.org/10.5772/intechopen.79345> (date of access: 30.09.2024).

Г. І. Васильєва м. Київ,
h.vasylieva@kubg.edu.ua

К. О. Сінько м. Київ,
kokordolevska.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЗВ'ЯЗНОГО МОВЛЕННЯ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З МОВЛЕННЄВИМИ ТРУДНОЩАМИ ЗАСОБАМИ ІГРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ

Мовленнєвий розвиток дитини є ключовою умовою формування її особистості в дошкільному віці. Різні порушення психофізичного розвитку ускладнюють комунікацію дитини, негативно впливають на її інтелектуальну діяльність, змінюють емоційну сферу, обмежують засвоєння понять, а також суттєво знижують мовленнєву активність. Наявні у дитини мовленнєві психоемоційні труднощі значно загострюються, коли вона внаслідок воєнних дій стикається з різними психотравмуючими ситуаціями. У зв'язку з цим виникає необхідність впровадження нетрадиційних та інноваційних підходів для розвитку мовлення у дітей з функціональними труднощами. Це, в першу чергу, допоможе нормалізувати психо-емоційний стан дитини та сприятиме підвищенню рівня її мовленнєвого розвитку.

А. Богуш, Г. Ващенко та інші вітчизняні науковці акцентують увагу на використанні дидактичної гри в освітньому процесі дітей старшого дошкільного віку як ефективного методу розвитку зв'язного, граматично правильного діалогічного та монологічного мовлення [1, с. 123; 2, с. 85]. Василь Сухомлинський писав: «У грі розкривається перед дітьми світ, розкриваються творчі можливості особистості. Без гри немає і не може бути повноцінного розумового розвитку...»

Разом з тим, аналіз наукових досліджень показав, що проблема розвитку зв'язного мовлення дітей старшого дошкільного віку з мовленнєвими труднощами засобом дидактичної гри вивчена недостатньо.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці ефективності використання комплексу дидактичних ігор для розвитку зв'язного мовлення у дітей старшого дошкільного віку з мовленнєвими труднощами.

Виклад основного матеріалу. Проблема розвитку зв'язного мовлення у дітей старшого дошкільного віку з мовленнєвими труднощами є актуальною в сучасній педагогіці. Завдяки мовленнєвій діяльності дитина здатна чути та розуміти оточуючих, спілкуватися, бути прийнятою та активно брати участь у грі, яка є провідною в даному віковому періоді. У зв'язку з тим, що дошкільний вік є надзвичайно важливим для розвитку мовлення, це накладає неабияку відповідальність на педагогів, які працюють з дітьми. Розвиток мовлення передбачає комплексну роботу над усіма його аспектами: фонетикою, лексикою, граматиною, а також над розвитком діалогічних та монологічних навичок.

Педагоги повинні створити умови для успішного розвитку мовлення та пошуку найефективніших методів виховання мовленнєвої особистості. Дидактичні ігри розглядають як сучасну технологію, яка позитивно впливає на формування та розвиток зв'язного мовлення дітей старшого дошкільного віку.

Дослідження проводилося на базі Інклюзивно-ресурсного центру Коростишівської міської ради. В ньому брали участь діти старшого дошкільного віку 6-7 років, дві групи по 14 дітей, контрольна група - діти з нормальним мовленнєвим розвитком та експериментальна група - діти з мовленнєвими труднощами. На констатувальному етапі педагогічного експерименту ми визначили рівень розвитку зв'язного мовлення дітей старшого дошкільного віку. За допомогою діагностичних завдань, розроблених Н. Гузеєвою [3, с. 112], помітили, що не всі діти можуть скласти граматично правильні та змістовні речення. Використання в роботі дидактичних ігор, спрямованих на розвиток усіх сторін мовлення, розроблений нами комплекс ігор у вигляді календарнотематичного планування роботи із використанням дидактичних ігор різної спрямованості у розвитку зв'язного мовлення, план роботи з батьками, застосування розвивальної гри «Активіті» допомогли підвищити результат в експериментальній групі на 25 - 30%. У контрольних групах після проведеної роботи з дітьми також спостерігається незначне збільшення рівня розвитку зв'язного мовлення. Це свідчить про те, що використання дидактичних ігор в освітньому процесі сприяє розвитку зв'язного мовлення у дітей старшого дошкільного віку. На основі результатів дослідження розробили методичні рекомендації, які містять ефективні прийоми та методи з навчання дітей переказу, складання розповіді за серією сюжетних картинок, складання оповідань-загадок тощо. Запропоновані прийоми сприяють підвищенню рівня мовленнєвого розвитку дітей, формуванню умінь вербалізації вироблених дій та окремих видів діяльності у формі розгорнутих зв'язних висловлювань.

Таким чином, використання ігрових технологій у розвитку зв'язного мовлення є ефективним засобом корекційної роботи з дітьми старшого дошкільного віку з мовленнєвими труднощами. Проведені дослідження підтвердили позитивну динаміку у мовленнєвій активності, збільшення кількості складних речень, покращення загальної комунікативної компетентності дітей та їх емоційного стану.

Список використаних джерел

1. Богуш А. Теорія і методика розвитку мовлення дітей раннього та дошкільного віку: навч. посібник. Київ: Видавничий дім «Слово», 2005. 123 с.
2. Ващенко Г. Сучасні тенденції виховання дітей: посібник для педагогів та батьків. Київ: Видавничий дім «Освіта», 2022. 45.с.
3. Гузеєва Н. Діагностика мовленнєвого розвитку дітей дошкільного віку: метод. посібник. Київ: Видавництво «Ранок», 2012. 112 с.

**Н. Д. Вінник, м. Київ,
n.vinnyk@kubg.edu.ua**
**В. В. Бабенко, м. Київ,
vvbabenko.fpsrso23m@kubg.edu.ua**

ДО ПИТАННЯ ФРУСТРАЦІЇ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ

Сучасна ситуація в нашій країні є невичерпним джерелом стресових, критичних фрустраційних ситуацій. Українці вже три роки живуть в умовах повномасштабного вторгнення росії на територію України. Війна впливає абсолютно на всі сфери нашого життя, завдаючи непоправної шкоди, у тому числі і нашому психічному здоров'ю. Проблема психоемоційному напруженню і необхідності його подолання стає ще більш актуальною у зв'язку впливу численних фрустраційних факторів, як соціального та особистісного характеру, зокрема педагога. Адже, сфера професійних обов'язків педагога постійно піддається психологічному та емоційному навантаженню. Часто це супроводжується зниженням психологічних резервів організму, що призводить до порушення життєдіяльності та несприятливих особистісних змін, які, в свою чергу, негативно впливають на здоров'я, працездатність і стосунки з оточуючими.

Фрустрація - це явище, що розглядалося з різних дослідницьких позицій представниками різних підходів. Дана проблематика успішно висвітлена у низці досліджень науковців. Проблематику фрустрації висвітлили: З. Фрейд, У. Мак-Дуголл, Д. Доллард, Д. Миллер, А. Бандура, А.Бертковиц, К. Лоренц і інші.

Проблему впливу психічно напружених ситуацій, емоційних чинників на формування особистісних характеристик, а також на продуктивність діяльності суб'єкта розробляли такі психологи, як В.Моляко, Л.Мітіна, Н.Наєнко, Т.Немчин, Е.Носенко, В.Семиченко, В.Чернобровкін та ін.

Необхідність вивчення психічних проявів фрустрації та чинників, що призводять до виникнення фрустрації в педагогічній сфері, зумовлена дезорієнтуючим впливом фрустраційних ситуацій на весь спектр професійних обов'язків педагога. Проведене нами дослідження дозволило виявити рівні особистісної та соціальної фрустрації педагогів.

За допомогою методики експрес-діагностики рівнів особистісної фрустрації ми виявили, що 25,1% педагогів мають низький рівень особистісної фрустрації і, 42,8% - середній рівень і 32,1% - високий рівень. Високий рівень особистісної фрустрації у вихователів характеризується міжособистісним зривом, проявом негативних емоційних переживань та почуттям відчуження.

За методикою діагностики соціальної фрустрації виявлено дуже високий і підвищений рівень соціальної фрустрації серед освітян (21,4%), що свідчить про неадекватне ставлення до соціуму, низький рівень комунікативної взаємодії, невміння будувати стосунки з колегами та батьками, професійну незадоволеність своїм вибором та низький рівень особистісного розвитку. 67,8% респондентів також продемонстрували стійку тенденцію до фрустрації (неможливість задовольнити власні потреби).

З іншого боку, 10,8% мають низький рівень фрустрації. Ці люди здатні переживати невдачі, провали, дискомфорт і будь-яку ситуацію, коли очікування не

виправдовуються, без прикроців і депресії.

Визначено, що на виникнення та розвиток фрустрації вихователів впливають різноманітні фактори. Так, на першому місці стоять причини високої напруженості професійної діяльності педагога, зумовленої її специфікою, матеріальною незабезпеченістю, зниженням престижу кваліфікованої освіти, страхом втратити роботу, невпевненості у майбутньому, тощо.

Висновок. Отже, фрустрація - це психічний стан, що виражається в характерних особливостях переживання і поведінки, що викликаний об'єктивно нездоланими (або суб'єктивно зрозумілими) труднощами, які виникають у процесі досягнення цілей або вирішення проблем.

Фрустрація надає професійній діяльності вихователя дезорганізованого характеру. Аналіз даних експериментальних досліджень показує, що фрустрація негативно впливає як на процес міжособистісної взаємодії в усіх сферах професійної діяльності, так і на загальне самопочуття педагогів. Іншими словами, тривалий вплив фрустраційних чинників у кризових ситуаціях сприяє формуванню психоемоційного напруження у педагогів.

Список використаних джерел:

1. Войтович М. В., Завадська Т. В. Аналіз професійної життєстійкості вихователів дитячих навчальних закладів Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Том. V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. 2020. Вип. 20. С. 8-17
2. Заїка І. В. Психологічні умови подолання особистісної напруженості персоналу освітніх організацій. - Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису. Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.10 - організаційна психологія; економічна психологія. - Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. - Київ, 2020.346с.
3. Кириленко Т. С. Психологія: емоційна сфера особистості: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл.. Київ: Либідь, 2007. 256с.
4. Мул С. Фрустрація як проблема психічного стану особистості. Збірник наукових праць Національної академії державної прикордонної служби України. Серія: психологічні науки. № 1(12), 2019, с.193-202

Н. Д. Вінник, м. Київ,
n.vinnyk@kubg.edu.ua

Т. Є. Кременська, м. Київ,
tykreminska.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА ВИБІР ОСОБИСТІСТЮ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У ЖИТТЄВИХ КРИЗАХ

В умовах сучасного світу, де постійні зміни, невизначеність і життєві кризи є невід'ємною частиною життя, це підкреслює важливість здатності ефективно долати життєві труднощі. Під час реакції на стрес та вибору копінг-стратегій люди

використовують різні внутрішні та зовнішні ресурси, серед яких значущу роль відіграє емоційний інтелект, який дозволяє людям бути більш усвідомленими у виборі стратегій подолання стресу, допомагає знижувати рівень негативних емоцій і приймати конструктивні рішення у складних ситуаціях. Це підкреслює його роль у виборі адаптивних копінг- стратегій, які спрямовані на вирішення проблем та зменшення емоційного дискомфорту.

Метою роботи є теоретично проаналізувати та емпірично дослідити особливості впливу емоційного інтелекту на вибір особистістю копінг- стратегій у життєвих кризах.

В результаті дослідження були встановлені зв'язки між рівнем емоційного інтелекту та обраними копінг-стратегіями. Аналіз даних показав наявність статистично значущого позитивного зв'язку між рівнем емоційного інтелекту та проблемно-орієнтованою копінг-поведінкою ($r = 0,602$, $p < 0,001$). Це вказує на те, що особи з вищим рівнем емоційного інтелекту схильні обирати конструктивні стратегії подолання стресу, зокрема орієнтовані на вирішення проблем. Крім того, було виявлено негативну кореляцію між емоційним інтелектом та емоційно-орієнтованою копінг-поведінкою ($r = -0,348$, $p = 0,055$). Це може відображати те, що особи з нижчим рівнем емоційного інтелекту більш схильні використовувати стратегії, спрямовані на самозвинувачення за зволікання у вирішенні проблем та критикування себе за надмірну емоційну реакцію а більше зосереджуються на вирішенні проблем. Цей висновок узгоджується з результатами досліджень [2;

3], які також демонструють позитивну кореляцію між емоційним інтелектом і адаптивними копінг-стратегіями.

Під час вивчення теоретичних матеріалів була акцентована увага на українське дослідження [1] взаємозв'язку емоційного інтелекту та рівнем життєстійкості. Зокрема, воно демонструє, як емоційний інтелект впливає на адаптацію особистості в стресових ситуаціях. Значуща позитивна кореляція, виявлена в моєму дослідженні, підтверджує ці висновки, оскільки було встановлено зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та показниками залученості ($r = 0,601$, $p < 0,001$), контролю ($r = 0,603$, $p < 0,001$) та прийняттям ризику ($r = 0,497$, $p = 0,004$). Це вказує на тенденцію, що особи з високим рівнем емоційного інтелекту демонструють більшу готовність брати на себе відповідальність і активно залучатися у вирішення стресових ситуацій, а також не бояться ризикувати для досягнення позитивних результатів.

Таким чином, результатом дослідження маємо, що високий рівень емоційного інтелекту сприяє використанню адаптивних копінг-стратегій, зокрема тих, що спрямовані на вирішення проблем у життєвих кризах. Це підкреслює важливість розвитку емоційного інтелекту для ефективного подолання життєвих криз та покращення психологічної адаптації.

Список використаних джерел:

1. Грисенко Н. В., Фролова Н. В. Роль емоційного інтелекту в успішному подоланні життєвої кризи у внутрішньо переміщених осіб. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки. 2017. Вип. 1. Т. 1. С. 49-57.
2. Кас'янова С. Б. Емоційний інтелект та особистісні ресурси подолання

складних життєвих ситуацій. Посттравматичний стрес: дорослі, діти та родини в ситуаціях війни. 2018. Т. 1. С. 357-372.

3. Zhylin M., Malysh V., Mendelo V., Potapiuk L., Halahan V. The impact of emotional intelligence on coping strategies for psychological trauma. *Environment and Social Psychology*. 2024. Vol. 9. Issue 7. P. 1-12.

Н. Д. Вінник, м. Київ,
n.vinnyk@kubg.edu.ua

О. В. Майбоженко, м. Київ,
ovmaibozhenko.fpsrso23m@kubg.edu.ua

РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПОДОЛАННЯ КРИЗИ ДІТЬМИ 6-7 РОКІВ ЗА ДОПОМОГОЮ КАЗКОТЕРАПІЇ

Психічне здоров'я нації залежить від того, наскільки сьогодні зможемо забезпечити дитині психологічний комфорт, створити умови фізичного, духовного та соціального благополуччя. Особливо важливо це для дитини, яка переживає кризу, зокрема в дошкільному віці [1].

Відомо, що криза у віці 6-7 років - явище тимчасове, і при правильному поведженні дорослих супутні явища проходять. У такому випадку великого значення набуває обізнаність вчителів і батьків з психологічних особливостей дітей молодшого шкільного віку, а також ознайомлення з детальними психолого-педагогічними характеристиками дітей. Одним з найбільш ефективних методів подолання кризи у дітей 6-7 років є використання казкотерапії, оскільки саме казкотерапія дозволяє дітям позбутися комплексів, знайти вихід зі складних ситуацій, не втратити стійкість духу і віру в добро [2].

У наукових напрацюваннях зарубіжних вчених, серед яких З. Фрейд, Е. Фромм, М.- Л. фон Франц, К. Юнг та ін. була розроблена методологія сучасної казкотерапії. Зокрема, на думку К. Юнга, казки значно полегшують процес індивідуалізації саморозвитку особистості, в основі якого лежить встановлення зрілого балансу між несвідомим і свідомим «Я».

Серед українських науковців, які ґрунтовно вивчали теоретичний і практичний аспект роботи з казкою, форми і методики її впровадження в індивідуальну та групову роботу можна виділити роботи М. Замелюк, С. Міліщук, М. Заброцького, О. Мартиненко, Р. Ткача. Також психологи досліджували психічне здоров'я молодших школярів в аспекті проблеми дезадаптації (Л. Гармаш, Н. Коцур, О. Мартиненкота ін.). Отже, актуальність досліджуваної теми не викликає сумнівів, особливо в реаліях сучасного життя. Мета нашого дослідження: емпірично визначити ефективність казкотерапії як методу подолання кризи у дітей 6-7 років.

Результати експериментального дослідження показали, що більшість досліджуваних корекційної групи виявляла якісні зрушення щодо прояву показників сформованості емпатії, емоційності та доброзичливості, особливості яких проявлялися в поведінці дітей (Табл. 1).

Таблиця 1. Розподіл респондентів за рівнем психоемоційного стану
(методика «Чарівна країна почуттів»)

Негативи і емоції	Параметри, (%)									
	Голова		Тулуб		Руки		Стегна		Ноги	
	До	Після	До	Після	До	Після	До	Після	До	Після
Злість	15	5	19	2	27	0	30	5	32	0
Страх	24	0	29	5	22	0	19	5	34	10
Образа	32	0	38	8	19	7	21	0	38	5
Провина	37	0	21	5	4	2	11	0	25	0

Все це уможливило надати рекомендації щодо використання психотехнік:

Релаксаційні техніки (після читання казки можна провести короткі релаксаційні вправи, щоб допомогти дітям заспокоїтися).

Образні вправи (варто запропонувати дітям уявити себе на місці героя і подумати, як би вони почувалися і що б робили).

Вправи на зміцнення впевненості (слід використовувати казки для створення ситуацій в яких діти зможуть відчувати себе впевненими та успішними).

Використовуйте ситуації з казок для навчання дитини життєвим навичкам, таким як взаємодія з однолітками, подолання страхів і невпевненості.

Отже, казкотерапія може бути ефективним інструментом для подолання кризових ситуацій у дітей, надаючи їм емоційну підтримку і можливість навчитися справлятися з труднощами через позитивний приклад казкових героїв. А позитивними особистісними активами дитини на даному етапі розвитку є формування нового рівня самосвідомості, прагнення до незалежності, розвиток активності і вольових якостей, становлення дитини як дорослого.

Список використаних джерел:

1. Бурчик О. Групова казкотерапія в особистісно орієнтованому вихованні дітей. Вісник Житомирського державного університету ім. Івана Франка, 2015. Вип. 25. С. 203-205.
2. Василевська О. І. Психічне здоров'я особистості та його підтримка засобами казкотерапії. Науковий вісник Херсонського державного університету. Сер. Психологічні науки, 2017. Вип. 1 (2). С. 29-34.
3. Вінник Н.Д., Губенко Я.С. Індивідуальна адаптаційна реакція на стрес: теоретичний аспект. XXI International scientific and practical conference «Scientific Achievements and Innovations as a Way to Success» (May 1-3, 2024) Vilnius, Lithuania. International Scientific Unity, 2024. С. 214-216

Н. Д. Вінник, м. Київ,
n.vinnyk@kubg.edu.ua
 М. Г. Плакса, м. Київ,
mhplaksa.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ПРОБЛЕМИ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ТРИВОЖНОСТІ ПІДЛІТКІВ ТА МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕННЯ В НАВЧАННІ

В умовах воєнного стану в Україні підлітки стикаються з додатковими стресорами: невизначеність, постійна загроза життю, соціальна нестабільність. Це призводить до підвищення рівня тривожності, яка може дезорганізувати навчальний процес. Підлітки в умовах воєнного стану потребують посиленої психологічної підтримки для зниження рівня тривоги та адаптації до нових умов життя і навчання.

Проблема виникнення, прояву та впливу тривожності підлітків на досягнення успіхів у навчанні викликали інтерес у багатьох вітчизняних та зарубіжних науковців, зокрема, З. Фройд, А. Адлер, К. Еріксон, К. Хорні, Ю.°Ханін, Ч. Спілбергер, Р. Лазарус та інші. Значний внесок у вивчення впливу тривожності учнів на навчальну діяльність здійснили сучасні українські дослідники: К. Полударова, О. Царькова, О. Новікова, Т. Титаренко, Л. Помиткіна, М. Полухіна, А. Татяниченко, О. Шатковська, О. Кушнір.

Проте особливості впливу воєнного стану на вищезазначені проблеми не мають комплексного дослідження. Тому ми вважаємо, що вивчення впливу тривожності підлітків на мотивацію досягнення успіху у навчанні в умовах війни є важливим дослідницьким завданням сучасної психології.

Розглянемо деякі аспекти цих понять. “Тривожність - це стан доцільного підготовчого підвищення сенсорної уваги і моторного напруження в ситуації можливої небезпеки, що зумовлює відповідну реакцію на страх” [4, с.551].

Також нам імponує думка М.-Л. Чепи, що тривожність - це індивідуальна властивість особи, риса характеру, що проявляється схильністю до надмірного хвилювання, стану тривоги у ситуаціях, які загрожують, на думку цієї особи, неприємностями, невдачами тощо [3].

Тобто тривожність ми розглядали з двох аспектів: як емоційний стан, або рису особистості, що проявляються як відповідь на реальні чи уявні загрози. Вона може мати адаптивну (мобілізуючу) або дезорганізуючу функцію.

Щодо мотивації досягнення успіху - вона є внутрішнім спонукальним чинником, що визначає прагнення підлітка до високих результатів у навчанні, що спонукає до захоплення, вибору складних завдань, пошуку рішень. Вона формується на основі самооцінки, очікувань успіху та соціальної підтримки.

С. Занюк зауважує: “Мотивація досягнення - це прагнення успіху (високих результатів) у діяльності” [1, с.94].

Емпіричний аналіз нашого дослідження показав, що високий рівень мотивації дозволяє підліткам долати труднощі в навчанні, зосереджуватися на досягненні цілей і знижувати рівень тривожності. Проте надмірний страх невдачі може посилювати тривожність, що перешкоджає продуктивній діяльності.

Існує тісний взаємозв'язок між тривожністю та мотивацією досягнення.

Підлітки з високою мотивацією досягнення успіху, як правило, менше піддаються дезорганізуючому впливу тривоги, оскільки їхня увага зосереджена на досягненні результатів. Водночас підлітки, у яких переважає мотив уникнення невдач, частіше страждають від підвищеної тривожності, що негативно впливає на їхні навчальні результати. Важливим фактором є баланс між мотивацією до успіху та страхом невдачі.

Результати дослідження дозволили зробити висновки та надати наступні рекомендації:

Школи відіграють важливу роль у створенні сприятливого психологічного середовища, що допомагає підліткам долати тривожність і зберігати мотивацію до навчання в складних умовах. Важливо впроваджувати програми психологічної підтримки, адаптовані до потреб підлітків, зокрема тренінги емоційної стійкості, інтерактивні методики навчання та використання ігрових елементів.

Викладачам слід зосередитися на створенні безпечного середовища, де учні можуть висловлювати свої переживання і отримувати емоційну підтримку.

Для підвищення ефективності навчального процесу підліткам необхідна позитивна підтримка як з боку батьків, так і вчителів. Їм слід допомагати розвивати впевненість у своїх силах підлітків, ставити реалістичні цілі та поступово підвищувати їхній рівень мотивації.

Ефективне управління тривожністю може досягатися через впровадження в навчальний процес елементів психотерапії, психодрами, тренінгів з комунікативних навичок та особистісного розвитку. Це сприятиме не лише зниженню рівня тривоги, але й підвищенню мотивації до навчання.

Особистісна рефлексія є важливим інструментом для подолання тривожних станів. Підлітки, які вмюють аналізувати свої емоції та причини тривоги, здатні краще справлятися зі стресом і підтримувати високий рівень мотивації.

Формування адекватної самооцінки в підлітковому віці допомагає знизити рівень особистісної тривожності та сприяє розвитку впевненості в собі, що важливо для успішного навчання.

Список використаних джерел

4. Занюк С. С. Психологія мотивації та емоцій / С. С. Занюк. - Луцьк : ВДУ, 1997. - 180 с.
5. Сергеєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасека О. В. Загальна психологія. Навч. посіб. - К.: Центр учбової літератури, 2012. - 296 с.
6. Українська психологічна термінологія: словник-довідник [за ред. М.-Л. А. Чепи]. - К.: ДП "Інформаційно-аналітичне агенство", 2010. - 302 с.
7. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. / [Електронний ресурс]. - Х.: Прапор, 2007. - 640 с. - Режим доступу: <https://library.udpu.edu.ua/library/files/427530.pdf>

Н. Д. Вінник, м. Київ,
n.vinnyk@kubg.edu.ua
М. Г. Плакса, м. Київ,
mhplaksa.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ ПІДЛІТКІВ НА МОТИВАЦІЮ ДОСЯГНЕННЯ УСПІХУ В НАВЧАННІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

“Тривожність - це стан доцільного підготовчого підвищення сенсорної уваги і моторного напруження в ситуації можливої небезпеки, що зумовлює відповідну реакцію на страх.” (Шапар В. Б.) [4, с.551]

“Тривожність - це індивідуальна властивість особи, риса характеру, що проявляється схильністю до надмірного хвилювання, стану тривоги у ситуаціях, які загрожують, на думку цієї особи, неприємностями, невдачами тощо” (М.-Л. А. Чепан) [3]

Тобто тривожність ми розглядали з двох аспектів: як емоційний стан або рису особистості, що проявляється як відповідь на реальні чи уявні загрози. Вона може мати адаптивну (мобілізує) або дезорганізуючу функцію.

Важливо розрізняти ситуативну тривожність, яка виникає як реакція на певну ситуацію, та особистісну тривожність, що є стійкою характеристикою людини і проявляється в різних життєвих обставинах.

Ситуативна тривожність може бути корисною у невеликих дозах, стимулюючи діяльність, але надмірна тривожність блокує когнітивні процеси та знижує ефективність навчання.

Особистісна тривожність формується в дитинстві і є результатом соціальних та психологічних факторів, таких як відсутність підтримки, стрес чи невдачі у ранньому віці.

Підлітковий вік є періодом інтенсивного психологічного розвитку. Формування особистості в цей період супроводжується підвищеною чутливістю до соціальних оцінок та змінами самооцінки.

Почуття дорослості є центральним особистісним новоутворенням підліткового віку, що проявляється у прагненні до самостійності у прийнятті рішень та у відстоюванні власної індивідуальності.

Емоційна нестабільність і перепади настрою є типовими для підлітків через фізіологічні та гормональні зміни. Це підвищує їхню вразливість до тривожних станів.

“Мотивація досягнення - це прагнення успіху (високих результатів) у діяльності” (С. С. Занюк) [1, с.94]

Мотивація досягнення успіху є внутрішнім спонукальним чинником, що визначає прагнення підлітка до високих результатів у навчанні, що спонукає до захоплення, вибору складних завдань, пошуку рішень. Вона формується на основі самооцінки, очікувань успіху та соціальної підтримки.

Високий рівень мотивації дозволяє підліткам долати труднощі в навчанні, зосереджуватися на досягненні цілей і знижувати рівень тривожності. Проте надмірний страх невдачі може посилювати тривожність, що перешкоджає продуктивній діяльності.

Існує тісний взаємозв'язок між тривожністю та мотивацією досягнення. Підлітки з високою мотивацією досягнення успіху, як правило, менше піддаються дезорганізуючому впливу тривоги, оскільки їхня увага зосереджена на досягненні результатів.

Водночас підлітки, у яких переважає мотив уникнення невдач, частіше страждають від підвищеної тривожності, що негативно впливає на їхні навчальні результати. Важливим фактором є баланс між мотивацією до успіху та страхом невдачі.

Школи відіграють важливу роль у створенні сприятливого психологічного середовища, що допомагає підліткам долати тривожність і зберігати мотивацію до навчання в складних умовах.

Важливо впроваджувати програми психологічної підтримки, адаптовані до потреб підлітків, зокрема тренінги емоційної стійкості, інтерактивні методики навчання та використання ігрових елементів.

Викладачам слід зосередитися на створенні безпечного середовища, де учні можуть висловлювати свої переживання і отримувати емоційну підтримку.

Для підвищення ефективності навчального процесу підліткам необхідна позитивна підтримка як з боку батьків, так і вчителів. Їм слід допомагати розвивати впевненість у своїх силах, ставити реалістичні цілі та поступово підвищувати їхній рівень мотивації.

Ефективне управління тривожністю може досягатися через впровадження в навчальний процес елементів психотерапії, психодрами, тренінгів з комунікативних навичок та особистісного розвитку. Це сприятиме не лише зниженню рівня тривоги, але й підвищенню мотивації до навчання.

Особистісна рефлексія є важливим інструментом для подолання тривожних станів. Підлітки, які вміють аналізувати свої емоції та причини тривоги, здатні краще справлятися зі стресом і підтримувати високий рівень мотивації.

Формування адекватної самооцінки в підлітковому віці допомагає знизити рівень особистісної тривожності та сприяє розвитку впевненості в собі, що важливо для успішного навчання.

Список використаних джерел:

1. Занюк С. С. Психологія мотивації та емоцій / С. С. Занюк. - Луцьк : ВДУ, 1997. - 180 с.

2. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасека О. В. Загальна психологія. Навч. посіб. - К.: Центр учбової літератури, 2012. - 296 с.

Українська психологічна термінологія: словник-довідник [за ред. М.-Л. А. Чепи]. — К.: ДП "Інформаційно-аналітичне агенство", 2010. - 302 с.

3. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. / [Електронний ресурс]// — Х.: Прапор, 2007.— 640 с - Режим доступу: <https://library.udpu.edu.ua/library/files/427530.pdf>

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ДРУЖИНАМ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ

Повномасштабне вторгнення РФ в Україну зумовило необхідність захищати свою територію і державність понад 1 млн військовослужбовців. Їхні родини стикаються із численними специфічними стресорами, порівняно з родинами цивільних осіб, які підвищують їхню вразливість. До таких стресорів належать значне бойове навантаження на військових, тривала розлука з родинами, перерозподіл сімейних ролей та обов'язків, нестача емоційної та фізичної підтримки, психоемоційне виснаження членів сім'ї тощо.

Психологічна допомога - галузь практичного застосування психології, орієнтована на підвищення соціально-психологічної компетентності людей і надання психологічної допомоги як окремії людині, так і групі чи організації. Це безпосередня робота з людьми, спрямована на вирішення різного роду психологічних проблем, пов'язаних з труднощами в міжособистісних стосунках, а також глибинних особистісних проблем [1]. Види психологічної допомоги О.Ф. Бондаренко поділяє на: психологічне консультування; психологічну корекцію; кризові втручання (інтервенцію); психологічну реабілітацію; психологічний тренінг; психотерапію [1].

Психологи та психотерапевти підкреслюють, що типовими труднощами дружин військових нині є обмеження комунікації з чоловіками - військовослужбовцями, рольове перевантаження, необхідність самотужки виконувати сімейні обов'язки і виховувати дітей, відчуття самотності, нестача ресурсів, зокрема фізичних та емоційних. О. Журавльова вказує на можливі психоемоційні труднощі дружин демобілізованих (такі труднощі типові і для дружин військових у наш час - *I.B.*): виражене емоційне і фізичне напруження, тривога, дратівливість, втома, безсоння, розгубленість. Жінки відчувають виснаження через напруження і конфліктність у стосунках із чоловіками; їх турбує дефіцит навичок подолання незвичних життєвих негараздів; їм важко сприймати складнощі, що виникають, знаходити адекватні рішення [3]. Дружини учасників бойових дій є вразливою соціальною групою та потребують професійної психологічної підтримки.

Для пропрацювання зазначеного спектру переживань та подолання станів дружин військовослужбовців доцільним є психологічне консультування. У ньому виділяють щонайменше три основні підходи:

- ✓ проблемно-орієнтоване консультування, спрямоване на аналіз проблеми і ситуації, зовнішні причини її виникнення (доцільне у разі труднощів у взаємодії дружини з військовим, родичами, недостатнього розвитку життєвих навичок та ін.);
- ✓ особистісно-орієнтоване консультування, що передбачає аналіз особистісних детермінант виникнення проблеми у особи і роботу з ними (корисне у ситуаціях фізичного та емоційного виснаження, невизначеності, внутрішньої напруженості тощо);

- ✓ рішення-орієнтоване консультування, спрямоване на вирішення проблеми, пошук ресурсів і варіантів її вирішення (скажімо, у разі рольового перевантаження, труднощів у вихованні дітей, пошуку психологічних і соціальних ресурсів тощо).

Важливий напрям психологічної допомоги дружинам військовослужбовців - психоедукація. Її розглядають як освіту, що використовується з терапевтичною метою. Векторами психоедукації вважаємо такі: знання про стрес, механізми його виникнення і подолання стресу; резильєнтність як здатність відновлюватися після негативних подій і сильного стресу; психологічні ресурси і способи їх актуалізації; ПТСР та психологічні зміни в особистості та поведінці військового; прийоми налагодження ефективної комунікації з військовим; практики психологічної самопомоги; зміни в сімейній системі у зв'язку із службою члена родини у війську/його поверненням. Психоедукацію доцільно включати до індивідуальної та групової роботи з дружинами військовослужбовців.

Групова робота з такими жінками також може посилити їхній адаптаційний ресурс. Зокрема, українські психологи проводять групи підтримки для цієї категорії. На групах підтримки учасниці діляться своїми емоціями та переживаннями щодо себе і членів сім'ї, власних станів, обговорюють ситуації, виконують вправи на саморегуляцію, усвідомлення почуттів, думок, рефлексують, що сприяє відреагуванню емоцій, зниженню втоми, тривожності, дратівливості. Все це допомагає жінкам віднайти нові орієнтири, побачити сенс у буденності і труднощах, пережити драматичний досвід.

При наданні психологічної допомоги дружинам фахівцеві важливо використовувати стиль підтримуючого партнерського спілкування, характерний для гуманістичної психотерапії. Врахування потреб дружин військових, зокрема у прийнятті (себе, ситуації, невизначеності), розумінні, емпатії, людяному ставленні, а також визнання складнощів, з якими вони стикаються, стійкості жінок у боротьбі з ними стає основою для їх позитивного самоствалення, кращого розуміння себе, підвищення віри у свої сили.

Однією із ключових складових у допомозі дружинам бійців вважаємо створення мережі соціальної підтримки (друзів, рідних, на рівні громади і тд.), що сприятиме зниженню їхнього психологічного дискомфорту, негативних емоційних станів, розвитку здатності витримувати складні ситуації. Наразі в Україні діє ряд громадських організацій, діяльність яких спрямована, зокрема, на психологічну підтримку сімей військових.

Отже, психологічна допомога дружинам військовослужбовців включає ряд заходів, відіграє важливу роль у підтриманні їхнього психологічного здоров'я, підвищенні резильєнтності та задоволенні провідних потреб.

Список використаних джерел:

1. Бондаренко О.Ф. Психологічна допомога особистості: (Учб. посібник для студентів ст. курсів психол. фак. та від-нь ун-тів)/ О.Ф. Бондаренко. Харків: Фоліо, 1996. 237 с.
2. Буковська О.О. Психологічна допомога сім'ям військовослужбовців, які повертаються із зони бойових дій Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Психологічні науки. 2015 Вип. 128. С. 29-32.

3. Журавльова Н.Ю. Особливості вторинної травматизації в дружин ветеранів війни: орієнтири психологічної допомоги. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 2018. С. 124-151.

І. А. Власенко, м. Київ,
i.vlasenko@kubg.edu.ua
Н. І. Лобаненко, м. Київ,
nilobanenko.fpsrso23m@kubg.edu.ua

АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ПОДОЛАННЯ ЖИТТЄВИХ КРИЗ ЖІНОК - ВИМУШЕНИХ МІГРАНТОК

Кожна людина стикається з ситуаціями, що змінюють звичний хід її життя. Ці ситуації ставлять перед нею питання виживання в нових умовах і викликають переживання через те, що колишні стратегії більше не працюють, а нові ще не сформовані. Саме це сталося після початку повномасштабного вторгнення РФ в Україну 24 лютого 2022 року, що спричинило психологічні труднощі у більшості населення.

Збройна агресія, ракетні обстріли, економічні труднощі, погіршення епідеміологічної ситуації — усе це впливає на психологічний стан українців і може призвести до виникнення життєвої кризи. Кризи, спричинені війною, негативно відображаються на психічному здоров'ї людини та часто призводять до деструктивної поведінки.

Криза — це стан, що виникає внаслідок накопичення нерозв'язаних важливих проблем або подій, які призводять до втрати сенсу попереднього способу життя (Л. Вольнова). Її особливостями є відчуття неконтрольованості, невизначеність майбутнього, тривале страждання та відчуття небезпеки (Г. Перрі). Різні дослідники, такі як І. Бринза, Є. Варбан, Н. Родіна та інші, вивчали тему життєвих криз і виділяли різні способи реагування на них. За Т. Титаренко, становлення особистості супроводжується кризами, які пов'язані зі змінами в життєвих ролях, здоров'ї, стосунках і автономії.

Після вторгнення РФ мільйони українців, більшість з яких жінки і діти, стали вимушеними мігрантами. Станом на червень 2023 року за кордоном перебувало понад 8 мільйонів українців, а внутрішньо переміщеними особами офіційно зареєстровано понад 3,6 мільйона. Вимушені мігранти — це ті, хто через надзвичайні обставини змушений покинути своє звичне місце проживання.

Було проведено емпіричне дослідження, що мало метою визначити психологічні особливості переживання життєвих криз у вимушених мігранток. Для цього використовували методику О. Штепи «Опитувальник психологічної ресурсності особистості» та опитування «Специфіка переживання життєвої кризи». У дослідженні взяли участь 54 жінки, віком від 26 до 46 років, з них 55,6% заміжні, зокрема 46,3% внутрішньо переміщені особи, решта - зовнішньо переміщені особи. Дані збирали через Google Forms, що забезпечило анонімність та точність збору даних.

Результати опитування «Специфіка переживання життєвої кризи» були

такими: понад третина опитаних визнали у себе наявність життєвої кризи (37%), 46% опитаних вказали на вираженість показників кризи. У респонденток відзначались проблеми зі сном (у 40% опитаних часто, у 55% - іноді), відчуття втоми без видимих причин (у 63% - доволі часто, у 24% - іноді), відчуття тривоги (у 48% опитаних часто, у 33% - іноді), Більшість респонденток (74%) вказали, що мають загострення хронічних хвороб на тлі проживання поза домом.

Підкреслимо, що значна частина опитаних (75,5%) визнали, що не задоволені своїм життям через війну, фінансові труднощі та інші фактори. Виявлено, що 22,2% опитаних жінок працюють із психологом, при цьому 57,4% мають постійну підтримку від родичів та друзів.

Згідно із отриманими результатами за методикою О. Штепи «Опитувальник психологічної ресурсності особистості», визначено доволі високі показники таких ресурсів опитаних, як допомога іншим, знання власних ресурсів, доброта до людей та робота над собою. Нижчими є показники таких ресурсів у жінок - вимушених мігранток, як самореалізація у професії, віра у добро, відповідальність, любов та впевненість у собі. Загалом отримані результати свідчать про високу потребу жінок - вимушених мігранток у психологічній та соціальній підтримці та заходах, що спрямовані на подолання життєвої кризи.

Одним із ефективних методів психологічної допомоги є арт-терапія. О. Вознесенська визначає арт-терапію як спосіб зцілення особистості через творче самовираження. Арт-терапія використовує творчі форми, як-от малювання, ліплення, музика, пісочна терапія тощо, для покращення емоційного та психічного стану [2]. Методи арт-терапії допомагають вивільнити негативні емоції та трансформувати їх через творчий процес, не потребуючи вербалізації почуттів.

Арт-терапія надає можливість подолати кризу, відновити відчуття контролю та досліджувати власні емоції в безпечному середовищі. Для жінок- мігранток арт-терапія може стати не лише способом вираження емоцій, а й важливим інструментом для адаптації до нових умов життя та подолання труднощів.

Опираючись на отримані дані, нами було розроблено арт-терапевтичну програму «Феєрія творчості». Метою арт-терапевтичної програми є психологічна допомога жінкам - вимушеним мігранткам у подоланні життєвих криз через активізацію їхніх внутрішніх ресурсів та розвиток емоційної стійкості. Тривалість програми - 7 тижнів, по 1 сесії на тиждень (1,5-2,5 год).

Структура програми передбачає такі сесії:

1. Вступ: Ознайомлення, встановлення довіри.
2. Мої мрії: Формування позитивного бачення майбутнього.
3. Впевненість у собі: Зміцнення віри у власні можливості.
4. Безпека: Методи зниження тривоги.
5. Внутрішня сила: Розвиток внутрішньої підтримки.
6. Конструктор ресурсів: Посилення особистісних ресурсів.
7. Завершення: Підсумки, інтеграція навичок.

Програма базується на використанні арт-терапевтичних практик для активізації психологічних ресурсів та розвитку адаптаційних навичок жінок - вимушених мігранток задля подолання життєвих криз. Перспективою наступних розвідок є оцінка ефективності проведеної програми.

Список використаних джерел

1. Блинова О.Є. Соціально-психологічна адаптація вимушених мігрантів: підходи і проблеми вивчення феномена акультурації. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»: зб. наук. праць. Херсон : Гельветика, 2016. Вип. 3, т. 1. С. 111-117.
2. Вознесенська О.Л. Арт-терапія як засіб психосоціального відновлення особистості. Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. 2015. № 3 (29). С. 40-47.
3. Титаренко Т.М. Психологія життєвих криз. Київ., 1998. С. 79-84.

І. А. Власенко, м. Київ,
i.vlasenko@kubg.edu.ua

Т. К. Яворська, м. Київ,
tkyavorska.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЖИТТЄВОЇ КРИЗИ ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ ТА ЇЇ ПОДОЛАННЯ

Згідно з даними Українського представництва Міжнародної Організації з Міграції (МОМ), 6,2 мільйони українців стали вимушеними мігрантами через повномасштабне вторгнення РФ.[6] Такі обсяги міграції перевищують усі показники за період незалежності України. Здебільшого вимушені мігрантки - це жінки середнього віку, освічені, одружені та з дітьми. Наявність великої кількості мігрантів з України призводить до суттєвих суспільних утрат - економічних і політичних, які є більш очевидними, а також до менш очевидних утрат: соціальних, культурних, психологічних і моральних.

Психологічні аспекти міграції проаналізовано в роботах О.Блинова, О.Вельбрехт, Н.Тавровецька, О.Медянова, О.Подожинська, Х.Ачотегі. Навіть в умовах добровільної міграції люди проходять через великий стрес та кризу адаптації, яка може супроводжуватись інтенсивними негативними емоціями: почуттям невизначеності, занепокоєнням, тривогою. В ситуації з українськими мігрантами проходження адаптації в іншій країні ускладнюється вимушеністю. Вимушений переїзд до іншої країни через війну - це ненормативна життєва криза, в якій українці втратили багато опор та сенсів, а в умовах надмірного стресу часто не мають ресурсу віднайти нові.

Ненормативна життєва криза вирізняється раптовістю, неочікуваністю. За визначенням Т.Титаренко, причиною ненормативної життєвої кризи є такі життєві обставини, що потребують від людини дій, що перевершують її адаптивні можливості та енергетичні ресурси. [1]

На основі аналізу літератури сформульовано поняття кризи вимушених мігрантів. Вона являє собою ненормативну життєву кризу, що включає складнощі адаптації в іншій країні, обмеженість фізичних та психосоціальних ресурсів, зумовлена психотравмуючим впливом війни, вимушеністю та раптовістю вибору переїзду в іншу країну. Проявами цієї кризи можуть бути- суб'єктивне відчуття зниженого благополуччя життя, відчуття безпомічності, тривожності через

невизначеність, підвищена дратівливість, безсоння, головні болі, апатія, втома.

Мігрантки з України стикаються зі схожими проблемами та викликами, що і трудові емігранти, а саме: культурний шок, що пов'язаний з нездатністю зрозуміти та передбачити поведінку людей іншої культури; складнощі у встановленні дружніх стосунків з місцевим населенням; адаптація до нових соціальних умов, до іншої мови, законів, менталітету; складнощі професійної реалізації, зниження соціального статусу тощо. Для мігрантів подолання цих труднощів ускладнюється вимушеністю їх переїзду, страхом за свою безпеку у разі повернення в Україну, тугою за родичами та життям, що було до війни. [4]

Наразі багато українських вимушених мігрантів потребують психологічної допомоги для зниження депресивних та тривожних симптомів, розширення діапазону адаптивних ресурсів задля подолання життєвої кризи.

Проведено емпіричне дослідження проявів життєвої кризи вимушених мігрантів. Використано методики - «Шкалу ІТН» (IUS-12) Н. Карлетона (в адаптації Г. Громової) [3] та «Методику вивчення фундаментальних припущень Янов—Бульман», адаптовану О. О. Кравцовою.[5] До опитування включено питання про наявність життєвої кризи вимушених мігрантів та прояви такої кризи. В емпіричному дослідженні особливостей переживання життєвої кризи вимушених мігрантів взяли участь 66 жінок віком від 20 до 55 років. Більшість опитаних - це жінки працездатного віку, 45.5% з яких заміжні, 74% опитаних мають дітей, 86% мають вищу освіту бакалаврського чи магістерського рівня. Більшість жінок перебувають закордоном з дітьми, 63% учасниць отримують соціальну допомогу від країни перебування.

В результаті дослідження виявлено, що 79% респонденток усвідомлюють свій стан як життєву кризу вимушених мігрантів. Було встановлено, що основні прояви життєвої кризи вимушених мігрантів - апатія, тривожність, погіршення сну, підвищена дратівливість, депресивні симптоми, відчуття безпомічності, тощо. За результатами методики «Шкала ІТН» Н. Карлетона виявлено, що 57% опитуваних мають середній рівень, а 39% - високий рівень гнітючої тривоги. Це може свідчити про наявність у вимушених мігранток інтенсивної внутрішньої тривоги, відчуття безпомічності, сумнівів у свої силах, що трактуємо як прояви згаданої кризи. Також 46% опитуваних мають середній, а 54% - високий рівень прогностичної тривоги. Такі результати можуть свідчити про складнощі планування, труднощі з тим, щоб приймати рішення та діяти в умовах невизначеності. Отже, один із проявів кризи вимушених мігрантів - це переживання невизначеності.

За результатами методики Янов-Бульман виявлено, що 71% респондентів зберігають позитивне уявлення про себе (категорія Цінність власного Я) та 64.66% опитаних мають позитивне уявлення про світ (категорії доброзичливість людей, та доброзичливість світу). Проте 88% респондентів вважають цей світ не справедливим та 64% мають уявлення про світ як про не контрольований. Такі дані можуть свідчити про те, що респонденти мають тривожні переживання через неможливість планувати та діяти в неконтрольованому та несправдливому світі, адже вони не розуміють, чого очікувати в майбутньому. Такі переживання можуть свідчити про такий прояв життєвої кризи, як відчуття безпомічності та неможливості впливати на ситуацію.

Отже, встановлено необхідність розроблення тренінгу з метою надання

вимушеним мігранткам психологічної допомоги у подоланні проявів життєвої кризи: (апатія, відчуття тривоги, страху та невизначеності, депресивних станів тощо). Завданнями тренінгу є активізація ресурсів вимушених мігранток, розвиток навичок емоційної саморегуляції, психоедукація щодо подолання стресу, підтримка віри у власні сили, розвиток здатності долати складні ситуації для подолання проявів життєвої кризи.

План тренінгу об'єднує такі теми сесій: основні прояви життєвої кризи вимушених мігрантів, апатія, її причини та наслідки, ревізія ресурсів (фізичних/емоційних/психологічних, зовнішніх/внутрішніх), емоційна регуляція та зв'язок емоцій-думок-поведінки, психологічна гнучкість, цінності та планування діяльності згідно цінностей.

Для виконання вказаних завдань використано практичні вправи та методи з наступних психотерапевтичних модальностей: когнітивно-поведінкова терапія, терапія прийняття та відповідальності (АСТ), техніки майндфулнес.

Перспективами подальших розвідок є апробація та оцінка ефективності тренінгу для осіб, що переживають життєву кризу вимушених мігрантів.

Список використаних джерел:

1. Психологія життєвої кризи / Відп. ред. Т.М.Титаренко. — К.: Агропромвидав України, 1998. — 348 с.
2. Вельдбрехт О. О., Тавровецька Н. І. Стрес, життєстійкість та емоційні стани жінок у вимушеній міграції. «Актуальні проблеми психології малих груп в умовах війни та повоєнного часу: матеріали наукової конференції (Київ, 16 травня, 2023р.) [Електронний ресурс] / за наук. ред. П. П. Горностая, Л. Г. Чорної ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології, Асоціація політичних психологів України, ПВНЗ «Європейський університет». Київ: Талком, 2023. 106 с.
3. Громова Г.М. Інструменти вимірювання толерантності до невизначеності. Адаптація тесту «Шкала інтолерантності до невизначеності» Н. Карлетона. 2021 Соціально-психологічні проблеми трансформаційних процесів в українському суспільстві.
4. Пищуліна О., Марцінковська Т. Та авт. Дослідження гендерної специфіки вимушеної міграції з України до ЄС в умовах військового конфлікту. Український центр економічних та політичних досліджень ім. Олександра Разумкова.- Київ, 2024.
5. Тавровецька Н.І. Емпіричне дослідження базисних переконань особистості в контексті подолання життєвих криз. Херсонський державний університет. Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології" #45 (2019)
6. Представництво МОМ в Україні.- Режим доступу: <https://ukraine.iom.int/uk/mom-v-ukrayini>

ПСИХОЛОГІЧНІ ОЗНАКИ НАРЦИСТИЧНОЇ ТРАВМИ У КОНТЕКСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ОСОБИСТОСТІ.

Психологічні ознаки нарцистичної травми включають широкий спектр емоційних, когнітивних та фізичних проявів, які виникають внаслідок тривалого впливу нарцистичної агресії. Ці травмуючі події можуть бути викликані критичними зауваженнями або відмовою у взаємодії, що веде до серйозних емоційних і поведінкових реакцій. Важливо розуміти, що нарцистична травма шкодить не тільки самій людині, але й може значно вплинути на її міжособистісні стосунки, спричиняючи конфлікти, насильство та емоційний дистрес.

Ключовими реакціями на нарцистичну травму є заперечення, пасивно-агресивна поведінка, ігнорування, девальвація, проекція, гра у жертву та газлайтинг. Кожна з цих реакцій має свої унікальні прояви та наслідки, що впливають на міжособистісні стосунки та психічне здоров'я як самих постраждалих, так і їхніх близьких. Заперечення є однією з перших реакцій на ситуацію, яка загрожує іміджу особи, дозволяючи уникнути почуття сорому та приниження [1]. Ігнорування використовується як форма покарання, що викликає почуття провини та тривоги у інших [3].

Девальвація та приниження спрямовані на підвищення власної переваги через зменшення вартості іншої особи. Нестабільна самооцінка, труднощі з емоційною регуляцією, когнітивні схеми, що фокусуються на негативних аспектах, та проблеми у професійній діяльності є поширеними серед осіб з нарцистичною травмою [4]. Також варто враховувати, у зв'язку з глобалізацією та цифровізацією суспільства, простір для прояву нарцистичної травми значно розширився. Віртуальні платформи для комунікації є частинами сучасного глобального простору для міжособистісної взаємодії, де соціальні мережі стали сенситивним середовищем для виявлення та задоволення потреби в увазі та схвалення для осіб з нарцистичною травмою [6].

Центральним симптомом нарцистичної травми є сором. Сором може бути настільки інтенсивним, що він блокує життя і стає основним емоційним фоном, часто не усвідомленим свідомо. Усвідомлення сорому в процесі психотерапії є важливим кроком до подолання нарцистичної травми та відновлення здорових емоційних зв'язків [2].

Розглядаючи основні терапевтичні методи, що використовуються для лікування цього розладу, важливо зазначити, що: психоаналітична терапія фокусується на розкритті підсвідомих конфліктів та інтеграції різних аспектів особистості з нарцистичною травмою, КПТ спрямована на зміну негативних автоматичних думок та поведінкових патернів, що підтримують патологічну самооцінку, тоді коли ДПТ акцентує увагу на розвитку навичок емоційної регуляції та толерантності до стресу [2].

Важливими додатковими стратегіями є психоедукація, яка забезпечує пацієнтів знаннями про їхній розлад, та використання творчих методів, таких як

арт-терапія, що сприяє вираженню емоцій і зниженню напруження. Соціальна підтримка та стратегії самопідтримки, включаючи розвиток здорової самооцінки та підтримку здорового способу життя, також відіграють ключову роль у процесі одужання [5].

Таким чином, детальне розуміння психологічних ознак та симптомів нарцистичної травми, а також застосування ефективних психотерапевтичних підходів, є надзвичайно важливими для забезпечення своєчасної та ефективної допомоги особам, що страждають від цього розладу. Це допомагає не тільки поліпшити їхню самооцінку та емоційний стан, але й відновити здорові міжособистісні стосунки, підвищити рівень життєвого задоволення та загального благополуччя.

Список використаних джерел:

7. Day N. J. S., Townsend M. L., Grenyer B. F. S. Living with pathological narcissism: Core conflictual relational themes within intimate relationships. *BMC Psychiatry*. 2022. Vol. 22, Article 30.
8. Feldman P. J., Simon M. A. Chronic Fatigue and Personality: The Role of Emotional Regulation. *Journal of Psychosomatic Research*. 2006. Vol. 61, № 5. P. 645-654.
9. Malkin C. *Rethinking narcissism: The secret to recognizing and coping with narcissists*. New York : HarperCollins, 2015. 256 p.
10. Pincus A. L., Lukowitsky M. R. Pathological Narcissism and Narcissistic Personality Disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*. 2010. Vol. 6. P. 421-446. DOI: 10.1146/annurev.clinpsy.121208.131215.
11. Саннікова О. Прояви неклінічного нарцисизма: пошук індивідуальних відмінностей. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2021. С. 87-98. DOI: 10.31392/NPU-nc.series12.2021.16(61).08.
12. Справцева К. Особливості прояву нарцисизму при самопрезентації у соціальних мережах. *Наукові перспективи*. 2024. DOI: 10.52058/2708-7530-2023-12(42)-931-945.

**Н. О. Довгань, м. Київ,
1511ndovgan@gmail.com**

КОНСТРУКТИВНА ПОВЕДІНКА ГРОМАДЯН У НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ: ТЕХНОЛОГІЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВТРУЧАННЯ.

У надзвичайних ситуаціях громадяни, чутливі до зовнішнього впливу наражаються на підвищений ризик погіршення психічного і фізичного здоров'я й потребують комплексної психологічної допомоги. Про (не) усвідомлення й (не) сприймання існуючих стресорів як (не) загрозливих й ресурсів як (не) достатніх для психофізичного благополуччя свідчить стан психологічного стресу - результат взаємодії людини і навколишнього середовища. У той же час, трансакція людини і навколишнього середовища в стресових умовах вибудовується на суб'єктивному оцінюванні, сприйнятті людиною ситуації й виборі оптимальної стратегії дії. Це говорить про те, що, по-перше, у разі *усвідомлення* людиною *першопричини*

стресу, реакції, поведінка можуть змінюватися, відповідно збільшуються шанси пристосуватися до існуючих умов й зберегти здоров'я. По-друге, у психологічній роботі необхідно враховувати, що досвід впливу стресорів (у помірній формі), короткочасних і нетривалих переживань є когнітивно-поведінковою інокуляцією стресу, яка активізує розвиток механізмів відновлення й захисту від інтенсивних негативних факторів, попереджує виникнення тяжких психофізичних реакцій. Таке умовне «щеплення стресу», через утворення «імунітету» до руйнівних впливів, розвиває здатність до подолання психофізичного навантаження, зміцнює механізми подолання негараздів й підвищує довіру до дієвості опрацьованого копінг-репертуару виходу з надзвичайних ситуацій.

Пропонована *психологічна технологія* представляється сукупністю прийомів і способів попередження дестабілізації життя й руйнації психосоціального благополуччя населення, передбачає придбання клієнтами необхідних для самозбереження у складних умовах знань та навичок. *Психологічна технологія розвитку готовності громадян до конструктивної поведінки в надзвичайних ситуаціях* є теоретично і практично обґрунтованою системою дій, які забезпечують поетапну зміну способів реагування на стресори за допомогою збагачення знань і операціоналізації навичок подолання стресу. У розробленій технології в якості основи використовується інокуляційна форма психологічного втручання Д. Meichenbaum, яку було адаптовано згідно завдань технології: *зниження ризиків розгортання психічного і фізичного неблагополуччя громадян у стресі та розвитку готовності до конструктивної поведінки у надзвичайних ситуаціях*.

Розроблена технологія має *три етапи* реалізації: *превентивного впливу, інокуляційного впливу, постфактум впливу*.

Етап превентивного впливу представляє собою комплексний діагностичний процес спрямований на вивчення психо-фізичних й поведінкових показників, тривожності й індивідуальної реактивності людини на стресори.

Привентивні дії першого етапу технології поділяються на три типи:

первинна превенція - виявлення диспозиційних показників, що свідчать про те, що людина на стресор реагує сильніше ніж інші; у складних умовах має ризик значного погіршення стану здоров'я й розгортання психічного неблагополуччя;

вторинна превенція - це виявлення негативних змін у стані людини з метою попередження їх подальшого розвитку;

третинна превенція - включає (1) побудування (психологом) стрес- профілю людини; (2) обґрунтування клієнту доречності ведення ситуативного щоденника, в якому фіксуватимуться тривожні, стресові ситуації, їх оцінювання.

На *етапі інокуляційного впливу* чутливі до стресу особи проходять "щеплення стресу" - навчаються основам подолання стресорів. Інокуляційний вплив здійснюється за моделлю щеплення Donald Meichenbaum у три фази: концептуалізація та психоосвіта; набуття та відпрацювання навичок; застосування навичок, профілактика рецидивів. Для досягнення мети технології готовності послідовність інокуляційного впливу, було збережено, при цьому інструментальну змістовність психологічної роботи було розширено.

Етап постфактум впливу реалізується у разі вірогідності перебування суб'єкту у негативному психічному стані (психологічна дезадаптація, деморалізація психологічний шок, посттравматичний стресовий розлад, афективні

реакції, гостра психічна або фізична втома тощо).

Отже, рухливий конструкт допомоги у технології вибудовується безпосередньо у процесі психологічної роботи щодо оцінювання і переоцінювання клієнтом стрес-факторів, «себе» і «середовища», взаємодії із світом і, головне, підготовки до конструктивної поведінки в надзвичайних ситуаціях.

Список використаних джерел:

1. Готовність до надзвичайної ситуації: виміри конструктивності : практичний посібник / В. М. Духневич, Н. О. Довгань, С. А. Поліщук, З. Ф. Сіверс, О. Г. Цукур ; за заг. ред. В. М. Духневича ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. - Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2023. - 395 с.
2. Meichenbaum, D. Stress inoculation training: a preventative and treatment approach. Chapter in P. M. Lehrer, R. L. Woolfolk & W. S. Sime, *Principles and Practice of Stress Management* (3rd Edition), 2008. Guilford Press.

Є. Ю. Журавель, м. Кривий Ріг,
y.zhuravel.asp@kubg.edu.ua

БІОСУГЕСТИВНА ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ КОРЕКЦІЇ СТРЕС-АСОЦІЙОВАНИХ РОЗЛАДІВ У ЛЮДЕЙ ІЗ БОЙОВИМ ДОСВІДОМ

Шерега українських вчених, спираючись на попередні багаторічні дослідження, доходять єдиного висновку, що бойовий стрес має критичний вплив на фізичне та психічне здоров'я людей, які мають бойовий досвід (Блінов, 2017, Коқун, 2023, Лящ, Яцюк, 2021, Мащак, Вихор, 2023, Приходько, 2021, Пузирьов, Ізвєков, 2023, Тютюнник, 2020 та ін.). Так, аналізуючи психологічні наслідки участі в бойових діях, О. Блінов знаходить їх зв'язок із впливом стрес-фактори на психіку, що проявляється на фізіологічному (розлади сну, проблеми з пам'яттю, психосоматичні розлади) і психологічному рівнях (гострі стресові реакції, ПТСР, агресивність, тривожність) [1].

Наслідки участі в бойових діях можуть виникати як одразу, так і через деякий час, і їх прояв залежить від індивідуальних особливостей людини. Дослідження О. Блінова показало, що 90-95% військовослужбовців, які проходять лікування в госпіталях, потребують психокорекційної та психотерапевтичної допомоги. Гостру реакцію на стрес діагностують у 23% військових, симптоми ПТСР у 32%, розлади адаптації у 35%, а ПТСР — у 10%. Це підкреслює необхідність системи психологічної допомоги та реабілітації для військовослужбовців.

Вичерпні дані представив О. Коқун, узагальнюючи, що військовослужбовці, які брали участь у бойових діях, часто демонструють характерні психічні особливості, такі як підвищена дратівливість, поганий настрій, нетерплячість, напруженість, ознаки депресії, тривожність, страх, фобії, почуття провини, агресивність, а також труднощі зі сном, нічні кошмари та постійне відчуття небезпеки [4].

Переживання зазначених психоемоційних станів можуть спричинити відчуття стомлення, дефіцит енергії, підозрілість, ослаблення пам'яті, труднощі з

концентрацією, спогади про війну, симптоми посттравматичного стресового розладу, соціально-психологічну дезадаптацію, обмеження комунікацій, асоціальну поведінку, побутові, медичні та сімейні проблеми, зловживання психоактивними речовинами та міжособистісні конфлікти.

Руйнівний аспект впливу екстремальних подій проявляється у травматичних розладах, таких як гострий стресовий розлад (ГСР) та посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). За даними DSM-5, 80% осіб з ПТСР мають ризик розвитку коморбідних розладів, що негативно впливають на їхнє психологічне благополуччя, якість життя та стосунки, часто призводячи до соціальної ізоляції та хронічних психопатологічних змін.

Крім того, ключовими є проблема фізичних травм, які військовослужбовці отримали під час бойових дій, а також питання перебування в полоні, особливо у тих, хто зазнав катувань чи насильства.

Аналізуючи сучасну наукову літературу з проблеми бойового стресу С. Пузирьов та В. Ізвеків констатують, що військовослужбовці є у групі високого ризику розвитку психічних розладів, зокрема реакцій на бойовий стрес і посттравматичного стресового розладу [6]. Нині наукова розвідка теми бойового стресу та його впливу на фізичне та психічне здоров'я комбатантів інтенсивно актуалізується, що зумовлено активною фазою військової агресії росії в Україні. Автори виокремлюють основні фактори, які підвищують ризик розвитку бойового стресу, такі як особистісні відхилення та низька морально-психологічна підготовленість. Бойовий стрес супроводжується фізіологічними та психічними реакціями на загрози, зокрема важкі бої, смерть товаришів та серйозні травми.

С. Мащак та М. Вихор, аналізуючи у своїй статті вплив стресу на психічне здоров'я військових, які захищають нашу країну, наголошують, що військова служба має значний вплив на благополуччя захисників та захисниць України у російсько-українській війні, адже вони стикаються з такими стресорами, як загроза життю, розлука з родиною та соціальна ізоляція, що рідко трапляється в цивільному житті [5]. Автори роблять висновок, що переживання подібного досвіду може призводити до психічних розладів, таких як депресія, тривожність і ПТСР. Ставлячи за мету виявити конкретні аспекти впливу стресу на військових і можливості підтримки їхнього психічного здоров'я, дослідники виявили позитивну кореляцію між стресом і депресією: вищий рівень стресу асоціюється з більшими депресивними симптомами. Цей зв'язок зумовлений психологічними, фізіологічними та соціальними факторами. Додатково автори встановлюють кореляцію стресу з проявами агресії, такими як дратівливість і ворожість, в цьому випадку вплив стресу знижує контроль над імпульсами та підвищує агресивність, і з реакціями ПТСР, включаючи травматичні спогади та суїцидальні тенденції [5].

Наслідки впливу бойового стресу викликають переважно психосоматичні розлади, кількість яких стрімко зростає у зв'язку із продовженням російсько-української війни у її небаченому досі форматі та високій інтенсивності. Це зростання спонукає до пошуку нових методів корекції та лікування розладів подібної генези. На сьогодні реабілітаційна медицина та психотерапія мають підходи, які можна розділити на три категорії: 1) фармакотерапія; 2) тілесно-орієнтовані методи (акупунктура, мануальна терапія, йога, масаж та остеопатія); 3) психотерапія [7].

Кожен з цих методів ефективний, але має певні обмеження у застосуванні, зазначає В. Кабашнюк, який розглядає метод біосугестивної терапії як «одну з сучасних технік тілесно-орієнтованої терапії ... в роботі з клієнтами з скаргами психосоматичного характеру» та пропонує його для відновлення комбатантів, сімей військових, цивільних та дітей [3, с. 31].

Сугестія — це цілеспрямований психічний вплив на людину або групу людей для формування певного твердження. Вона є важливим елементом виховання і мистецького впливу. Сугестивні техніки застосовувалися з давніх часів у релігійних ритуалах і бойових мистецтвах. Сьогодні сугестія використовується для досягнення різних цілей, зокрема для покращення здоров'я, зниження болю, покращення когнітивних функцій і підвищення креативності.

Біосугестивна терапія (БСТ) була розроблена українським психіатром, психотерапевтом О. Стражним, як метод коригування психосоматичних розладів. Надалі, за словами В. Волошина, спектр її застосування розширювався по мірі спостереження за ефектом впливу [2]. Терапія показала позитивний результат у лікуванні таких випадків, як астения, хронічна втома, внутрішнє напруження, стрес, тривожність, страхи, дратівливість, погіршення пам'яті, проблеми з концентрацією уваги, порушення сну, головні болі, зміни тиску та болі, включно з незрозумілими. Список порушень, при яких може застосовуватись даний метод терапії, значний, але нас цікавить основний напрям її спрямування - усунення наслідків стресу.

Можна визначити, що біосугестивна терапія є недирективним методом сугестії. Під час сеансу свідомість людини не «вимикається»: вона залишається повністю свідомою, бачить, чує і контролює ситуацію. Це відчуття контролю особливо важливе для людей з травматичним досвідом. Людина входить у легкий трансний стан, схожий на те, як відбувається за умови занурення свої думки, дивлячись у вікно під час поїздки [2]. Біосугестивна терапія може використовуватись як для індивідуальної, так і для групової терапії, причому в групах ефективність часто підвищується через індукцію учасника з членами групи.

Список використаних джерел:

1. Vlinov, O.A. Psychological effects of combat stress. *Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools*, 20(2). 2017. 3-7.
2. Волошин В.М. Метод біосугестивної терапії. Збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції «Психологія кризових станів: наука і практика», 2021. 67-70.
3. Кабашнюк В.О. Біосугестивна терапія як засіб корекції та лікування психосоматичних хворих. Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців: тези доп. ІХ Всеукр. наук. -практ. конф., Хмельницький : 2021. 31-33.
4. Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Олійник В.О., Хоружий С.М., Ларіонов С.О., Сириця М.В. Особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям, ветеранам та членам їхніх сімей цивільними психологами: метод. посіб. Київ : 7БЦ, 2023. 175 с.
5. Мащак С. О., Вихор М. Б. Особливості впливу стресу на психічне здоров'я військовослужбовців. *Науковий вісник ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, 2023 (3). 18-22.

6. Пузирьов Є.В., Ізвєков В.В. Бойовий стрес та його наслідки для військовослужбовців. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія «Психологія». 2023. № 1, т. 34. С. 203-209.

7. Стражний О. Біосугестивна терапія. Посібник для фахівців. Україна-Венгрія: 2023. 131 с.

І. В. Зрум, м. Камінь-Каширський,
ivzrum.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЛОГОПЕДА В ІНКЛЮЗИВНОМУ ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ: ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ

Інклюзивна освіта - це та складова гуманітарної політики кожної сучасної країни, яка свідчить наскільки її суспільство захищає невід'ємні права людини, формує суспільну увагу та повагу до розмаїття та унікальності осіб з особливими освітніми потребами. Інклюзивна освіта - це комплексний процес забезпечення рівного доступу до якісної освіти шляхом організації навчання дітей у закладах освіти на основі застосування особистісно орієнтованих методів навчання з урахуванням їхніх індивідуальних особливостей у навчально-пізнавальній діяльності [1, с. 73].

Інклюзивний підхід до організації освітнього середовища для національної системи освіти є відносно новим. Тому, попри позитивні зрушення у впровадженні інклюзивної освіти, є ще чимало перешкод, бар'єрів та викликів, які необхідно долати. Поняття інклюзивної освіти активно обговорюється як на рівні міжнародних освітніх організацій, так і в контексті національних освітніх стратегій багатьох країн.

Мета дослідження полягає у виявленні особливостей професійної діяльності вчителя-логопеда у закладах освіти Польщі й окресленні шляхів впровадження зарубіжного прогресивного досвіду у вітчизняну освітню практику.

Виклад основного матеріалу. Необхідність впровадження інклюзивної освіти зумовлена, насамперед, тим, що кількість дітей, які потребують подальшої освіти, постійно зростає. Нині в Україні та Польщі діти, які потребують підтримки внаслідок наявних у них освітніх труднощів, складають понад 12% від загальної кількості дітей в цих країнах. Збільшується відповідно і кількість дітей з мовленнєвими труднощами, зумовленими різними чинниками, у тому числі й психотравмуючими переживаннями, що виникають в умовах військової агресії російської федерації. Такі діти потребують своєчасної кваліфікованої логопедичної допомоги.

Аналіз зарубіжного та вітчизняного досвіду щодо особливостей професійної діяльності вчителя-логопеда в інклюзивному освітньому середовищі України та Польщі показав, що дослідження науковців обох країн спрямовані на: розробку та адаптацію програм навчання; формування навичок міждисциплінарної співпраці; впровадження інклюзивних методик і технологій; забезпечення професійного розвитку вчителів; дослідження ефективності інклюзії тощо [2; 3; 4].

Наше дослідження проводиться на базі Управління гуманітарної політики

Камінь-Каширської міської ради Волинської області. Вибірка включає фахівців, які працюють в інклюзивних класах, інклюзивно-ресурсних центрах та спеціалізованих закладах освіти. На констатувальному етапі магістерського дослідження, що стосується професійної діяльності вчителів-логопедів в інклюзивному освітньому середовищі, було розроблено комплексну методику діагностики. Методика включає такі інструменти: анкетування - опитувальники для вчителів-логопедів з метою оцінки їхньої професійної компетентності, ефективності методів роботи з дітьми з особливими освітніми потребами (далі - ООП), а також для виявлення проблем та викликів у їхній професійній діяльності; спостереження - безпосереднє спостереження за вчителями-логопедами під час навчальних занять для оцінки методів роботи та їхньої адаптації до потреб конкретних учнів; інтерв'ю - бесіди з керівниками закладів освіти для оцінки адміністративної підтримки та умов для роботи вчителів-логопедів в інклюзивному середовищі.

Констатувальний експеримент дозволить визначити наявні проблеми у професійній діяльності логопедів в Україні, а також забезпечить базу для подальшого аналізу і впровадження нових методик, що покращать якість освіти для дітей з ООП. Отримані результати можуть бути основою для розробки рекомендацій щодо підвищення ефективності діяльності вчителів-логопедів в інклюзивному середовищі.

Сисок використаних джерел

1. Гладуш В.А., Баранець Я.Ю. До питання формування професійної компетентності педагога інклюзивного закладу. Вісник Дніпропетровського університету імені Альфреда Нобеля. Серія: Педагогіка і психологія. 2015. № 1. С. 73-79.
2. Сміт Д. Спеціальна педагогіка. Варшава : 2008. 132 с.
3. Черніченко Л. А. Теорія і практика професійної підготовки логопедів до інноваційної діяльності в інклюзивній дошкільній освіті : монографія. Умань : Візаві, 2021. 188 с.
4. Michalak-Widera I., Mocko N. Profilaktyka logopedyczna w praktyce edukacyjnej, tom 2, pod redakcją naukową Katarzyny Wcsierskiej, Natalii Mocko, Katowice, 2013.

**С. М. Каліщук, м. Київ,
s.kalishchuk@kubg.edu.ua**

РЕАЛІСТИЧНЕ СПІВВІДНЕСЕННЯ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА ІЗ СВІТОМ В УМОВАХ ВІЙНИ

У контексті нагальної потреби сучасного суспільства у пошуку шляхів вирішення глобальних проблем сьогодення, у психологічній науці і практиці актуалізуються питання буттєвого простору людини та засобів її екзистенції. Сучасна дійсність людини в Україні є одночасним загостренням і переплетенням екзистенційних викликів життя: невизначеності, резигнації, вибору,

різноманітності, складності, що у своїй множині проявляють системну кризу війни. В осередку війни людина переживає персональні траєкторії руйнації попередньо налаштованої «картини світу», яка потребує відновлення (доповнення, реорганізації) на нових смислових засадах.

Інтенційна мета оновлення смислових полів свідомості як «множинного тексту», що формує часткові «картини світу», полягає у можливості витримати людиною події та наслідки війни і посилити довіру до себе, інших людей і світу загалом. «Витримати» означає встановити те, проти чого я можу і маю проявити персональну силу. І саме у такий спосіб здобувати свою захищеність та приймати рішення-вибір - жити «життя як зусилля у часі» (термін М. Пруста). «Довірою» А. Ленгле називає «місток над хвилями невпевненості» людини [5]. Довіра є мужньою згодою йти на ризик і покластися на опору (внутрішній і зовнішній ресурс), переборюючи невизначеність і тривогу. У зв'язку з цим актуалізуються питання: «Як і від чого залежить здатність людини витримувати і йти на ризик у множинних взаємодіях із світом, зокрема світом війни?» «Як це змінює «картину світу» психолога-консультанта, який несе місію допомоги іншим?» «Яка генеза і динаміка здатності психолога-консультанта переживати і випромінювати стан-позицію-установку «Я-Можу-Бути-тут-у-війні?» «Які категорії, механізми, методи інтервенції та їх результати дозволяють нам це досліджувати та розуміти?»

Ключовими категоріями окресленого дослідницького простору є:

«Картина світу» - система варіативно-предметних випадків об'єктивації смислової архітектоники свідомості особистості - інтенційно-активована динамічна смислова мережа з мультиформатною структурою множини індивідуально налаштованих образів світу і себе в ньому та ієрархічних смислових зв'язків (відношень) між всіма специфічними елементами, що складають часткові образи і мережу в цілому.

«Реалістичність» як усвідомлення психологами-консультами власної специфіки трьох ракурсів «співвіднесення Я із Світом»:

— інтрапсихічного - самовіднесення - «Я є», «це є Я», «це Мої переживання», «це Мої думки», «це Я роблю», «це Моє життя зараз», «це Моє минуле», «це Мої уявлення про майбутнє», «це Мої Ресурси та Свобода», «це Моя Відповідальність», «Я і Інший Я»);

— інтерпсихічного - співвіднесення з іншими - «Я і особисті стосунки», «Я і соціум», «Я і мої діяльності», «Я і Інші»);

— екзистенційного - співвіднесення із світом - «Я і Світ», «Я і Війна», «Я і Втрати», «Я і моє Життя», «Я і воєнні Події», «Я і Виклики життя», «Мої Інтенції».

«Джерела кризи реалістичного» співвіднесення психолога-консультанта із світом - це соматопсихічні та психосоціальні наслідки до-біографічних та біографічних причин і умов кристалізації емоційних та поведінкових патернів - феномени породження «мнемічних контекстів» свідомості, складання «імпринтингу досвіду», «кристалізованого партерну», «стилю та девізу життя», існуючої «схеми апперцепції».

«Системні ознаки реалістичного» співвіднесення психолога-консультанта із світом - інтеграція зовнішніх і внутрішніх опор, інтенційної і актуалізованої екзистенційної сповненості та ступінь (дефіцит або профіцит) глобальності (локальності) взаємодії людини із світом.

Маніфестація реалістичного співвіднесення психологів-консультантів із світом можлива за умови врахування, наприклад, таких психологічних механізмів діяльності свідомості:

1. Зростання диференціювання між реальним й суб'єктивним (ірреальним) ракурсами життєвого простору, збільшення (звуження, регресія) його складності та ієрархічності організації [6].
2. Побудова та постійний розвиток конструктів «Я» та «Світ», які повинні знаходитися у рівновазі в силу наповненості, усвідомленості та рефлексії обох полюсів. Порушення балансу породжує переживання тривоги та зумовлює похибки в уявленні людини про себе, свою систему цінностей, про засіб осягнення світу і бачення джерел сили й власної ефективності [4].
3. Суб'єктивний фільтр «вичерпування» із реального світу війни того, що має для людини силу «звертання» до себе. Усвідомлення людиною запиту світу конкретизується у множинних питаннях, через які світ заговорює з нею і запрошує до діалогу. Знаходження відповідей створює цінності і виробляє смисли, посилюючи ідентичність і позицію.
4. Телеологічна сила як вектор активації і ознака цілісності психічних та тілесних зусиль людини щодо сформованості регуляційних (граничних) смислів, які забезпечують контроль над потребами і емоціями, виразну орієнтацію на майбутнє й протяжну часову перспективу та незалежність (свободу і відповідальність) в ситуаціях неможливості-над-можливості та викликів життя.

Системою методів подолання кризи реалістичного співвіднесення психолога-консультанта із світом є суб'єктивно-феноменологічна діагностика та психотехнічний протокол вивільнення ресурсів особистості у подіях війни. Зокрема психодіагностичний етап спрямовується на розвідку трьох ознак реалістичності у співвіднесенні «Я» та воєнних подій: а саме - опор (прояв інтрапсихічного ракурсу) - методика «9 проєктивних питань» щодо онтології «Війна у житті й діяльності людини» і методика С. Jung «16 асоціацій»; екзистенційної сповненості (екзистенційний ракурс) - методика А. Langle, Ch. Orgler, M. Kundi «Шкала екзистенції»; міра та якість взаємодії «Я» із світом (інтерпсихічний ракурс) - методика А. Adler «Найраніший дитячий спогад» [3]. Психотехнологія вивільнення ресурсів особистості об'єднує системний, генетико-моделюючий, екзистенційно-аналітичний, транстеоретичний екзистенційно-системний методологічні підходи та характеризується триплановістю побудови:

1. Динамічний план психотехнології окреслюється головними постулатами теорії динамічних систем.
2. Функціональний план розкриває внутрішню логіку вивільнення ресурсів, а саме - поглиблення «мнемічного контексту», зміна «мнемічного контексту», встановлення нового якісного складу «співвідношення Я із світом».
3. Змістовий план психотехнології описує методи та зони інтервенції (тілесні, емоційні та поведінкові патерни).

Операційно психотехнологія упредметнюється у п'яти-кроковому психотехнічному протоколі, якій містить такі етапи:

- знаходження вихідного фокусу;
- пошук засад нестачі реалістичності особистості;
- активація процесів переживання та розуміння;
- забезпечення руху змінних за стадіями консультативних змін;
- опрацювання спіральних патернів [2].

Результати відновлення реалістичності проявляються в якості і змісті діалогу із Світом, який позначає можливість і необхідність для людини стати собою, знайти себе у невідомому, пробудити свободу і відповідальність. Свободу пропонуємо розглядати як вимір особистості, що розкриває здатність розширювати свій життєвий терен і утверджувати здатність «Можу». У здатності «Можу» людина і світ переплетені, а переживання «Я можу» складається із персональної частки: здібностей і сили прийняття й витримки та ситуативної частки: умов і можливостей життя [1, с. 460]. Відповідальність - це системне смислове утворення, що діалектично пов'язує складність, корисність, ресурсність та інтенційність. Розкривається відповідальність діями послідовного знаходження або відповіді (як смислу), або рішення (як програми), або дії (як предметного перетворення). Тому відповідальність формує стабільну самоцінність і здатність «витримувати» виклики життя як умову розвитку своєї сили і як прояв інтенційності [1, с. 456].

Отже, буття психологів-консультантів знаходиться та описується у послідовному русі: мнемічні контексти і імпринти ^ розвинена можливість витримати ^ прийняття ^ реалістичність ^ свободам відповідальність. Саме тому, реалістичність означає побудову оновленої «дійсності» людини, механізмом якої є діалогічна взаємодія із Світом. А результатом є смислове осягнення екзистенційного досвіду з віднаходженням персонального відгуку як готовності прощатися зі старими та створювати нові концепції власного життя.

Список використаних джерел:

1. Каліщук С.М. Генеза смислової архітекtonіки свідомості психологів-консультантів: монографія. Львів: Сполом, 2020. 498.
2. Каліщук С.М. (2022). Суб'єктивно-феноменологічна діагностика & психотехнічний протокол вивільнення ресурсів особистості у подіях війни. Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія, 2022. 33 (72). 23-30.
3. Каліщук С.М. Ресурсна матриця психологів-консультантів у подіях війни: монографія. Київ: МайстерКниг, 2023. 112.
4. Bugental J. Psychotherapy Isn't What You Think: Bringing the Psychotherapeutic Engagement into the Living Moment. Zeig Tucker & Theisen Inc; 1st edition, 1999.
5. Langle, A. The existential fundamental motivations structuring the motivational process. Nova Science Publishers. Vene, 2011. 41-56.
6. Lewin K. Frontiers in Group Dynamics: Concept, Method and Reality in Social Science; Social Equilibria and Social Change. Human Relations. 1: 5 - 41. doi:10.1177/001872674700100103.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ОСОБИСТІСТЮ КРИЗИ НЕПЕРЕБОРНИХ ОБСТАВИН

Не можливо уявити розвиток та становлення особистості без впливу криз. Якщо перебіг нормативної кризи для особистості може не викликати психологічного дискомфорту і знайдуться ресурси впоратися з таким викликом самостійно, то це не можливо сказати про кризу непереборних обставин. Переживання кризових подій є викликом життя для особистості. Відбувається руйнація внутрішніх структур, ролей особистості, перевірка на їх актуальність, що супроводжується колоритом важких станів і негативних емоцій, як прямих реакцій на нестерпну подію, та перебудова внутрішнього світу людини відповідно до нових реальностей зовнішнього.

Криза непереборних обставин визначається раптовістю та розділенням життя на до і після У самій назві «непереборні» обставини закладена перспектива того, що як раніше вже ніколи не буде. Т. Титаренко визначає непереборні обставини, як тяжкі життєві обставини, до яких неможливо одразу адаптуватися і які не можливо швидко вирішити через виснаження адаптивних можливостей та психоемоційного потенціалу особистості (Титаренко, 1998). Непереборні обставини, які призводять до кризи, зачіпають індивідуальні смисли та цінності особистості, виривають її із звичного життя і вимагають та призводять до глибинної перебудови свого існування з набуттям нових статусів та ролей.

Кризовий стан особистості слід розглядати як нормальну реакцію людини на аномальну, психотравмуючу подію. Подію до якої людина не готова і яка різко вибиває із звичного життя. Переживання кризи непереборних обставин проявляється в емоційній, поведінковій та когнітивній реакціях особистості на критичну та зверхзначущу для неї ситуацію.

За визначенням С. Каліщук кризовий стан - це психологічний стан переживання «неможливості», що виникає у відповідь на суб'єктивно значущу для людини психотравмуючу ситуацію, яка вже сталася чи відбувається, чи існує загроза її виникнення (Каліщук, 2023). У кризовому стані людина переживає хаос, роздробленість та «втрату себе», вона може почуватися неадекватною, оскільки все, що відбувається з нею, не вписується ні в сформовану Я-концепцію, ні в концепцію оточуючого світу (картину світу). Більш того, кризові стани «виводять» за межі уявлень про себе, уявлень про нормативну поведінку та переживанні внутрішні стани (Каліщук, 2023).

Криза непереборних обставин негативно впливає на якість життя особистості, породжуючи безпорадність, відчай, спустошення та нерозуміння, що робити. Вона супроводжується надмірним, довготривалим стресом та містить у собі фрустрацію. Майбутнє ніби звужується, втрачається його сенс та перспективи, підвищується тривога та невпевненість щодо завтрашнього дня. Виникає певна дезорієнтація у життєвому просторі, через що особистості необхідна стороння допомога, як опора. Чим довше людина перебуває у кризовому стані тим більше свідомість фіксується на всіх супутніх переживаннях і тим складнішим стає самостійно їх подолати.

Кризові переживання всеціло охоплюють особистість призводячи до виснаження і впоратися зі своїм станом без допомоги фахівця часом буває дуже непросто або й взагалі стає неможливо.

Допомога особистості, яка переживає кризу непереборних обставин, має бути спрямована на роботу зі станами, а не на вирішення ситуації, в якій людина переживає кризу. Віднаходження ресурсів, сенсів, сил, нових поглядів, ролей, відновлення відчуття контролю над своїм життям та спроможністю впливати на своє теперішнє допоможе особистості впоратися з наслідками кризи та адаптуватися до ситуації, яка є нестерпною та руйнуючою. Саме досвід опанування себе, власних негативних емоцій стає для людини вирішальним моментом, який призводить до усвідомлення особистого авторства у тих подіях, ситуаціях, колізіях, що розгортаються в життєвому просторі особистості. Таким чином непереборні обставини можуть стати для особистості переборними саме завдяки внутрішнім змінам.

Під дією нових зовнішніх обставин та внутрішніх процесів виникає запитання «Хто я?». Особистість заново збирає свій образ Я. Переживаючи кризу непереборних обставин під удар попадають статус та звичні ролі особистості. Натомість на їх місце приходять нові, які необхідно усвідомити та прийняти, щоб спираючись на них будувати своє життя. Сутнісно переживання кризи непереборних обставин є життєвим викликом для людини, який супроводжується сильним емоційним потрясінням - розпач, гнів, страх, відчай, спустошення, тощо наповнюють стан людини, яка переживає невизначеність стосовного свого життя.

Наслідки кризи непереборних обставин можуть бути різними. Може зафіксуватися неадекватний спосіб адаптації, що ще більше ускладнює ситуацію та створює умови для виникнення нової кризи і ще більш несприятливих наслідків у майбутньому навіть до спроб здійснення суїциду.

Виходом із кризи непереборних обставин буде поява у особистості внутрішніх новоутворень у прояві смислів і поглядів на саму кризову ситуацію, на себе та на життя в цілому через призму переживань, що принесли непереборні обставини. Коли непереборні обставини сприймаються як частина життя, з якого особистість бере досвід і продовжує жити перетворюючи непереборні обставини в переборні.

Криза непереборних обставин є дещо унікальною і подолання її має привнести нові смисли, які в свою чергу стають тими опорами для виходу із кризи. Ресурс для подолання кризи лежить в самій людині, в її особливому досвіді переживання кризової події та набуттям внутрішніх новоутворень.

Телефони довіри, кризове консультування, групова психотерапія, методи арт терапії, тілесні практики, методи психодинамічного, екзистенційного, когнітивно-поведінкового підходів тощо створюють необхідні умови для відновлення психо-емоційних ресурсів людини у кризі та сприяють запуску необхідних внутрішніх процесів, які повертають до життя після кризового потрясіння.

Список використаних джерел:

1. Калішук С. М. (2023) Психотехніки кризового консультування: моделі, алгоритми, вправи, приклади: навчальний посібник. Київ: МайстерКниг. 368 с.
2. Психологія життєвої кризи. (1998). Відп. ред. Т.М. Титаренко. Київ: Агропромвидав України. 348 с.

В. В. Кобильченко, м. Київ,
vadimvk@ukr.net

І. М. Омельченко, м. Київ,
iraomel210781@ukr.net

ІНКЛЮЗИВНА ПСИХОЛОГІЯ ЯК НОВА ГАЛУЗЬ ПСИХОЛОГІЧНОЇ НАУКИ

Реформування та модернізація освіти в Україні відбувається згідно з демократичними пріоритетами, які засвідчують право кожної дитини з особливими освітніми потребами на навчання у закладах загальної середньої освіти (далі ЗЗСО) за місцем проживання. Система освіти, яка передбачає надання освітніх послуг в умовах ЗЗСО отримала назву інклюзивної освіти (наразі -інклюзивне навчання).

Основною метою інклюзивного навчання є досягнення якісних змін в особистісному розвитку дітей цієї категорії. Передбачається здійснення змін освітньої системи, а не дитини. Однак інклюзивність не означає асиміляцію чи прагнення зробити всіх однаковими, її ключовий компонент - гнучкість, врахування особистісних характеристик, що визначають темп навчання кожної дитини.

Навчання в інклюзивних класах дітей з особливими освітніми потребами, з одного боку, допомагає їм адаптуватися до нормальних життєвих ситуацій, позбутися почуття ізольованості, відчуження, сприяє зникненню соціальних бар'єрів та інтеграції в соціум, з іншого боку - вчить учнівську громаду школи спілкуватися та працювати разом, формує в них почуття відповідальності за товаришів, які потребують не лише допомоги, а насамперед - прийняття та визнання. Інклюзивна освіта передбачає розширення участі всіх дітей, зокрема з особливостями пізнавального розвитку, в освітньому процесі. Вона передбачає істотні зміни в культурі, політиці та практичній діяльності шкіл [2, 190-205].

Широке впровадження інклюзивного навчання зумовило необхідність підготовки фахівців до роботи в інклюзивному навчальному середовищі та необхідність увести в систему психологічної підготовки відповідну дисципліну.

Натепер нова навчальна дисципліна викладається в різних закладах вищої освіти України, зокрема в Житомирському державному університеті імені Івана Франка, в Мелітопольському державному педагогічному університеті імені Богдана Хмельницького, в Уманському державному педагогічному університеті імені Павла Тичини, і, навіть, в Національному університеті водного господарства та природокористування. Вона викладається для підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня вищої освіти галузі знань: 05 Соціальні та поведінкові науки спеціальності: 053 Психологія, однак, зауважимо, в різних ЗВО отримала різні назви: «Психологія інклюзивної та спеціальної освіти», «Психологічний супровід інклюзивної освіти», «Психологія інклюзивного навчання», «Психологія інклюзії» тощо. Крім того, в більшості ЗВО дана дисципліна є вибірковою.

Аналізуючи зміст різних робочих навчальних програм з даної дисципліни, ми прийшли до висновку, що в їх змісті домінує інклюзія і зовсім мало психології.

Разом з тим, прикладний характер даної науки, її спрямованість на вирішення актуальних і важливих завдань інклюзивного навчання не повинні перетворювати її в якийсь утилітарний придаток практики. Прикладне використання науки прямо залежить від розвиненості її концептуальної бази.

Потрібна була досить тривала еволюція самої практики, перш ніж прийшло усвідомлення необхідності глибоких і всебічних знань про особливості порушеного психічного розвитку різних груп дітей як важливого фактора ефективної навчально-виховної роботи з ними. Але й цього виявилось недостатньо, тому що сама психологія інклюзії повинна була досягти того рівня зрілості, при якому змогла б відповісти на запити й потреби практики. Шляхи розвитку психології інклюзії визначаються переплетенням двох еволюційних рядів, які постійно взаємодіють між собою, - системи інклюзивного навчання й самого психологічного знання.

Саме тому вона має тісні міждисциплінарні зв'язки з такими дисциплінами, як «Психологія», «Спеціальна психологія», «Педагогічна психологія», «Педагогіка», «Соціальна педагогіка» і т.д.

Натепер необхідне формальне закріплення становлення цієї своєрідної галузі психології, що триває в Україні вже декілька десятиліть, і яка увібрала в себе практичний досвід й наукові досягнення, що нагромадилися за цей час.

Виникає потреба в узагальненні й систематизації нових знань, що поєднують безліч різнорідних речей або процесів, абстрагуючись від безлічі їхніх особливостей, які є несуттєвими.

На нашу думку, дана дисципліна вже виокремилась в самостійну галузь психології, відтак доцільною буде назва «Інклюзивна психологія», що корелюється з назвами «Спеціальна психологія», «Педагогічна психологія» і т.п. Інклюзивна психологія вийшла з практики інклюзії, але має стати одним із напрямків науково-прикладної психології.

Вважаємо, що наразі назріла потреба поглянути на інклюзивну психологію як на наукову дисципліну цілісно. Відтак, постає завдання в підготовці підручника для закладів вищої освіти, в якому має бути узагальнено представлений предмет нової наукової дисципліни.

Список використаних джерел:

1. Кобильченко В. В., Омельченко І. М. Спеціальна психологія : підручник. Київ : ВЦ «Академія». 2020. 224 с.
2. Синьов В. М., Шульженко Д. І. Психологія інклюзивної освіти учнів зі спектром інтелектуальних та аутистичних порушень. Актуальні питання корекційної освіти. Педагогічні науки. 2017. Вип. 9(2). С. 190-205. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/apko_2017_9%282%29__21

О. П. Коханова, м. Київ,
o.kokhanova@kubg.edu.ua

О. С. Голованова, м. Київ,
osholovanova.fpsrso23m@kubg.edu.ua

САМОРЕГУЛЯЦІЯ ДОРΟΣЛИХ У КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ

Сучасна Україна переживає особливо складні та нестабільні часи, які призвели до появи додаткового різноманіття кризових ситуацій та змін в житті та діяльності багатьох громадян.

У вітчизняних і зарубіжних дослідженнях використовується різноманітна термінологія щодо визначення саморегуляції, криз і кризових ситуацій. Криза - це комплексне та багатогранне явище, яке включає в себе не лише критичні ситуації, а й широкий спектр факторів, що вимагають від особистості змін у різних аспектах її життя. Кризова ситуація може виступати каталізатором для розвитку кризи, спонукаючи особистість до переоцінки свого життєвого шляху та пошуку нових стратегій адаптації [1].

Кризова ситуація у дорослому віці - це критичний момент і поворотний пункт життєвого шляху особистості, та завжди є моментом вибору з кількох можливих альтернатив, моментом вибору регресивного або прогресивного рішення в подальшому розвитку [2, 3].

Різні типології впорядковують кризи за такими критеріями, як вік, часові рамки, детермінанти, прояв, етапи розвитку та ін., а також враховують емоційні, психологічні, соціальні та фізіологічні аспекти. Така різноманітність класифікацій відображає складність та багатошаровість феномену криз і кризових ситуацій у період дорослості [4, 5].

Дослідники часто використовують термін "саморегуляція" для опису індивідуальних особливостей людини як активного суб'єкта діяльності, а також для аналізу її психічних процесів. Саморегуляція дозволяє особистості змінюватися, відповідаючи викликам у зовнішньому світі та умовах життя, підтримує психічну активність, організує свідому корекцію дій в кризових ситуаціях [4, 6]. Саморегуляція дорослих є структурним компонентом самосвідомості. Особистість є суб'єктом саморегуляції, а об'єктом можуть бути її психічні процеси, виконувана діяльність або поведінка. Цей механізм забезпечує централізовану, направлену і активну позицію суб'єкта, оптимізуючи психічні можливості та регулюючи індивідуальні стани особистості у дорослому віці.

Отже, саморегуляція - це специфічний організований процес, спрямований на активізацію внутрішніх (психічних) ресурсів, а також для збереження працездатного стану, що сприяє ефективній діяльності, спілкуванню та адаптації особистості. Особливо важливою стає здатність особистості до саморегуляції в складних життєвих обставинах.

З метою вивчення саморегуляції дорослих у кризових ситуаціях було проведено емпіричне дослідження, в якому взяла участь 31 особа віком від 21 до 60 років переважно жіночої статі. Аналіз отриманих результатів за методикою дослідження копінг-поведінки в стресових ситуаціях (The Coping Inventory for

Stressful Situations (CIS) Ендлер, Паркер) показав, що орієнтація на вирішення завдань є провідною для більшості учасників опитування (74%). Група досліджуваних, у яких переважає стратегія спрямованості на емоції, складає 19%. Стратегія уникнення є менш поширеною (7%). Серед тих, хто використовує підхід уникнення, 74% обирають соціальне відволікання, 26% в уникненні відволікаються на інші справи і види діяльності.

Аналіз результатів дослідження, проведеного за методикою Т. Холмса і Р. Раге (SRRS), показав, що 90% досліджуваних виявили критично низький рівень стресостійкості, 7% мають середній рівень опірності стресу, і лише 3% опитаних демонструють високу стресостійкість.

Аналізуючи перелік травмивних подій, з якими стикалися досліджувані протягом року, робимо висновок, що основними джерелами стресу в житті представників ранньої та середньої дорослості є ситуації, пов'язані зі змінами в житті, звичками, здоров'ям, роботою та міжособистісними стосунками і втратами. Зважаючи на нинішню ситуацію в Україні, багато хто з досліджуваних є внутрішньо переміщеними особами, або виїхали за кордон, що спричиняє порушення їхнього звичного способу, зміни напрямку професійної діяльності, руйнування усталених соціальних зв'язків тощо. Всі ці обставини створюють ситуації психофізіологічного напруження і потребують розвинених навичок саморегуляції особистості.

Отже, досліджувана проблема є досить актуальною, потребує подальшого вивчення і розробки ресурсів з метою надання практичних рекомендацій чи відпрацювання вправ із саморегуляції особистості, які могли б бути корисними в кризових ситуаціях.

Список використаних джерел:

1. Вольнова Л. М. Психосоціальна допомога в роботі з кризовою особистістю : навч. посіб. Київ, 2012. 275 с.
2. Зливков В. Л., Лукомська С. О., Федан О. В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, О. В. Федан. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с.
3. Іваненко Б. Б. Саморегуляція особистості : навч. посіб. Київ : ФОП Ямчинський О. В., 2020. 131 с.
4. Калішук С. М. Психотехніки кризового консультування: моделі, алгоритми, вправи, приклади : навч. посіб. Київ : МайстерКниг, 2023. 368 с.
5. Тімченко О. В. (ред.). Кризова психологія : навч. посіб. Харків : НУЦЗУ, 2010. 401 с.
6. Черезова І. О. Психологія життєвих криз особистості : навч. посіб. [для студентів вищих навчальних закладів]. Бердянськ : БДПУ, 2016. 193 с.

**В. В. Левченко, м. Київ,
v_levchenko69@ukr.net**

ПСИХОДИНАМІЧНИЙ АСПЕКТ У КАТАТИМНО-ІМАГІНАТИВНІЙ ПСИХОТЕРАПІЇ

Терапевтичний процес кататимно-імагінативної терапії містить певні елементи класичного психоаналітичного підходу. На це вказував засновник КПП Ганскарл Льюїнер, який поєднав два типи концепцій психічних переживань. Перший тип переживання відповідає концепції самого терапевтичного процесу, другий тип переживання розглядається в концепції «душі та природи внутрішньопсихічних процесів» [1], які сформульовані З. Фройдом.

Психоаналітична орієнтація КПП спостерігається з точки зору топічної організації психіки, маючи імпліцитне розуміння стосунків, особливості інтерсуб'єктивних переживань та інтервенцій. Наявність системної точки зору в КПП описується через інстанції «Воно», «Я», «Над-Я», які утворюють певні символи в процесі імагінативної уяви. В просторі переживань сновидіння наяву людина має трансформаційні переживання, вони відповідають імпліцитному рівню. Тоді як під час опрацювання й розмов приходить нове усвідомлення. В процесі подальшої терапевтичної роботи відбувається розуміння та інтегрування смислів обох просторів.

З енергетичної точки зору КПП можна визначити як психодинамічну форму терапії та виокремити три основні компоненти: 1) динамічне несвідоме; 2) перенесення та контрперенесення; 3) дія регресії.

Несвідоме в КПП розглядається як джерело творчості, мудрості й знань про альтернативні рішення проблем. Таке джерело набуває певної форми під час імагінативної уяви й тоді його можна розпитати. Такими мотивами можуть бути мотив «старого мудреця», «майстра» або «казкових персонажів». Потрапляючи у певні спогади людина може уявити емоційну «кататимну» сцену, яка може змінюватись, поширюватись, поглиблюватись в закодовані імпліцитно та процедурно системи пам'яті. Саме тут за допомогою «кататимної» імагінації зустрічаються усвідомлений зміст спогадів з несвідомим змістом, що є надважливим поворотним моментом в роботі КПП. Варто враховувати наступне: 1) згадувати і уявляти тут і тепер; 2) враховувати емоційний стан і контекст клієнта, тому має певні застереження щодо важких депресивних або дисоціативних станів; 3) новий досвід має бути закріплений різними способами, зокрема через тілесні відчуття.

Наявність в терапевтичному процесі КПП перенесення можна визначити як процес, в якому з'являються й упізнаються знайомі патерни відносин. Це стосується й контрперенесення на клієнта, що може сприйматися як співчуття або емпатія.

Важливим для розуміння психодинамічного аспекту КПП є розгляд регресії - своєрідного повернення до дитячих моделей сприйняття, розпізнавання та поведінки в результаті вікової регресії або цілеспрямованих втручань та

інтервенцій (Г. Ульманн). Вікова регресія може допомогти клієнту активізувати творчі процеси, властиві дитячому віку і які за певних причин було втрачено в дорослому віці. Таким чином, у роботі КІП виокремлюють три напрямки: робота з внутрішніми конфліктами, усвідомлення та розуміння несвідомих потреб, розвиток творчості стосовно власного життя.

Отже, КІП - це науково обґрунтований метод психотерапії, що спирається на глибинну психологію. Кататимне уявлення інтегровано в структурований терапевтичний процес, який можна адаптувати під певну клінічну ситуацію [2]. Завдяки своїй ефективності КІП все більше поширюється в Україні. Особливого значення КІП набуває в складні часи невизначеності, сповнені інтенсивними емоціями, тривогою та безпорадністю.

Список використаних джерел:

1. Friedrichs-Dachale A., Ullmann H. *Katathym Imaginative Psychotherapie (KIP)*. 2016. 191.
2. Sachsse U., Imruck B. H., Bahrke U. *Evaluation ambulanter Behandlungen mit Katathym Imaginativer Psychotherapie KIP. Arztliche Psychotherapie. Sigmund-Freud-Institut Frankfurt*. 2016. №2. 87-92.

В. А. Литвиненко, м. Київ,
vv.lytvynenko@kubg.edu.ua

О. В. Тюфякіна, м. Київ,
ovtiufiakina.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ МОНОЛОГІЧНОГО МОВЛЕННЯ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З НАВЧАЛЬНИМИ ТРУДНОЩАМИ

Постановка наукової проблеми. Навчання є провідною діяльністю молодшого школяра. Фізична і психологічна готовність дитини до школи, правильна мотивація і підтримка - запорука легкої адаптації, соціалізації та включення дитини молодшого шкільного віку в освітній процес без перешкод. Однак діти, в силу своїх фізичних чи психологічних особливостей, можуть мати труднощі у навчанні, що негативно впливає на формування монологічного мовлення. На жаль, реаліями сьогодення є збільшення кількості дітей з мовленнєвими порушеннями. Загальноприйняті методи навчання не завжди дають позитивний результат і потребують пошуку комбінованих, більш ефективних підходів. Вирішення цього питання потребує детального наукового вивчення та ґрунтовного дослідження з метою визначення найефективніших методик формування монологічного мовлення дітей молодшого шкільного віку з навчальними труднощами.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання особливостей формування монологічного мовлення молодших школярів були предметом досліджень С. Дубовик, О. Дубляк, С. Коноплястої, О. Мельник, М. Овсієнко, В. Пруняк, А. Струк та ін. На базі Концепцій Нової української школи вченими Н. Бібік, М.

Вашуленко, О. Вашуленко, К. Пономарьовою, О. Онопрієнко, Ю. Рібцун було написано низку наукових праць, присвячених ролі початкової школи та важливості вивчення основ зв'язного мовлення молодшими школярами.

Мета роботи: визначити особливості формування монологічного мовлення дітей молодшого шкільного віку з навчальними труднощами та дослідити вплив різних методик на сприяння формуванню та збагаченню навичок зв'язного монологічного мовлення.

Завдання: провести аналіз наукової літератури з питань розвитку зв'язного монологічного мовлення дітей молодшого шкільного віку з навчальними труднощами; вивчити вплив різних методик на формування монологічного мовлення та визначити їх ефективність.

Виклад основного матеріалу. Монологічне мовлення має організований характер. Тому до такого мовленнєвого процесу потрібно готуватися заздалегідь. Насамперед необхідно визначити зміст монологу, дотримуватися послідовності викладу думок, використовувати чіткі, лаконічні речення, мати власне бачення ситуації, правильно підбирати форми вирішення конфліктів з огляду на життєвий досвід. Такий процес дуже складний для дітей молодшого шкільного віку.

Молодші школярі, на думку В. Пруняк, не вміють розрізняти мету комунікації і наміри спілкування. Вчений зазначає, що у молодших школярів чітко простежується порушення логічної побудови власного висловлювання. Їм важко поєднувати ознаки предметів із діями. Їм не вдається дотримуватися основних фаз мовленнєвої діяльності, таких як: орієнтування, планування, реалізація, контроль [3, с. 96—100].

На думку М. Вашуленка, «взаєморецензування відповідей» може посприяти правильному розвитку усного мовлення. Так, вчений вважає, що вчитель повинен звертати увагу на кожне «невдале» слово учня, привчати дітей слухати однокласників, «помічати і виправляти недоліки їхнього мовлення». Зразком для «наслідування насамперед має бути мовлення вчителя» [2, с. 99].

О. Мельник стверджує, що основними потребами дитини в початковій школі є спілкування з оточуючими, перебування в емоційному контактному середовищі, визнання та оцінка власних дій та вчинків, формування власних поглядів та позицій у ставленні до інших, створення дружніх та приязних відносин у класі, повага до себе та інших, оволодіння новими знаннями та вміннями для пізнання навколишнього світу [1, с. 129].

Опанування монологічним мовленням є необхідною передумовою розвитку мовлення дитини. Діти молодшого шкільного віку мають обмежений життєвий досвід, зумовлений віковими можливостями, колом інтересів батьків, ситуацією в навколишньому світі тощо. Використання методу читання і переказу в початковій школі збагачує словниковий запас, розвиває мисленнєві процеси, формує нові уявлення про навколишній світ, розвиває мовлення. Проте дитині для активізації мовленнєвої діяльності потрібно розуміти ситуацію з власного досвіду. Така форма інтерактивного навчання, за якої дитина відчуває свою успішність, спроможність, важливість, має власну думку, активізує пізнавальну діяльність, прагне до комунікації є найдієвішою. Так, моделювання життєвих ситуацій, які б дали можливість кожному учню проявити себе, висловитися та стати активним учасником комунікації сприяли б ефективнішому розвитку зв'язного мовлення.

Висновки. Отже, процес формування монологічного мовлення має організований характер, включає багато критеріїв і є складною формою спілкування не лише для дітей молодшого шкільного віку, а й для дорослої людини. Дітям важко розповідати про те, що вони ніколи не бачили і не знали, тому моделювання життєвих ситуацій для кожного учня сприятиме розвитку їхніх мовленнєвих навичок. Таким чином, створення комунікативних ситуацій для самовираження кожної дитини розширить коло її інтересів і найефективніше сприятиме розвитку зв'язного монологічного мовлення.

Список використаних джерел:

1. Мельник О. М. Розвиток емоційного інтелекту молодших школярів // Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах : зб. наук. пр. / [редкол.: А. В. Сущенко (голов. ред.) та ін.]. Запоріжжя : КПУ, 2020. Вип. 73. 238 с. Т. 1. С. 128-133 // URL: <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2020.73-1.24>
2. Методика навчання української мови в початковій школі: навчально-методичний посібник для студентів вищих навчальних закладів / За наук. ред. М. С. Вашуленка. Київ : Літера ЛТД, 2011. 364 с.
3. Пруняк В. В. Розвиток монологічного мовлення молодших школярів з позицій функціонального підходу як умова реалізації комунікативної компетентності / В. В. Пруняк, М. О. Овсієнко // *Формування ключових і предметних компетентностей засобами сучасних освітніх технологій* : Матеріали Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції [Кривий Ріг, 21 листопада 2019 р.] / Міністерство освіти і науки України ; Криворізький державний педагогічний університет. Кривий Ріг, 2019. С. 96-100].

О. В. Мартинчук, м. Київ,
o. martynchuk@kubg.edu.ua

Н. Б. Дуб'юк, м. Київ,
nbdubiuk.fpsrso23m@kubg.edu.ua

АКТУАЛЬНІСТЬ МОДЕЛЮВАННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ПРОФІЛЮ КООРДИНАТОРА ІНКЛЮЗИВНОГО НАВЧАННЯ ДЛЯ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ УКРАЇНИ

На сьогодні актуальною проблемою є забезпечення якості інклюзивного навчання у закладах освіти. Аналіз зарубіжних та вітчизняних досліджень (Д. Деллер, Т. Лорман, Д. Лупарт, О. Мартинчук, Н. Софій, Т. Скрипник та ін.) свідчить, що одним з чинників організації та реалізації якісного інклюзивного навчання є наявність у складі команди психолого-педагогічного супроводу дитини з особливими освітніми потребами координатора інклюзивного навчання, оскільки співробітництво усіх її членів заради досягнення поставлених цілей, взаємодія з різними установами: медичними, соціальними, освітніми потребує координації [1]. Проте, наразі у вітчизняних закладах освіти відсутня посада координатора інклюзивного навчання, проте координація діяльності команди супроводу дитини з

особливими освітніми потребами має здійснюватися задля реалізації її індивідуальної програми розвитку.

З метою моделювання професійного профілю координатора інклюзивного навчання ми поставили собі за мету визначити зміст трудових функцій координатора інклюзивного навчання. Для цього ми проаналізували низку зарубіжних нормативних документів. Особливу увагу приділили вивченню законодавчих документів Республіки Польща [2], яка з 2022 року ввела до штатного розпису державних закладів освіти посаду спеціального педагога, до трудових функцій якого належить у тому числі й координація діяльності команди психолого-педагогічного супроводу дитини з особливими освітніми потребами.

Аналіз нормативних документів дає змогу нам виділити такі трудові функції фахівця зі спеціальної освіти закладу дошкільної та загальної освіти, які уможливають його діяльність з координування дій команди психолого-педагогічного супроводу дитини з особливими освітніми потребами для забезпечення якісного інклюзивного навчання.

Співпраця з адміністрацією закладу освіти, що передбачає розроблення рекомендацій директору закладу освіти щодо забезпечення активної та всебічної участі учнів / вихованців з ООП у житті школи / дитячого садочка.

Співпраця з учителями, іншими фахівцями (асистентом вчителя, вчителем-логопедом, вчителем-дефектологом) за такими напрямками:

- проведення науково-діагностичних заходів, пов'язаних з виявленням психофізичних особливостей та індивідуальних можливостей дітей з особливими освітніми потребами з метою визначення їх сильних сторін, інтересів і талантів та причин навчальних невдач або освітніх труднощів, у тому числі бар'єрів та обмежень, що перешкоджають функціонуванню дитини та її участі у житті закладу освіти;
- вирішення дидактичних та виховних завдань під час роботи з дитиною, яка має особливі освітні потреби;
- визначення умов, необхідних для навчання, наявності спеціального обладнання та засобів навчання, у тому числі з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, що відповідають індивідуальним освітнім потребам і психофізичним можливостям дитини з особливими освітніми потребами.

Співпраця з командою психолого-педагогічного супроводу у межах розроблення та реалізації індивідуальної програми розвитку дитини з особливими освітніми потребами.

Підтримка вчителів та інших спеціалістів під час:

- виявлення причин навчальних труднощів, у тому числі бар'єрів та обмежень, що перешкоджають діяльності дитини з особливими освітніми потребами та її участі у житті школи / дитячого садка,
- надання психолого-педагогічної допомоги у безпосередній роботі з дитиною, яка має особливі освітні потреби,
- здійснення модифікацій змісту освіти та адаптацій методів і способів роботи до освітніх потреб дитини та її психофізичних можливостей.

Надання допомоги батькам дитини з особливими освітніми потребами з питань:

- організації освітньої діяльності дитини вдома;
- налагодження співпраці з навчальним закладом (адміністрацією, вчителями, асистентом вчителя тощо).

Співпраця (залежності від потреб дитини з особливими освітніми потребами) з *іншими (зовнішніми) суб'єктами*: інклюзивно-ресурсними центрами, реабілітаційними центрами, громадськими організаціями тощо за такими напрямками:

- організація консультацій фахівцями інклюзивно-ресурсних центрів;
- організація тренінгів та семінарів для підвищення кваліфікації педагогічних працівників для розвитку їхніх компетенцій в роботі з дітьми з особливими освітніми потребам;
- спільна робота із зовнішніми (фахівцями) над створенням доступного фізичного та інформаційного середовища для дітей з особливими освітніми потребами.

Внесення пропозицій до педагогічної ради щодо підвищення кваліфікації вчителів, адміністрації школи з питань організації та впровадження інклюзивного навчання у закладі освіти.

Отже, аналіз міжнародного досвіду дасть змогу системно і фахово підійти до розроблення моделі професійного профілю координатора інклюзивного навчання для закладів освіти України.

Список використаних джерел:

1. Мартинчук О. В., Скрипник Т. В., Федоренко О. Ф., Найда Ю. М., Заєркова Н. В. Проблеми сучасного кадрового забезпечення інклюзивного навчання в Україні. *Суспільство та національні інтереси*, 2024. №4 (4). С. 485-497
2. Rozporządzenie Ministra Edukacji i Nauki z dnia 22 lipca 2022 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie zasad organizacji i udzielania pomocy psychologiczno-pedagogicznej w publicznych przedszkolach, szkołach i placówkach, §24a. URL : <https://isap.sejm.gov.pl/isap.nsf/DocDetails.xsp?id=WDU20220001594>

**О. В. Мартинчук, м. Київ,
o.martynchuk@kubg.edu.ua**
**Н. Л. Шнит, м. Київ,
nlshnyt.fpsrso23m@kubg.edu.ua**

ФОРМУВАННЯ СТАТЕВОЇ ОСВІЧЕНОСТІ ПІДЛІТКІВ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ ЯК СКЛАДОВА ВИХОВАННЯ В ІНКЛЮЗИВНОМУ ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Формування статевої освіченості підлітків з особливими освітніми потребами (далі - ООП) є важливим аспектом виховання в інклюзивному освітньому середовищі. Статева освіта передбачає надання адаптованої інформації, що враховує вікові та культурні особливості учнів і сприяє розвитку навичок, необхідних для успішної соціалізації, ухвалення рішень, встановлення особистих меж та уникнення ризикованої поведінки. У даному контексті важливим є

забезпечення системного підходу до навчання, зокрема в аспектах фізіологічного, психологічного та соціального розвитку молоді.[1].

Результати теоретичного аналізу літературних джерел свідчать, що статева освіченість є важливим аспектом виховання підлітків і молоді, зокрема тих, які мають особливі освітні потреби. Педагоги відіграють ключову роль у формуванні цих знань і навичок, але в Україні ця тема ще недостатньо розвинена у контексті роботи з молоддю з ООП. [2].

З метою визначення наявного стану сформованості статевої освіченості у підлітків і молоді з особливими освітніми потребами та рівень обізнаності педагогів щодо формування статевої освіченості у цієї категорії учнів нами були проведені відповідні дослідження.

Так, під час дослідження, спрямованого на вивчення особливостей статевої освіченості підлітків з різними категоріями освітніх труднощів, нами було враховано складнощі, пов'язані з комунікацією та інтелектуальними функціями, що спонукало нас до використання різних методів збору даних. Для підлітків з функціональними мовленнєвими та зоровими освітніми труднощами застосовувалося анкетування, яке дало змогу оцінити їхні знання щодо статевої освіти у соціальних, фізіологічних і психологічних аспектах. Для підлітків із інтелектуальними освітніми труднощами використовувався метод глибинного інтерв'ю, що уможливив детальніше розкриття їхніх уявлень про фізіологічний розвиток та особисті межі, а також виявлення труднощів у розумінні цих аспектів.

Результати опитувань засвідчили, що рівень статевої освіченості підлітків з ООП значною мірою залежить від категорії освітніх труднощів. У підлітків із функціональними мовленнєвими та зоровими освітніми труднощами спостерігаються труднощі у сприйнятті інформації, пов'язаної з соціальними навичками та взаємодією в соціумі. Зокрема, виникають труднощі з розумінням меж особистого простору, навичками встановлення соціальних контактів, а також адекватним сприйняттям фізіологічних змін. Підлітки з інтелектуальними порушеннями демонструють певні складнощі у розумінні основних понять, що стосуються фізіологічних аспектів дорослішання, правил приватності та соціальної взаємодії, що вимагає більш адаптованого підходу та індивідуальних програм виховання.

Для визначення рівня обізнаності та готовності педагогів до впровадження елементів статевої освіти під час виховної роботи з підлітками з ООП було проведене анкетування 41 фахівців, які працюють з цією категорією молоді через Google Форми за розробленими критеріями та показниками, що дало змогу оцінити їхню готовність до інтеграції статевої освіти в систему виховання в інклюзивному освітньому просторі.

Згідно з результатами опитування вчителів, 43,9% респондентів вважають статево освіту важливою, 56,1% — дуже важливою. Це свідчить про загальну згоду серед освітян щодо необхідності формування статевої освіченості у підлітків з ООП.

Крім того, було виявлено труднощі у викладанні статевої освіти для молоді з ООП. Зокрема, вчителі зазначали про пасивність батьків через делікатність теми (36,8%) та брак спеціальної підготовки у вчителів (26,3%). Водночас більшість вчителів вказують на необхідність інтеграції статевої освіти у навчальні програми

(71,1%) та на важливість співпраці між школою, батьками та спеціалістами.

За результатами проведеного дослідження можна дійти висновку, що статева освіченість є важливим компонентом соціальної адаптації підлітків з ООП. Відтак, ця проблема потребує вирішення на рівні розроблення науково-теоретичних засад та навчально-методичного забезпечення.

Список використаних джерел:

1. Шнит Н. Л., Мартинчук О. В. Особливості формування статевої освіченості у молоді з особливими освітніми потребами: польський досвід. *Наукові інновації та передові технології*, 2024. №8 (36). С. 14721482
2. Найдьонова Г. Проблема психосексуального розвитку дітей із інтелектуальною недостатністю. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. Сухомлинського. Психологічні науки*. 2017. № 1. С. 122-126.
3. Fornalik I. Jak edukowac seksualnie osoby niepełnosprawne intelektualnie? *Poradnik dla specjalistów*. Warszawa : Stowarzyszenie „Bardziej Kochani” i innych publikacji, 2010.

Я. В. Мартинюк, м. Київ,
y.martyniuk@kubg.edu.ua

СОЦІАЛЬНА ЗГУРТОВАНІСТЬ ЯК ІНСТРУМЕНТ ОБ'ЄДНАННЯ ГРОМАДИ ПОСТРАЖДАЛОЇ ВІД ВОЄННИХ ДІЙ

Значне посилення та активізація згуртованості українського народу прослідковується з 2014 року з початком бойових дій на Сході України, анексією Автономної республіки Крим, запровадженням антитерористичної операції, а потім і операції об'єднаних сил на Сході України. Про соціальну згуртованість, як масове явище, можемо говорити після повномасштабного вторгнення російської армії на територію України 24 лютого 2022 року.

За визначенням А. Колот, соціальна згуртованість, у найбільш загальному розумінні, це: включеність і участь членів суспільства у політичному, економічному й культурному житті; почуття солідарності та належності до суспільства, що засноване на ефективному використанні громадянських прав. Добробут і мир абсолютної більшості громадян, гармонійні й стабільні відносини, мінімізація соціальної ізоляції та соціальної дезінтеграції – основа соціальної згуртованості суспільства [3, с. 11].

Головною умовою згуртованості та активізації людських ресурсів місцевих громад, на думку Т. Спіріна та Т. Лях, є прагнення соціальної активності, соціальної значущості, самоврядування, інтерес спробувати й досягнути поставленої мети, удосконалення здібностей, стимулювання ініціативи та творчості [4, с. 26]. Адже це сприяє активізації громади навколо спільної проблеми, розуміння потреб суспільства та адекватної реакції на них. Відбувається процес формування свідомого громадянства, здатний взяти на себе відповідальність за процеси, що відбуваються у суспільстві [4].

Велика кількість людей дотичні до війни, котра розпочалася ще з 2014 року. На нашу думку, умовно даних громадян можна об'єднати у дві групи, ті які

постраждали від війни та потребують допомоги й тих, хто вступив у Збройні сили України та територіальну оборону захищаючи цілісність країни, хто надає допомогу громадянам які її потребують.

Перша група – це громадяни які постраждали від дій ворожої армії, втратили членів сімей, близьких, рідних; лишилися житла, майна; особи, котрі рятуючись від війни вимушені були переселитися (ВПО) на безпечну територію України чи за кордон.

До другої групи належать особи, які доєдналися до збройних сил України; люди котрі згуртувалися, почали займатися волонтерством та надають допомогу іншим; громадяни котрі, на волонтерських засадах, стали приймаючою стороною для вимушено переселених осіб та надають їм прихисток.

Спільною рисою, для вищезазначених категорій громадян, є згуртованість суспільства навколо спільної проблеми.

Прикладом згуртованості громади є виявлення волонтерських ініціатив, котрі стали фундаментом до створення благодійних, волонтерських фондів, об'єднань та організацій, а саме:

- Благодійний фонд допомоги армії «Повернись живим». Спеціалізується на закупівлі для військових тепловізорів, окулярів нічного бачення, кровоспинних препаратів та інше. Робота безпосередньо з командним, особовим складом військових частин і контроль доставлення вантажів зі складу до солдатів на фронт.

- Благодійний фонд Сергія Притули. Займається закупівлею тепловізornoї оптики, окулярів нічного бачення, безпілотних літаючих апаратів; убезпечення військовою амуніцією, зброєю та спорядженням; збір гуманітарної допомоги, харчових продуктів, засобів гігієни, медикаментів; забезпечення логістикою. А також закупівля, ремонт та постачання автомобілів військовим.

- Допомогу вимушеним переселенцям, тим, хто постраждав у зоні бойових дій надає Волонтерське об'єднання «Кожен Може допомогти». Об'єднання надає допомогу вимушено переміщеним особам, тим, хто постраждав від рук агресора (поранені, катовані), сім'ям загиблих; збір гуманітарної допомоги, харчі, одяг, побутові речі першої потреби, медикаменти. Допомога соціальним групам, які через воєнні дії перебувають поза увагою, а саме мешканці дитбудинків, інтернатів, притулків для людей похилого віку, реабілітаційних центрів тощо [2].

Тож, на даний час діяльність волонтерських організацій, котрі згуртувалися довкола підтримки військових та громадян які постраждали від воєнних дій, надають допомогу за наступними напрямками: забезпечення Збройних сил амуніцією та військовим приладдям, медикаментами, зброєю, автомобілями; евакуація та перевезення біженців і переселенців; пошук дітей та їхніх батьків; пошук прихистку, житла; гуманітарна допомога забезпечення одягом, їжею, ліками, речами першої необхідності; психологічна підтримка населенню; порятунок тварин; допомога самотнім людям поважного віку; інформаційна підтримка [2].

Найпоширенішим напрямком волонтерської підтримки є забезпечення потреб армії й територіальної оборони всім необхідним та громадян постраждалих від війни. Це доводить, що суспільство може оперативнo згуртовуватися, знаходити спільну мову, домовлятися, виявляти ініціативу, координувати, активізувати спільні зусилля для досягнення необхідних цілей котрі на часі.

На нашу думку, соціальна згуртованість громади – це механізм активізації суспільства до дій, який полягає в тому, що члени громади самі визначають проблематику суспільства, власні можливості, алгоритми дій та працюють задля досягнення цілі у розв’язанні визначеної проблеми.

Громадяни вчаться, як працювати разом ефективно, здійснювати планування, розподіляти та залучати ресурси, оцінювати результати роботи. Вони можуть отримувати допомогу та підтримку від волонтерів, але саме члени громади контролюють процес розв’язання певної проблеми [4, с. 27].

За результатами опитування які проводила дослідницька компанія Gradus Research, з початку війни (з 28 лютого), щоб прослідкувати згуртованість суспільства довкола російсько-української війни, використали метод само заповнення анкет в мобільному додатку, де брали участь респонденти віком від 18 до 60 років.

Попереднє опитування, яке було проведено з 28 лютого по 1 березня 2022 року, показало посилення національної єдності та соціальної згуртованості людей, становить 61% опитаних респондентів (2144), контрольне опитування, яке проводилося 28 березня, показало 86% респондентів (1019), які заявили про згуртованість суспільства [1].

Отже, соціальна згуртованість у найскладніші часи активізує та загартовує народ, сприяє долучатися до розв’язання суспільних проблем країни. Соціальна згуртованість – це інструмент об’єднання громади, суспільства чи країни в цілому, шляхом перезапуску свідомості людей до розуміння значущості пошуку шляхів розв’язання спільних проблем, які з’явилися в середині країни; це єдність народу, солідарність жителів, усвідомлення своєї ідентичності та приналежності до громади, відчуття суспільства підтримки владою.

Воєнні дії та анексія українських територій, котра розпочалася з 2014 року на Сході країни, а потім і повномасштабне вторгнення російських військ на всю територію України, з 24 лютого 2022 року, об’єднало народ у дві групи: тих хто постраждав під час воєнних дій, та тих хто захищає цілісність держави й допомагає громадянам котрі потребують допомоги. З початком російсько-української війни громадські ініціативи котрі згуртувалися та зорієнтувалися на допомогу армії й підтримку людей які постраждали від війни, переросли у волонтерські організації, які надають допомогу суспільству. За даними соціологічних опитувань, згуртованість громади зросла та активізувала суспільство до дій по вирішенню нагальних потреб. У зв’язку з ситуацією яка склалася, напрямки волонтерської роботи розширилися від гуманітарної допомоги армії до психологічної підтримки суспільства.

Список використаних джерел:

1. Близнюк Є. Наша слабкість стала силою. Як змінилося українське суспільство під час війни. Українська правда. URL: <https://www.pravda.com.ua/columns/2022/05/5/7344136/>.

2. Колесник О. Волонтерські організації, які зараз працюють в Україні. Finance.ua. URL: <https://finance.ua/ua/saving/volonterskie-organizacii-v-ukraine>.

3. Колот А. Соціальна згуртованість як доктрина забезпечення стійкості розвитку суспільства в умовах глобальних викликів. Україна: аспекти праці. 2009.

№ 7. С. 11-19. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Uap_2009_7_4.

4. Lyakh T., Spirina T. Rozwoj inicjatyw wolontariackich jako narzcdzia aktywizacji zasobow ludzkich spolecznosci lokalnych. Aktualne problemy spoleczne Ukrainy i Polski. Aspekty partnerstwa instytucji panstwowych i organizacji pozarzqdowych: monografia. Red. nauk.: H. Bejger, O. Lisovets, S. Borysiuk. Chelmskie Towarzystwo Naukowe, 2021. S. 22-30.

**В. М. Мельник, м. Київ,
v.melnyk.asp@kubg.edu.ua**

ПОНЯТТЯ ПРО ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Постановка наукової проблеми. Соціальне середовище вагомо впливає на поведінку та активність кожної окремої людини. Відносно стійкі зв'язки, якими об'єднані індивіди, визначають види такої групи - велика чи мала. Саме в малій групі людина проводить більшу частину свого життя, як-от, в родині, шкільному класі, трудовому колективі, серед друзів. Прикладами малих груп, найбільш значущих для людини, є сім'я, шкільний клас, трудовий колектив, об'єднання близьких друзів, приятелів тощо [4, с.119].

Основою соціально-культурного розвитку є освіта особистості, враховуючи середовище, що становить стимулюючим фактором розвитку вищих психічних функцій людини в типовому онтогенезі [3, с.113]. До початку дорослого віку, найтриваліший соціально активний час дитина проводить в освітньому закладі. Внаслідок прямого впливу отриманої оцінки й виконання учнем визначених правил шкільного життя, стрімко посилюється інтерес до чинників і змісту моральних норм поведінкових реакцій [3, с.447; 4, с.119]. Вказані новоутворення є підґрунтям подальшого зміцнення саморегуляції, самоконтролю, ускладнення психічних процесів, формування стійких відносин.

Тому, можна окреслити три взаємопов'язаних завдання команди супроводу в закладі освіти. По-перше, систематичне встановлення детального психолого-педагогічного статусу дитини та динаміки її психічного розвитку. Також важливим є створення сприятливих соціально-психологічних умов розвитку особистості для успішного засвоєння академічного матеріалу та встановлення якісних комунікативних зв'язків серед однолітків. По-третє, необхідне забезпечення безпечних складових з метою профілактичної роботи психолога чи надання комплексної допомоги дітям, які мають труднощі в навчанні [1, с.4].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Наразі у психолого-педагогічних працях науковців майже не приділяється увага практичному вивченню психологічних умов; не існує чітко визначеного терміну. Загально окреслюють: психологічні умови є складовою ефективності психологічного забезпечення у процесі самовизначення освітян. Найчастіше до переліку прописують стан розвитку пізнавальної та професійної мотивації до учіння, рівень готовності до професійного саморозвитку, спрямованості досягнення мети, сформованих цінностей. Окремо виділяють несприятливий психологічний клімат у колективі,

наявність конфліктів, спілкування з «нестабільними і важкими» людьми [2, с.15].

Мета статті — визначити перелік психологічних умов у процесі розбудови освітнього середовища.

Виклад основного матеріалу. Основою проходження вікових етапів, досягнення новоутворень й, відповідно, формування людини як особистості є її провідна діяльність. Опанування та поступове ускладнення цієї діяльності є важливою умовою розвитку психіки особи [3, с.440]. Навчальна діяльність є провідною в період молодшого шкільного віку, коли дитина набуває основних інтелектуальних навичок у початковій школі. Залежно від психологічних умов, такі компоненти, як мотивація, учбові задачі, самоконтроль, самооцінка школяра, відрізняються за успішністю академічних знань [2, с.15; 3, с.99].

Окрім того, шкільному психологу важливо пам'ятати про внутрішні чинники, які визначають психологічні умови навчальної діяльності особистості. До прикладу, рівень тривожності, стійкості, показник шкали «екстравертність або інтравертність». Вихідними внутрішніми чинниками є персональні властивості, що проявляються індивідуальною комбінацією ознак [2, с.15].

Тож, психологічними умовами школярів в освітньому процесі можна назвати стан емоційно-вольової сфери розвитку особистості (рівень стійкості чи лабільності), обумовлений впливом внутрішніх і зовнішніх чинників, а також вміння дитини адекватно до ситуації реагувати, вчасно відновлювати й зберігати психічне здоров'я, що забезпечує успішне навчання.

Висновки. В науковій літературі під психологічними умовами розуміють внутрішні і зовнішні фактори, що створюють комплекс обставин освітнього середовища. Залежно від стану й рівня прояву цих чинників, обґрунтовується ефективність навчання, виховання й розвитку людини.

Список використаних джерел:

1. Атемасова О.А. Практична психологія у початковій школі. *Сер. Бібліотека шкільного психолога*. 2010. 160 с.
2. Паламар Б. Психологічні умови та вплив негативних чинників на ефективність навчання в закладі вищої освіти. *Педагогічна освіта: теорія і практика. Психологія. Педагогіка*. Вип. 37 (1). 2022. С. 14-20.
3. Токарева Н.М. Шамне А.В. Вікова та педагогічна психологія : навчальний посібник. 2017. 548 с.
4. Шиліна Н.Є. Основи психології: Навч.-метод. посібник для студентів усіх спеціальностей. 2007. С. 128.

І. В. Музиченко, м. Київ
i.muzychenko@kubg.edu.ua

Ю. В. Одінцова, м. Київ
yvodintsova.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ВЖИВАННЯ ПСИХОТРОПНИХ РЕЧОВИН СТУДЕНТСЬКОЮ МОЛОДДЮ

Студентські роки – це період інтенсивної внутрішньої та зовнішньої трансформації, під час якого ключовими питаннями є самовизначеність, формування ідентичності та соціальна інтеграція. Невизначені перспективи, життя в умовах війни, економічна нестабільність та високий рівень конкуренції породжують стресові ситуації, які стають підґрунтям для вживання наркотиків як спроби знайти вихід з невизначеного життєвого шляху.

У процесі дослідження нами було з'ясовано психологічні особливості вживання психотропних речовин серед студентської молоді. Виявлено психологічні чинники значно впливають на формування звичок вживання ПАР у студентів. Академічний стрес і тривожність виступають основними психологічними детермінантами вживання психотропних речовин. Значні навчальні навантаження, високі вимоги до успішності та соціальний тиск спричиняють емоційний дискомфорт, що студенти часто намагаються зменшити шляхом вживання наркотиків. Психологічний стрес у цьому випадку є основною мотивацією, яка підштовхує до використання ПАР як засобу для полегшення психологічного стану. Важливим фактором є відсутність ефективних навичок саморегуляції. Студенти, які не володіють належними копінг-стратегіями для управління стресом і емоціями, частіше звертаються до наркотиків як до способу справитися з внутрішніми конфліктами. Соціальна ізоляція або відчуття самотності також є суттєвими чинниками, що впливають на вживання психотропних речовин. Студенти, які відчують ізоляцію, можуть шукати наркотики як способу інтеграції в нове соціальне середовище або підтримки вже існуючих зв'язків.

Встановлено, що наркоманія може виникати як наслідок тривалого стресу або психоемоційної нестабільності, яка виникає через неможливість вирішення внутрішніх конфліктів. Наприклад, відсутність самовизначення в житті, невпевненість у власних цілях, низька самооцінка та труднощі з самоідентифікацією можуть підштовхнути студентів до пошуку зовнішніх засобів для уникнення від реальності. Нами було здійснено емпіричне дослідження соціально-психологічних чинників вживання психотропних речовин студентською молоддю та виявлено ступінь схильності студентів до вживання ПАР. На основі проведеного емпіричного дослідження було виявлено різні рівні схильності студентської молоді до залежної поведінки, зокрема психоактивних речовин (ПАР). Найвищий рівень схильності зафіксовано у таких формах залежності, як любовна (10%), телевізійна (8,3%) та алкогольна (8,2%), тоді як наркотична залежність зустрічається найрідше (5,2%). Переважна більшість студентів (76%) не виявляє ознак залежності, проте майже 8% мають виражену схильність до залежностей, що вимагає термінових профілактичних заходів. Результати тестування також підтвердили ефективність профілактичних програм, оскільки лише 7,91%

респондентів мають серйозні ознаки залежної поведінки, а більшість не знаходиться в зоні ризику. Методика оцінки потреби в нових відчуттях вказала на відносно низький рівень схильності до ризикової поведінки, оскільки тільки 8,25% студентів мають високу потребу в нових враженнях.

Отже, важливим елементом є превентивна освіта, яка включає організацію регулярних лекцій і семінарів, а також активне використання соціальних мереж для підвищення обізнаності студентів про негативний вплив психоактивних речовин і популяризацію здорового способу життя.

**Т. М. Нікуліна, м. Київ,
tmnikulina.fpsrso23m@kubg.edu.ua**

КРИЗА ІДЕНТИЧНОСТІ СТАРШОКЛАСНИКІВ ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

Дж. Холліс - американський юнгіанський психоаналітик - описує, що коли ми народжуємось, то відразу маємо в арсеналі декілька «окулярів», призм сприйняття, через які дивимось на цей світ: генетична спадковість, стать, традиції виховання, особливості культури, оточення [4].

Юнацтво є останньою межею між дитинством та дорослістю. Цей вік розпочинається в період з 15-17 і триває приблизно до 23 років. Даний період поділяється на два етапи: рання юність (15-17 - 18 років) та безпосередньо юність (18-23 роки)[3].

Людина в юності стикається з переживанням вікової кризи ідентичності, що є необхідним етапом у формуванні її особистості. Вона свідомо ставить питання: Хто я? Навіщо я живу? У чому сенс мого життя? Те, якими будуть ознаки перебігу кризи ідентичності в юності, матиме прямий вплив на майбутнє доросле життя людини.

Ідентичність - це концепція, що вміщує всі якості особистісних утворень, зумовлена великим масивом біологічних, психологічних, соціальних і культурних факторів [2].

Однією з характеристик вікового періоду є наявність кризи.

Криза - це зіткнення психічної реальності людини з її системою світогляду, патернами поведінки з тією частиною об'єктивної дійсності, яка суперечить її попередньому досвіду. Під час кризових періодів людина здійснює важливу духовну роботу: виявляє суперечності між тим, хто вона є насправді і ким хотіла би бути, що має і що хотіла б мати. У ці періоди вона починає розуміти, що деякі моменти свого життя переоцінювала, а інші - недооцінювала [1].

У 1950 р. Е. Еріксон увів у психологію термін «криза ідентичності». За Е.Еріксоном, для кризи ідентичності нормальним є період сплутаної ідентичності, тобто втрати орієнтирів у самому собі. Чим успішніше юнак або дівчина подолає кризу, тим легше йому/їй буде справитися з подібними переживаннями у майбутньому [5].

Було розглянуто наукові роботи вітчизняних і світових науковців, які вивчали кризу ідентичності юнацтва: К.Г. Юнг, В. Франкл, Т. Титаренко, О. Краєва, Н. Токарева. Підкреслено важливість психологічної допомоги у подолання кризи

ідентичності для забезпечення психологічного благополуччя старшокласників.

Зосередимо увагу на результатах емпіричного дослідження проявів такої кризи у старшокласників. Для досягнення мети дослідження було розроблено опитування, які включало питання щодо різних аспектів переживання кризи ідентичності старшокласників.

Опитування проводилось за допомогою Google Forms, у ньому взяли участь 50 осіб - старшокласників (віком від 15 до 18 років), зокрема 58 % дівчат.

Було виявлено, що більше двох третіх опитаних відчувають нерозуміння з боку батьків, що може призводити до конфліктів і емоційного відчуження. Кожен десятий старшокласник прагне до більшої самостійності, що може викликати напруженість у стосунках з батьками та іншими людьми. Питання про майбутні плани викликають у третини юних індивідів значний стрес, оскільки вони можуть бути недостатньо впевненими у своїх цілях та можливостях. Половина молодих людей мають складності з розумінням своїх почуттів та цінностей, а також із прийняттям інших точок зору. В той же час третина опитаних виявляють високу чутливість до соціальних несправедливостей, що викликає у них сильні емоційні реакції. Виявлено, що понад ніж половина старшокласників відчувають злість через те, що важливі рішення приймаються батьками без їхньої участі, що підкреслює їхню потребу у самостійності.

Результатом емпіричного дослідження є визначення психологічних особливостей переживання кризи ідентичності старшокласниками: підвищена конфліктність у стосунках з батьками, потреба в автономії, тривога від питань про майбутнє, труднощі у самопізнанні та прийнятті чужої думки, важливість належати до групи однолітків, висока чутливість до несправедливості, сумніви у правильності своїх рішень, злість від рішень, які приймають батьки без участі юнаків і юнок, бажання змінити світ на краще.

На основі отриманих емпіричних результатів було розроблено настільну гру «У тебе є вибір», яка спрямована на психологічну допомогу людям юнацького віку у подоланні кризи ідентичності.

Гра побудована таким чином, що в її ході відбуваються зміни різних компонентів самосвідомості гравців - старшокласників: когнітивного розуміння себе, критичного мислення), емоційного (ставлення до себе, до інших, самооцінка, емпатія, відчуття своїх потреб), поведінкового (саморозвиток, саморегуляція, тренування певних навичок комунікації) та саморефлексії. Під час гри старшокласники мають змогу дослідити свою систему цінностей, робити свої вибори у різних контекстах, усвідомити, як вони реагують на труднощі – задля подолання кризи ідентичності.

Перспективою подальших розвідок є апробація гри на вибірці старшокласників, що переживають кризу ідентичності.

Список використаних джерел:

1. Видра О.Г Вікова та педагогічна психологія: Навчальний посібник. Київ: Центр навчальної літератури, 2010. 88 с.
2. Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика: монографія. За ред. С.Д. Максименка, В.Л. Зливкова, С.Б. Кузікової. Суми: Вид-во СумДПУ імені А.С.Макаренка, 2015. 430 с.

3. Савчин М.В., Василенко Л.П. Вікова психологія: навч. посіб. К. 2005. 360 с.
4. James Hollis *The Middle Passage. From Misery to Meaning in Midlife*. Inner City Books. Toronto Ontario. 1993. 128 p.
5. Erikson E.H. *Identity Youth and Crisis* New York City: W. W. Norton & Company. 1968. 336 p.

**Б. В. Плескач, м. Київ,
b.pleskach@kubg.edu.ua**
**С. Т. Репетій, м. Київ,
s.repetii@kubg.edu.ua**

ВСТАНОВЛЕННЯ ОБМЕЖЕНЬ ДО ОНЛАЙН-ТЕСТУВАННЯ ЯК ФАКТОР ПІДВИЩЕННЯ НАДІЙНОСТІ РЕЗУЛЬТАТІВ

Психологічна допомога та підтримка особистості в умовах військового конфлікту часто здійснюється онлайн, через мережу Інтернет. Такий формат роботи дозволяє здійснювати психологічне консультування для клієнтів, які знаходяться в інших містах та країнах. Проте, онлайн консультування має свою специфіку, зокрема, при певних умовах важко оцінити психоемоційний стан клієнта, відокремити ситуативні реакції від розладів, проблеми зумовлені складною ситуацією від хронічної особистісної «вразливості».

Завдяки проведенню психологічного онлайн-тестування консультант може отримати більше інформації про клієнта, підтвердити свої робочі гіпотези тощо. Так, консультант може самостійно обрати необхідні методики для психологічної діагностики, розміщувати їх в гугл-формі та надсилати клієнту посилання для проходження опитувальника.

В науковій літературі відзначається, що при проведенні психодіагностики необхідно врівноважувати фактори, які створюють більш вигідні умови при проведенні тестування для одних опитуваних та бути перешкодою для інших [1, 115]. Тому, уніфікують стимульний матеріал методик, бланки реєстрації, час роботи з тестом, умови проведення [1, с. 115]. Такі дії необхідні для отримання співставних результатів.

При проведенні онлайн психодіагностики спеціаліст безпосередньо не може оцінити клієнта, який заповнює методики, зокрема, його самопочуття (втому чи хворобливий стан). Крім того, спосіб відповіді на тести може відрізнятись (це може бути телефон, чи комп'ютер), що теж може впливати на достовірність результатів. На чисельних сайтах в мережі Інтернет, які пропонують психодіагностику з отриманням автоматично обчислених результатів тестування, ми не зустрічали обмежень чи врахування можливих ситуативних факторів, які можуть впливати на результати тестування, що зменшує їх точність та надійність.

Тому, метою дослідження було вивчити вплив факторів які погіршеного самопочуття та способу проходження тестів на його результати. Оскільки, психолог-консультант в першу чергу працює з інструментарієм спрямованим на діагностику особистості, вивчався вплив зазначених факторів на результати опитувальника 16 PF Р. Кеттелла [2, с. 126].

Вибірка дослідження була утворена студентами Київського столичного університету, яким пропонувалось пройти онлайн тестування. Результати отримані у 49 студентів: 6 чоловіків та 43 жінок. Вік опитаних варіювався від 18 до 46 років, в середньому 21 рік.

Для діагностики фізичного стану пропонувалось оцінити самопочуття на момент тестування з наступними альтернативами: в доброму самопочутті (3 бали); погіршене самопочуття (2); почуваю себе погано (1). Також, було запитання про пристрій на якому даються відповіді: телефон (1); планшет (2); персональний комп'ютер (3). Результати вивчення зв'язку між факторами ситуації тестування та результатами опитувальника Р. Кеттелла представлено в Табл. 1.

Отримані результати показують, що групі студентів, які мають погіршене чи погане самопочуття властиві більш низькі значення за фактором Q1, що може свідчити про їх більшу консервативність та ригідність. Група студентів, яка відповідала на опитувальник з телефона, вирішила менше задач фактору В, що може свідчити про практичність та певну ригідність мислення. Студенти, які відповідали з комп'ютера отримали більш високий бал за фактором І, що може свідчити про їх більш високу чутливість, мрійливість, емпатичність.

Таблиця 1

Статистично-значимий зв'язок між ситуацією тестування та результатами опитувальника Р. Кеттелла

Особливості ситуації тестування		Фактор 16 PF Р Кеттелла	Середнє значення фактору в групах	T критерій Стюдента	U критерій Манна- Уїтні
Самопочуття	Добре	G	7,33	t = 2,05; p < 0,05	Не достовірно
	Погіршене або погане		8,75		
Самопочуття	Добре	Q1	8,45	t = 2,11; p < 0,05	U = 166; p < 0,05
	Погіршене або погане		7,18		
Особливості відповідей	Комп'ютер	B	5,05	t = 3,38; p < 0,01	U = 135; p < 0,01
	Телефон чи планшет		3,66		
Особливості відповіді	Комп'ютер	I	8,79	t = 2,19; p < 0,05	U = 182; p < 0,05
	Телефон чи планшет		7,8		

Виявлені зв'язки не однозначні та можуть показувати як вплив особистості на вибір способу відповіді на психологічний тест, так і - вплив самих умов тестування на його результат. Виявлені зв'язки потребують подальшого дослідження. Але, з теоретичної точки зору можна пояснити, що втома та погіршений стан можуть збільшувати ригідність та консервативні відповіді. Заповнення тесту через телефон може утруднювати зосередження, що буде негативно відобразитись на розв'язанні складних інтелектуальних завдань. Тому, для підвищення надійності результатів, доцільно враховувати ситуативні фактори та пропонувати проходити тестування за умови доброго самопочуття та з використанням комп'ютера з великим екраном.

Список використаних джерел:

1. Галян І. М. Психодіагностика : навч. посібн. Київ: Академвидав, 2009. 464 с.
2. Особистість: практичні засади вивчення. Навчально-методичний посібник: в 2 т. / упоряд. С. М. Дмитрієва та ін. Житомир : видавництво ЖДУ ім. І. Франка, 2017. Т. 2. 330 с.

О. М. Рева, м. Київ,
o.reva@kubg.edu.ua

О. О. Заболотна, м. Київ,
ootolochko.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

У сучасному суспільстві стреси, перенавантаження та екстремальні ситуації стали частиною звичного життя. Поступова втрата емоційної, когнітивної та фізичної енергії відображається на різних рівнях нашого життя: соціально-психологічному, особистісному та професійному, що призводить до формування та розвитку емоційного вигорання. Особливо актуальною проблема є для працівників поліції, які у зв'язку із вторгненням РФ в Україну, працюють в посиленому режимі, що супроводжується значним психічним та фізичним навантаженням, ненормованим робочим графіком, екстремальністю діяльності, що може призвести до появи емоційного вигорання.

Вивченням проблеми емоційного вигорання займаються багато українських та зарубіжних науковців: М. Буриш, А. Видай, С. Гремлінг, Дж. Грінберг, С. Джексон, Ф. Джонс, Р. Кеттел, М. Лейтер, С. Максименко, К. Маслач, М. Смульсона, В. Снеткова, В. Шауфелі та інші. Проблему емоційного та професійного вигорання працівників поліції в даний час досліджують А. Абрамов, Н. Баранюк, І. Ващенко, Л. Карамушка, З. Кісіль, В. Коновалова, В. Медведєв, І. Остополець, Є. Потапчук, Л. П'янківська, В. Серєда, О. Тімченко та інші. Проте проблема емоційного вигорання працівників поліції в умовах воєнного стану в сучасних наукових дослідженнях висвітлена досить обмежено.

За визначенням К. Маслач поняття «емоційне вигорання» трактується наступним чином - це «синдром фізичного та емоційного виснаження, включає розвиток негативної самооцінки, негативного ставлення до роботи та втрату розуміння та співчуття стосовно клієнтів» [2, р. 4]. Дослідниця виділяє три підструктури емоційного вигорання: емоційне виснаження, яке проявляється у вигляді втоми, почутті емоційної спустошеності; деперсоналізація - проявляється у зміні ставлення до оточуючих; редукція професійних досягнень - почуття зниження ефективності діяльності, переживання власної нерезультативності.

Для діагностики особливостей емоційного вигорання у працівників Національної поліції України нами було використано методику «Синдром «вигорання» у професіях системи «людина - людина», розроблену на основі моделі синдрому «емоційного вигорання» К. Маслач і С. Джексон [1, с. 294-295]. Вибірку склали 39 респондентів віком 25-30 років. Дослідження проведено у квітні-травні 2024 року.

За результатами проходження методики за субшкалою «Емоційне виснаження», що характеризується емоційним дефіцитом, психосоматичними та психовегетативними порушеннями, у 18% працівників поліції виявлено високий рівень, у 46% - середній рівень, у 36% - низький рівень. Високий та середній рівні зазначеного показника є свідченням вичерпання емоційних, фізичних та енергетичних ресурсів, що може проявлятися у байдужості або емоційному перенасиченні, дратівливості, відчутті перенапруги, хронічній втомі, неадекватних емоційних реакціях.

За субшкалою «Деперсоналізація» діагностовано: високий рівень у 23% досліджуваних, середній - у 39% та низький - у 38%, що вказує на розвиток особистісного відчуження та емоційне віддалення. У працівників поліції з високим та середнім рівнями даного показника виникають деформації у професійному та особистісному спілкуванні, негативне ставлення до колег чи осіб, що потребують допомоги. Такі працівники, як правило, адаптуються до ситуацій підвищеної психічної напруги за рахунок використання економних засобів реагування на професійні проблеми, прохання колег. Зниження ефективності своєї службової діяльності часто можуть виправдовувати втомою.

За субшкалою «Редукція професійних досягнень» виявлено у 49% високий рівень, у 36% середній рівень та у 15% - низький. Тобто практично у половині досліджуваних сформована, а ще в третини перебуває у стадії формування, оцінка власної діяльності у негативному ключі, знецінення своїх професійних успіхів, досягнень, що негативно впливає на самооцінку й професійну мотивацію, якість виконання обов'язків.

В основному в працівників поліції сформовано фази деперсоналізації та редукції професійних досягнень. Таким чином, поліцейські схильні до інтенсивного переживання психотравмуючих обставин службової діяльності, що призводить до зниження рівня особистісних домагань, незадоволеності своїм становищем, невпевненості у собі та власних силах, відчуття безвиході, підвищення тривожності. Поліцейські виявляють вибірковість емоційного реагування на різні життєві ситуації, емоційно-моральну дезорієнтацію, розширення сфери економії емоцій та редукцію професійних обов'язків.

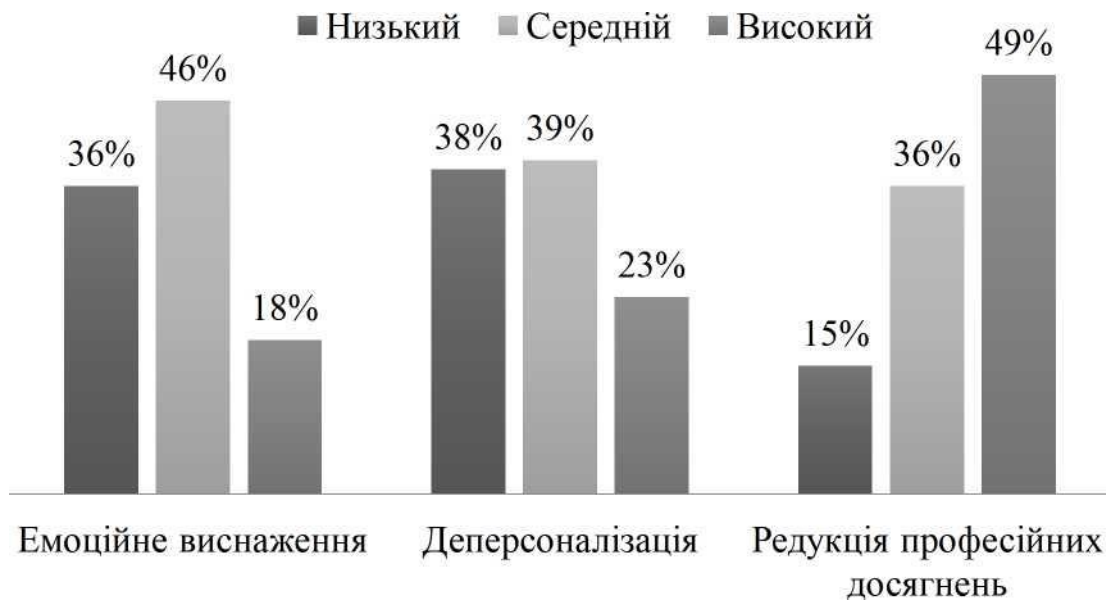


Рис. 1. Результати вивчення емоційного вигорання працівників поліції

Отже, за результатами дослідження можна зазначити, що позитивною динамікою є здебільшого відсутність високих показників за субшкалами. Проте високий у 49% та середній у 36% досліджуваних рівень редукції професійних досягнень, високий у 18% та середній у 46% рівень емоційного виснаження, високий у 23% та середній у 39% рівень деперсоналізації є свідченням формування емоційного вигорання у працівників поліції в умовах воєнного стану, а також вимагають розробки профілактичних та корекційних заходів з метою недопущення розвитку даного синдрому.

Список використаних джерел:

1. Технології роботи організаційних психологів: Навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти / За наук. ред. Л.М. Карамушки. К.: Фірма «ІНКОС», 2005. 366 с.
2. Maslach C., Schaufeli W. B. Historical and conceptual development of burnout. *Professional burnout : Recent developments in the theory and research* / Ed. W.B. Schaufeli, C. Maslach, T. Marek. Washington D.C : Taylor & Francis, 1993. P. 1-16.

О. М. Рева, м. Київ,
o.reva@kubg.edu.ua

О. О. Мікулінцева, м. Київ,
oomikulintseva.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ПОБУДОВА ЖИТТЄВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ В ПЕРІОД РАННЬОЇ ДОРОСЛОСТІ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНОЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

Сучасні обставини породжують численні фактори, що підсилюють соціальну невизначеність багатьох людей. До таких факторів належать військові конфлікти, економічна нестабільність та недостатні реформи в освіті. Причинами діяльності часто стають задоволення від процесу, винагорода або бажання уникнути санкцій.

Невизначеність впливає на людей у різних сферах життя: економічній, політичній, соціальній, культурній, професійній та особистій. Проте найбільш складними залишаються такі аспекти, як соціально- економічний стан, професійна діяльність і здоров'я [1].

Життєва перспектива — це здатність передбачати та планувати своє майбутнє, що відображає прагнення до його покращення в теперішньому часі. Вона демонструє рівень зрілості особистості, сприяючи вдосконаленню способу життя та підвищенню його якості. У сучасних дослідженнях життєвого шляху використовуються психологічні підходи. Позитивістські дослідження, зокрема, зосереджуються на кількісних методах для визначення закономірностей поведінки, але ефективні переважно для великих груп і середніх тенденцій, що стосуються загальних процесів розвитку. Перші згадки про майбутню перспективу ґрунтуються на наукових дослідженнях К. Левіна та Л. Франка. Майбутня перспектива часу розглядається як специфічна форма самопроекції особистості в майбутнє, яка відображає цілісне бачення майбутнього, включаючи ієрархію мотиваційних конструктів. Водночас вона виходить за рамки існуючих мотиваційних систем. Л. Франк пов'язує цей феномен із ціннісними орієнтирами людини [2].

З психологічної точки зору, життєва перспектива виконує кілька важливих функцій. По-перше, вона служить основою для створення особистих життєвих планів і визначення цілей. Людина будує свої уявлення про майбутнє на основі власних можливостей, прагнень і доступних ресурсів. По-друге, життєва перспектива допомагає підтримувати відчуття стабільності й контролю в мінливих обставинах. Людина, яка має чітке уявлення про свої майбутні кроки, легше справляється зі стресовими ситуаціями і несподіваними змінами. По- третє, життєва перспектива є важливим фактором саморозвитку. Вона спрямовує особистість на подальше вдосконалення, пошук нових можливостей і досягнення вищих цілей. Людина, яка має чітку життєву перспективу, постійно працює над своїми навичками, будує стосунки з іншими та відкриває для себе нові шляхи самореалізації [3].

Психологічно рання дорослість є часом дослідження власного «я» та побудови стосунків з іншими. У цей період особистість активно шукає відповіді на питання, пов'язані зі своєю професійною діяльністю, особистим життям, моральними цінностями та соціальними ролями. Період дорослості охоплює значну частину життя людини і включає три етапи: молодість, зрілість і старість. Кожен із цих етапів формується під впливом накопиченого життєвого досвіду та індивідуально-типологічних особливостей. Психологічні виклики цього етапу включають збереження балансу між особистими амбіціями і реальними обставинами, розвиток самоконтролю та відповідальності. Людина намагається визначити свої життєві цілі, побудувати довгострокову перспективу та виробити стратегії для їх досягнення.

Питання побудови життєвих перспектив у період ранньої дорослості є досить дослідженим, але мало уваги приділено аспекту соціальної невизначеності та її впливу на життєві плани молоді.

Для виявлення життєвих цілей, стратегій та побоювань молоді, ми використовували методики «Індекс задоволеності життям (Life Satisfaction Index A,

LSIA)» та «Шкала тривожності Дж. Тейлор» (в адаптації В.Г.Норакідзе). Вибірку дослідження склали 30 осіб періоду ранньої дорослості.

За результатами методики «Індекс задоволеності життям (Life Satisfaction Index A, LSIA)», 56,7% респондентів задоволені своїм життям, що свідчить про позитивний емоційний стан, впевненість у своїх можливостях і здатність досягати поставлених цілей. Водночас 6 респондентів (20% від загальної кількості) продемонстрували низькі показники задоволеності. Це може вказувати на їхнє негативне ставлення до власних досягнень, соціальних взаємин та майбутнього, що свідчить про несприятливий емоційний та психологічний стан цієї групи. Аналіз результатів також показує, що шкали «фон настрою» та «послідовність у досягненні цілей» мають однаковий показник - 0,53, що свідчить про взаємозв'язок між настроєм і здатністю досягати цілей. Цей рівень вказує на відсутність крайніх проявів оптимізму або песимізму серед більшості респондентів. Крім того, шкали «узгодженість між поставленими цілями та досягнутими результатами» та «позитивна оцінка себе і власних вчинків» також мають однаковий показник - 0,51. Це підкреслює зв'язок між досягненнями та самооцінкою. Загалом результати LSIA свідчать, що більшість респондентів демонструють задоволеність життям і емоційну стабільність. Однак існує група осіб, які потребують додаткової підтримки для покращення мотивації та самооцінки, що може позитивно вплинути на їхній рівень загальної життєвої задоволеності.

Результати дослідження за методикою «Шкала тривожності Дж. Тейлора (в адаптації В.Г. Норакідзе)» показують, що найбільша кількість респондентів (15 осіб, або 50% від загальної кількості опитаних) мають рівень тривожності, який можна охарактеризувати як «середній, наближений до низького». Такий рівень тривожності вважається варіантом норми, що дає підстави припустити, що більшість опитаних не мають значних проблем із тривожними станами. Водночас один респондент (3,3% від загальної кількості) показав найвищий рівень тривожності, що може свідчити про його схильність до високого рівня тривожності, яка може впливати на повсякденне життя. Це може бути ознакою надмірної емоційної реакції на стрес чи тривоги щодо майбутнього. Загалом, рівень тривожності в групі можна вважати нормальним, хоча наявність окремих випадків підвищеної тривожності вказує на потребу в додаткових заходах для підтримки емоційного здоров'я цих людей. Результати свідчать, що більшість респондентів успішно справляються зі своєю тривожністю, використовуючи здорові адаптивні механізми.

Отже, результати нашої роботи свідчать, що більшість респондентів демонструють задоволеність життям і емоційну стабільність. Рівень тривожності у вибірці можна вважати нормальним, проте є респонденти з високим рівнем тривожності. Відповідно до отриманих результатів, нами було розроблено тренінгову програму «Шляхи побудови життєвих перспектив», спрямовану на розвиток особистих стратегій побудови життєвої перспективи, який складається з п'яти тренінгових сесій. Метою тренінгу є розвиток особистих стратегій шляхом опанування технік постановки реалістичних цілей, подолання стресу та невизначеності, розвитку адаптивності та рефлексивності.

Список використаних джерел:

1. Головаха Є., Горбачик А. Тенденції соціальних змін в Україні та Європі: за результатами «Європейського соціального дослідження» 2005-2007/2009-2011. - К.: Інститут соціології НАН України, 2012. - 119 с.
2. Пирог Г. В. Зв'язок життєвих стратегій сучасної молоді з психологічним віком: теоретичні аспекти / Г. В. Пирог, Л. О. Мороз // Сучасні наукові дослідження в психології та педагогіці - прогрес майбутнього : збірник наукових робіт учасників міжнародної науково-практичної конференції. - Одеса : ГО «Південна фундація педагогіки», 2018. - С. 22-25.
3. Панок В.Г., Рудь Г.В. Психологія життєвого шляху особистості. - К.: Ніка-Центр, 2006. - с.280

О. М. Рева, м. Київ,
o.reva@kubg.edu.ua
С. А. Олійник, м. Київ,
saoliinyk.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНОСТІ ВЕТЕРАНІВ ДО РЕІНТЕГРАЦІЇ В ЦИВІЛЬНЕ ЖИТТЯ

З початком повномасштабної війни в Україні ветерани займають важливе місце в українському суспільстві. Досвід, здобутий ними в зоні бойових дій має суттєвий вплив на процес їхньої реінтеграції до цивільного життя. Ключову роль в процесі цього переходу відіграє саме психологічна готовність ветерана. На цьому етапі свого життя ветерани можуть відчувати беззмістовність буття, втрату сенсу та мотивації жити далі, що заважає розробляти плани та визначати перспективи на майбутнє.

Після повернення з війська особистість військового змінюється. Він повертається іншим, з новим досвідом, який потрібно інтегрувати та навчитися жити з ним далі. В кризовий момент повернення військового додому актуалізуються його глибинні екзистенційні питання, в рамках відповідей на які потрібно заново відкрити сенси свого життя. Після жорстокого досвіду війни, повертаючись в цивільне середовище, ветерани можуть не відчувати змісту та сенсу свого життя. У своїй книзі «Людина в пошуках справжнього сенсу» В.Франкл найменував це «екзистенційною фрустрацією», яка може породжувати неврози [1]. Сенс життя людини нерозривно пов'язаний з її цінностями, вони є потужним мотиватором людської поведінки (І.Кант). На війні змінюється світогляд кожної людини, більшість цінностей втрачають свою актуальність. Після повернення з війни світ для людини стає наче чорно-білим, усе те, що раніше приносило щастя та було важливим більше таким не являється. В цей момент відбувається сенсова девальвація (знецінення цінностей), що може призводити до депресивних станів [2].

Саме виходячи з цих концептуальних положень, метою нашої роботи було вивчення рівня мотивації ветеранів до їх реінтеграції в цивільне життя через оцінку аспектів сенсу життя та рівня індексу посттравматичного зростання. З цією метою ми використали «Опитувальник сенсу життя» (The Meaning in Life Questionnaire,

MLQ 2006) та «Опитувальник посттравматичного зростання» Р. Тадеші, Л. Колхун (Post Traumatic Growth Inventory) в адаптації Д. С. Зубовського. Нашу вибірку склали 25 ветеранів, чоловічої статі, у віковому діапазоні від 21 до 59 років.

Аналізуючи результати відповідей ветеранів за методикою «Опитувальник сенсу життя» можна дійти висновку, що 40% ветеранів мають сенс у своєму житті, який ґрунтується на абсолютно суб'єктивній оцінці. Меншу відсоткову кількість набрала шкала «Пошук сенсу», яка зібрала 36% відповідей. До цієї категорії увійшли ветерани, що перебувають в процесі пошуку сенсу життя, вони ще не визначили для себе його остаточну, але прагнуть до його відкриття. В результаті дослідження 24% ветеранів набрали однакову кількість балів за шкалами «Наявність сенсу» та «Пошук сенсу», що змусило виділити їх в окрему категорію за шкалою «Наявність сенсу і подальший пошук». Такий результат спонукає стверджувати, що дана категорія ветеранів не зупиняється на наявності уже усвідомленого сенсу в їх житті, вони прагнуть до розвитку, самопізнання та самотрансцендентності у відкритті ще нових сенсів. Загалом, більшість ветеранів (64%) мають певний сенс життя, тоді як 36% все ще знаходяться в пошуку, що вказує на важливість підтримки їх у процесі їх проходження шляху реінтеграції до цивільного життя.

«Опитувальник посттравматичного зростання» Р. Тадеші, Л. Колхун допоміг виміряти позитивні зміни, які відбуваються в житті ветеранів після пережитого ними травматичного досвіду війни. Результати аналізу свідчать, що 27% ветеранів мають високі бали за шкалами «Ставлення до інших» та «Нові можливості». Це свідчить про те, що після пережитих подій ветерани більше цінують міжособистісні стосунки, вони почали більше докладати зусиль на побудову стосунків з людьми, що потребують допомоги та підтримки. Шкала «Нові можливості» демонструє, що 27% ветеранів після травмуючої події всеодно відкривають для себе щось нове та цікаве у житті, вони навчилися змінювати те, що цим змінам піддається, а деякі речі приймати як даність, якщо повпливати на них неможливо. Усвідомили власну силу особистості та цінність життя 20% ветеранів. Всупереч досвіду війни, вони познайомилися з власною стійкістю та силою, яка раніше була їм невідома, що допомагає долати життєві негаразди. Також 20% ветеранів глибше усвідомили цінність власного життя, вони почали більше цінувати кожен день свого життя та робити його більш сенсовним. Лише у 6% ветеранів зрушилися зміни духовного характеру. Ця шкала демонструє наскільки людина стала більш віруючою та почала розуміти саме духовні питання. Це найменший показник, що може свідчити про те, що цей аспект не є головним у процесі їхнього посттравматичного розвитку. Таким чином, більшість ветеранів підкреслюють важливість взаємин і нових можливостей після травматичних подій, що демонструє їхню здатність до адаптації та зростання в різних сферах життя.

Узагальнення результатів свідчить, що 48% ветеранів мають середній рівень посттравматичного зростання, що свідчить про значний вплив пережитих подій, але з частковим особистісним прогресом. Ця група ветеранів, ймовірно, відчуває як позитивні, так і негативні наслідки свого досвіду, і все ще перебуває в процесі зростання. Високий рівень посттравматичного зростання мають 32% ветеранів. Це означає, що ці ветерани змогли максимально використати свій досвід для особистісного розвитку, стали більш впевненими, відкритими до нових

можливостей і змінили свої погляди на життя. Близько 20% ветеранів відзначили низький рівень посттравматичного зростання, що може свідчити про труднощі у відновленні та реінтеграції до цивільного життя після травматичних подій. Ця група ветеранів, можливо, потребує додаткової підтримки для покращення свого емоційного та психологічного стану.

Тож, можна дійти висновку, що більша кількість ветеранів, незважаючи на травматичний досвід війни, вмотивовані до повернення в цивільне життя, вони вбачають сенс свого життя та зацікавлені в подальшому пошуку та реалізації нових сенсів. Однак, є значна кількість ветеранів, що можуть мати труднощі на шляху своєї реінтеграції. Дана категорія ветеранів показала низький рівень посттравматичного зростання, що є наслідком переживання ними екзистенційного вакууму та відсутності сенсу в їхньому житті. З цього витікає висновок, що таким ветеранам потрібен психологічний супровід та допомога в такий хиткий період їхнього переходу до цивільного життя.

Список використаних джерел:

1. Франкл, В. (2016). Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Family Leisure Club.
2. А. Бережанський, С. Грилюк С. (2024). Як залишитися собою під час війни та після. Практики психофізичного здоров'я воїна. Київ: Видавничий дім «СВАРОГ», 2024. 376 с.

**П. Г. Рубан, м. Київ,
p.ruban.asp@kubg.edu.ua**

РОЛЬ СОЦІАЛЬНОГО ПІДПРИЄМСТВА У СТВОРЕННІ ІНКЛЮЗИВНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА ДЛЯ ОСІБ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ

Зважаючи на світові тенденції та тяжкі наслідки війни в Україні, українське суспільство стає на шлях побудови інклюзивного освітнього простору, де кожен, незалежно від своїх особливостей, має рівні можливості для здобуття якісної освіти з подальшим працевлаштуванням за обраною спеціальністю. Окремо слід виділити категорію осіб з інвалідністю внаслідок інтелектуальних порушень, доступ до освіти та професійна реалізація яких не тільки гарантована «Конвенцією ООН про права осіб з інвалідністю», а також є важливим кроком до соціальної інтеграції та самостійного життя. Особи з інвалідністю внаслідок інтелектуальних порушень, часто потребують додаткової підтримки та адаптації оточуючого середовища, індивідуальних підходів у навчанні та соціальній адаптації. [1]

На даний час в Україні існує ряд державних навчальних закладів, що забезпечують професійно-технічну підготовку осіб з особливими освітніми потребами, керуючись Постановою Кабінету Міністрів України №636 «Порядок організації інклюзивного навчання у закладах професійної (професійно-технічної) освіти», від 10 липня 2019 р. Наприклад, «Київський професійний коледж технологій та дизайну», «Київський професійний коледж цивільного будівництва» та «Київський професійний коледж сфери послуг» пропонують адаптовані

програми з різних професій (кухар, взуттєвик, флорист, квітникар, озеленювач). На жаль, часто знання отримані під час навчання неможливо застосувати на практиці, через малу кількість вакансій на ринку та часті упередження та стигматизацію осіб з інвалідністю внаслідок інтелектуальних порушень.

В свою чергу, поряд з державними ініціативами, у професійно-технічній підготовці осіб з інвалідністю внаслідок інтелектуальних порушень, все більшої актуальності набуває роль соціальних підприємств. Такі підприємства, як інклюзивна пекарня «Good bread from Good people», кафе-пекарня «Sunshine Cafe», пропонують не лише професійне навчання в практичній площині, а й реальні можливості для працевлаштування та соціальної адаптації осіб з інтелектуальними порушеннями.

Спираючись на висновки науковців, та свій практичний досвід, можемо зазначити, що у процесі трудового навчання здійснюється формування трудових умінь та навичок, розвивається самостійність та асертивність. [2] Серед переваг навчального процесу на соціальних підприємствах, можна розглядати наступні аспекти:

Таблиця 1

Переваги навчального процесу на соціальних підприємствах

1	Індивідуальний підхід	надає можливість адаптувати програму під індивідуальні особливості особи з інвалідністю
2	Практична орієнтованість	навчальний процес відбувається безпосередньо на робочому місці, що сприяє кращому засвоєнню матеріалу
3	Гнучкість	можливість комбінувати навчальний процес з іншими видами діяльності
4	Соціальна акцептація	створення комфортного та безпечного середовища, в якому особи з інвалідністю почувуються прийнятими

На нашу думку, в сучасній науці, дослідження потенціалу соціальних підприємств у розвитку інклюзивної освіти є актуальним завданням. Такий підхід дозволить створити прогресивні моделі співпраці між державними структурами, освітніми закладами та соціальними підприємствами, зокрема, створити умови, в яких кожна особа з інтелектуальними порушеннями матиме можливість реалізувати свій потенціал та стати повноцінним членом суспільства.

Список використаних джерел:

1. Ашиток Н. І. Інвалідність як соціально-педагогічна проблема. Молодь і ринок. 2012. № 9. С. 27-30.
2. Бондар В. І. Дидактичні функції професійно-трудоного навчання осіб з інтелектуальними порушеннями та умови їх реалізації. Актуальні питання корекційної освіти. Педагогічні науки. - 2016. - Вип. 8. - С. 29-37.
3. Закон України «Про ратифікацію Конвенції ООН про права осіб з інвалідністю і факультативного протоколу до неї» від 16.12.2009. № 1767-VI. URL:

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1767-17#Text> (дата звернення: 30.09.2024).

4. Постанова Кабінету Міністрів України №636 «Порядок організації інклюзивного навчання у закладах професійної (професійно-технічної) освіти», від 10 липня 2019 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/636-2019-п#Text> (дата звернення: 30.09.2024).

М. В. Сітцева, м. Київ,
m.sittseva.asp@kubg.edu.ua

ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДСТАВИ ФОРМУВАННЯ АТРИБУТИВНОГО СТИЛЮ ОСОБИСТОСТІ ЗАСОБАМИ АНІМАЦІЇ

Розмаїття засобів візуальної комунікації, чільне місце серед яких займають і засоби анімації, провокує численні наукові розвідки з питання впливу, який чинять візуальні засоби на особистісні диспозиції, зокрема і як стильові складники. Стиль особистості як співвідношення структур індивідуальності між собою [2] є, на наш погляд, найбільш піддатливим до впливу засобами візуальної, і першочергово анімаційної форми репрезентації інформації. Атрибутивний стиль, позначаючи векторність, експресивність та суб'єктивність ставлення особи до оточуючої дійсності, є, таким чином, психологічно чутливим до змін у типах та формах взаємодії особистості із зовнішнім світом. «Увесь світ став глобальною комунікацією і хоче розповідати історії про себе, про свою індивідуальність» [4].

Як будь-який візуальний продукт, анімація вимагає активного сприйняття і розуміння глядачем змісту сюжету і поведінки героїв, динаміки сюжетної лінії і причинно-наслідкових зв'язків, що вимагає від глядача пояснювальних умінь, тобто повноцінного прояву власного атрибутивного стилю. Теза про індивідуальний стиль сприйняття аудіовізуального повідомлення підкріплюється й тим, що одна і та ж візуальна інформація сприймається різними глядачами по-різному. Таким чином, і сенси, закладені в анімаційному повідомленні, різні учасники комунікації можуть зчитувати по-різному. Тож, комунікаційна модель анімації як аудіовізуального продукту, за нашим твердженням, передбачає конструювання нових елементів у структурі атрибутивного стилю, принаймні з причини необхідності його придатності до пояснення побаченого на екрані.

Своєрідність анімації полягає у її специфічних рисах: особлива структура умовності, свобода у трактуванні перетвореного та вигаданого простору і часу, підкреслена метафоричність мови, що робить її найбільш придатною до вираження сюжетів гротескно-пародійного, яскраво-комічного чи піднесено-поетичного змісту. Атрибутивний стиль особи закономірно має бути адаптований до психологічної потреби засвоєння сприйнятого нетипового візуального повідомлення, що характеризується рисами високої метафоричності й умовності зображуваного.

Засоби анімації є ключовими інструментами впливу на атрибутивний стиль, адже саме засоби анімації лежать в основі самої можливості пояснення того, що відбувається на екрані, в анімації. В якості провідного засобу анімації ми виокремлюємо образність. Образність як засіб анімації розуміємо як: 1) семантичну двоплановість [3], що створюється в мовленні - метафорою,

метонімією, порівнянням, уособленням, втіленням, метаморфозою - та обумовлюють відповідний комунікативний й естетичний ефект; 2) експресію [5], тобто як комунікативну й естетичну характеристику мовлення, висловлювання різної стилістичної приналежності: художньої, публіцистичної, розмовно-побутової, створюваної різними способами (звукозапис, прийоми мовної гри тощо); 3) здатність слова / висловлювання викликати у свідомості реципієнта чуттєво-наочне уявлення про предмет чи ситуацію, емпіричний - зоровий, слуховий, смаковий чи інший, або комплексний полісенсорний - образ предмета; 4) форму концептуалізації знань про оточуючу дійсність, їх акумулювання та збереження, як структурний елемент концепту або як тип концепту.

Крім того, існування образу, як і тексту, можливе лише в модусі «для». Без певної суб'єктивності та поза соціокультурними контекстами існування образу недоцільне. Приходимо до висновку, що образність в анімації є суб'єктивно сконструйованою на основі атрибутивного стилю формою сприйняття аудіовізуального повідомлення.

Також відзначимо, що психосемантичний підхід дає змогу визначати візуальну комунікацію як «окремий семантичний простір з притаманною йому знаковістю» [1]. Суб'єктивна семантика анімаційного продукту у побудові атрибутивного стилю особистості базується не лише на знаковій природі анімації, а й на домінуючій комунікативній моделі індивіда як учасника соціальної аудіовізуальної віртуальної взаємодії.

Список використаних джерел:

1. Лозова О.М. Суб'єктивна семантика вчинку: віковий аспект. *Педагогічна освіта: теорія і практика. Психологія. Педагогіка: Зб. наук. пр.* К., 2006. С. 43-49.
2. Місенг Д.В. Вплив ціннісних орієнтацій на стиль життя особистості. *Автореферат дис. ... канд. психол. наук.* К., 2020. 18 с.
3. Німенко О.А. Метафора у лінгвістичному аспекті. *Взаємодія одиниць мови та мовлення: комунікативно-когнітивний, соціокультурний, перекладознавчий і методичний аспекти: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції 28 березня 2014 року, м. Київ / НТУУ «КПІ»;* [ред. О. В. Ткачик]. Київ : НТУУ «КПІ», 2014. С. 55-57.
4. Синєпулова Н. Композиція: Тотальний контроль. К.: ArtHuss, 2019. 240с.
5. Турчак О.М. Експресія та експресивність як складові функціональної характеристики оказіоналізмів (на матеріалі преси кінця ХХ ст.). *Вісник Дніпропетровського університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Філологічні науки».* 2015. № 1 (9). С. 164-169.

**Т. В. Сова, м. Київ,
t.sova.asp@kubg.edu.ua**

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ ПРОЯВІВ ТА СОЦІАЛЬНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ОСОБИСТОСТІ

Максимально широка постановка питання про соціально-психологічні детермінанти психоемоційних проявів та соціальної взаємодії передбачає розгляд цілої низки чинників, що можуть позначатися на психоемоційному стані індивіда

та особливостях його комунікативної активності. Адже, як ми можемо зазначити, психоемоційні прояви та характеристики соціальної взаємодії особистості є відображення усього її психічного функціонування та ілюструють особливості перебігу внутрішнього життя індивіда.

У загальнопсихологічному ключі традиційно розглядається три групи універсальних детермінант, що визначають особливості перебігу психологічних явищ та психоемоційних проявів особистості: об'єктивні (зовнішні), суб'єктивні (внутрішні) та безпосередня активність особистості. При цьому об'єктивні чинники охоплюють життєві обставини та умови, в яких перебуває людина, соціальну ситуації її життєдіяльності, а також різноманітні біологічні параметри (стать, вік, стан здоров'я, гормональне тло тощо). Суб'єктивні чинники включають індивідуально-психологічні особливості людини: інтелектуальний потенціал та особливості перебігу пізнавальних психічних процесів, стійкі характеристики емоційності, властивості нервової системи, здібності тощо. Такий універсальний чинник психоемоційних проявів та соціальної взаємодії особистості як власна активність, зумовлюється змістовним наповненням ціннісно-сислової сфери людини, що визначають певне ставлення до впливів зовнішнього середовища та власних індивідуально-психологічних характеристик, дозволяє індивіду зайняти активну позицію щодо них та здійснювати свідомий формувальний вплив (Варій, 2009; Дубравська, 2001; Сергеєнкова, Столярчук, Коханова & Пасека, 2012; Коваль, 2013; Лисенкова, 2019; М'ясоїд, 2000; Максименко, 2016; Максименко, 2006; Максименко, 2007; Максименко & Соловієнко, 2000; Носенко & Аршава, 2010; Пальм, 2012; Саннікова, 2003).

Негативні психоемоційні стани можуть формуватися внутрішніми, психологічними факторами, складність аналізу яких полягає в різноманітності та багатогранності проявів особистості. Сукупність рис характеру, що визначають профіль особистості, представляє собою контур, який впливає на унікальність реалізації поточного стану психіки у людини. Залежність відмінностей у ході психічних станів в структурі особистості відображаються у наукових дослідженнях І. Аршави, О. Запухляка, Н. Ковриги, І. Мазохи, Е. Носенко, О. Саннікової, О. Чебикіна та інших (Аршава, 2006; Запухляк, 2006; Мазоха, 2008; Саннікова, 2009; Саннікова, 2003; Чебикін & Мельничук, 2004).

З опорою на аналіз низки наукових праць можна виділити декілька груп зовнішніх чинників, що провокують виникнення негативних психоемоційних станів та проявів особистості:

Висока активність розумової діяльності, відсутність оптимального режиму праці та відпочинку, потреба у обробці значних обсягів інформації, нестача часу, важливість досягнення найкращого результату.

Глобальні природно-екологічні, соціально-економічні, інформаційні, техногенні проблеми, що перешкоджають задоволенню життєвих потреб.

Економічні труднощі, зниження матеріальних благ, безробіття.

Негативний вплив соціокультурних факторів, засобів масової інформації, які формують систему взаємин, потреб і ціннісних орієнтацій.

Недоліки адаптації до нових умов професійної діяльності

Незадовільний стан здоров'я та необхідність постійного лікування, наявність захворювань у членів сім'ї.

Незадовільні умови проживання та інші домашні умови, неякісне співвідношення режиму праці та відпочинку, відсутність особистого простору. Проблеми у взаємодії в сім'ї, дисгармонійна психологічна атмосфера в родині чи на роботі.

Труднощі соціально-психологічного характеру - зміна соціального оточення та кола спілкування, міжособистісні конфлікти, перехід у новий трудовий колектив, необхідність отримання нового статусу в стосунках (Макарчук, 2004; Тополов, 2011; Чебикін & Мельничук, 2004; Bar-On, 1997).

Не менш важливими є власне діючі відносини, які конструюються або відтворюються учасниками в ході взаємодії. Соціальна взаємодія людей у межах тієї чи іншої ситуації багато в чому регулюється існуючими нормами (епохи чи часу, загальної та національної культури, суспільства, групи, організаційної культури підприємства, фірми, організації). Норми регулюють не лише актуальну поведінку учасників соціальної взаємодії, а й взаємні очікування.

Спільна групова діяльність у ряді випадків породжує специфічні ефекти, пов'язані з розпорошенням відповідальності та зниженням індивідуальних вкладів учасників у кінцевий результат групової діяльності (ефект Рінтгельмана) чи активізацією максимальних зусиль учасників взаємодії (ефект змагання, конкуренція) (Романенко, 2012, с. 207).

Отже, здійснений аналіз дозволяє дійти до висновку, що психоемоційні прояви та соціальна взаємодія особистості детермінуються складною системою соціально-психологічних чинників. У рамках нашого дослідження важливим є те, що об'єктивні умови професійної діяльності також можна віднести до соціально-психологічних чинників, що визначаються психоемоційний стан суб'єкта праці та характер його соціальної взаємодії у процесі виконання функціональних обов'язків. Результати значної кількості досліджень вказують на користь того, що об'єктивні характеристики та умови професійної діяльності (зокрема і її форма) виступають базовим чинником психоемоційного стану та соціальної взаємодії працюючої особистості.

Список використаних джерел:

1. Аршава, І. Ф. (2006). Емоційна стійкість людини та її діагностика. Видавництво ДНУ.
2. Варій, М. Й. (2009). Загальна психологія: підручник для студентів вищих навчальних закладів. Центр учбової літератури.
3. Романенко, Є. (2012). Комунікація як необхідна складова розвитку сучасного суспільства. Науковий Вісник «Демократичне врядування», (9), 200-212.
4. Чебикін, А. Я., & Мельничук, І. В. (2004). Генеза емоційних особливостей у дітей різного віку та статі. Одеса: ЮНЦ АПН України.

САМОПРЕЗЕНТАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ У ВІРТУАЛЬНОМУ ПРОСТОРІ ЯК ІНДИКАТОР СУСПІЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ СУЧАСНОСТІ

З кінця минулого століття процес цифровізації лише збільшує свою динаміку, географію та сфери впливу на людське життя. Віртуальний простір зокрема, став невід'ємною частиною соціальної реальності ХХІ століття, а самопрезентація в онлайн-середовищі перетворилася на важливий індикатор суспільних змін. Самопрезентація дозволяє не тільки відслідковувати а й поширювати глобальні тренди у суспільстві, виступаючи як каталізатор соціокультурних змін та інструмент формування колективної свідомості. Цей феномен можна розглядати крізь призму теорії соціального конструктивізму П. Бергера та Т. Лукмана, згідно з якою реальність конструюється за допомогою соціальної взаємодії [2].

Емпіричне дослідження Ван Іхань , проведене у минулому році демонструє, що вірусне поширення певних форм самопрезентації в соціальних мережах може призводити до швидких змін у суспільних настроях та поведінкових патернах [7]. Це явище можна пояснити спираючись на теорією «інформаційних каскадів» [3], згідно з якою індивіди приймають рішення на основі спостереження за діями інших, що за даними Е. Дотей та колег в цифровому просторі набуває особливої інтенсивності [4].

Крім того, самопрезентація у віртуальному просторі стає інструментом «м'якої сили» [6] у глобальному контексті, дозволяючи окремим індивідам та групам впливати на формування культурних трендів та суспільних цінностей на міжнародному рівні. Це призводить до виникнення «транснаціональних віртуальних спільнот» [1] , які формують нові форми колективної ідентичності, що виходять за межі традиційних національних та культурних кордонів. Аналіз самопрезентації особистості у віртуальному просторі в 2024 році виявляє глибокі суспільні трансформації, пов'язані з технологічним прогресом, зміною соціальних парадигм та глобальними викликами. Спостерігається тенденція до більшої автентичності, інтеграції різних аспектів ідентичності та активного використання нових технологічних можливостей для самовираження [9]. Ці зміни відображають ширші процеси в суспільстві, такі як переосмислення концепцій приватності [5], зміна форм соціальної взаємодії та трансформація уявлень про особистість в цифрову епоху [8].

Усі ці тенденції вказують на те, що віртуальна самопрезентація особистості стає не просто способом показати себе світу, а складним соціокультурним феноменом, який відображає та формує ключові аспекти сучасного суспільства. Вона породжує поле для інновацій, соціальних експериментів та переосмислення фундаментальних концепцій ідентичності, спільноти та особистісної взаємодії у цифрову епоху.

Список використаних джерел:

1. Appadurai A. *Modernity At Large: Cultural Dimensions of Globalization*. Minneapolis : University of Minnesota Press, 1996. 229 p. (Public Worlds ; Vol. 1).

2. Berger P. L., Luckmann T. *The Social Construction of Reality: A Treatise in the Sociology of Knowledge*. Open Road Media, 2011. 219 p.
3. Bikhchandani S., Hirshleifer D., Welch I. *A Theory of Fads, Fashion, Custom, and Cultural Change as Informational Cascades*. *Journal of Political Economy*. 1992. Vol. 100. P. 992-1026. DOI: 10.1086/261849.
4. Dotey A., Rom H., Vaca C. *Information diffusion in Social Media : Final Project CS224W*. Stanford University, 2011.
5. Friedkin N. E., Johnsen E. C. *Social Influence Network Theory: A Sociological Examination of Small Group Dynamics*. Cambridge University Press, 2011.
6. Nye J. S. *Soft Power: The Means To Success In World Politics*. PublicAffairs, 2009.
7. Wang Y. *The Influencing Factors of Social Media Self-Presentation in Online Communication: An Analysis of Online Communication Behavior*. *Lecture Notes in Education Psychology and Public Media*. 2023. Vol. 29. P. 210-218. DOI: 10.54254/2753-7048/29/20231480.
8. Сніговська О. *Цифрова епоха: міждисциплінарний дискурс*. 2024. DOI: 10.31359/9786178518141.
9. Справцева К. *Особливості прояву нарцисизму при самопрезентації у соціальних мережах. Наукові перспективи*. 2024. DOI: 10.52058/2708-7530- 2023-12(42)-931-945.

О. А. Столярчук, м. Київ,
o.stoliarchuk@kubg.edu.ua

Т. А. Богославська, м. Київ,
tabohoslavka.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ПРОБЛЕМА ГОТОВНОСТІ УКРАЇНСЬКИХ МІГРАНТІВ ДО ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ

Сьогодні українське суспільство розвивається у надзвичайно складних умовах через російську агресію. Українці переживають такі важкі стани та емоції, як страх, гнів, безсилля, втома, відчай і напруженість. Для надання психологічної допомоги вже створено і продовжують відкриватися центри підтримки як в Україні, так і за її межами, де надаються безкоштовні консультації психологів, проводяться вебінари та семінари з особистісної самодопомоги. Хоча з 2022 році українські громадяни почали розглядати можливість звертання за психологічною допомогою, однак багато з них досі не наважились звернутися по допомогу через низький рівень психологічної обізнаності та культури в суспільстві.

Значною частиною українського суспільства є мігранти, що перебувають за кордоном. За умов мирного життя, як-то відсутність безпосередніх бойових дій на території проживання особи, задовільні житлові умови, постійне працевлаштування, підтримка держави тощо, майже в кожного українця- мігранта на Батьківщині залишилися близькі, друзі та родичі, котрі приймають пряму участь у війні, мешкають на окупованих територіях, знаходяться в зоні постійних обстрілів майже щодня. Щоденні масові новини про стан війни в рідній країні, неможливість наочно бачити своїх близьких, перебої зі зв'язком ускладнюють

психологічний стан мігрантів. Багато з них займаються допомогою ЗСУ та цивільним особам з України. Такий дисонанс між власними сприятливими умовами життя та глибинними, пролонгованими стресовими переживаннями може провокувати внутрішньоособистісний конфлікт, вирішення якого потребує допомоги фахівця-психолога.

Метою роботи є емпіричне дослідження актуального психологічного стану українських емігрантів і встановлення типової детермінації ігнорування потреби та можливості отримання психологічної допомоги.

Результати дослідження рівня соціальної фрустрованості серед українських емігрантів підтверджують гіпотезу про варіативність їхніх станів в таких сферах життєдіяльності, як соціальна, комунікативна та ресурсна. Найбільш сприятливою виявлено комунікативну сферу, позаяк в ній лише 15% респондентів демонструють ознаки фрустрованості. В соціальній сфері цей показник дорівнює вже 35%. І майже половина опитаних (47,5%) засвідчили про виражену фрустрованість у власній ресурсній сфері. Попри те, що задоволеними, або майже задоволеними обраною країною, рівнем свого пристосування, житлово-побутовими умовами є близько 70,5% українських мігрантів, жоден респондент не засвідчив повної задоволеності своїм ментальним станом, а 52,5% респондентів визнали, що не задоволені ним. Більше третини вибірки (35%) мають найбільший рівень невизначеності у питанні можливостей побудови майбутнього.

Встановлено, що на тлі переживання фрустрованості опитувані мігранти демонструють досить високу схильність до деструктивної поведінки. Дослідження показало, що 77,5% респондентів потребують поради та допомоги при подоланні життєвих труднощів, ще 12,5% опитаних визнали, що не вміють справлятися з труднощами. При цьому встановлено, що 85,3% опитаних не зверталися за допомогою до психолога.

Проаналізувавши причини зриву контакту з потребою в психологічній допомозі, спираючись на теорію циклу контакту за Ф. Перлзом та П. Гудманом [1, 2], ми виявили такі причини ігнорування потреби та можливості отримання психологічної допомоги: конфлуенція (18,7%), інтроекція (12,0%), проекція (14,7%), дефлексія (24,0%), профлексія (8,0%), ретрофлексія (8,0%), еготизм (1,3%), девалідація (5,3%).

Таким чином, проведений аналіз результатів емпіричного дослідження засвідчив значний рівень фрустрованості українських мігрантів, низький рівень їхньої готовності до спілкування та отримання психологічної допомоги через недостатність саморефлексії, впливовість міфів про психолога та психологію, а також недостатню поінформованість щодо можливих позитивних і негативних наслідків отримання та неотримання психологічної допомоги.

Список використаних джерел:

1. Perls F., Hefferline R., Goodman P. Gestalt Therapy. N.Y.: Julian Press, 1951
2. Perls F. The gestalt approach & Eye witness to therapy. Palo Alto, Ca.: Science and Behavior Books, 1973

О. А. Столярчук, м. Київ,
o.stoliarchuk@kubg.edu.ua

І. І. Розсоха, м. Київ,
iirrosokha.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ДРУЖИН ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЯКІ ПЕРЕБУВАЮТЬ У ЗОНІ БОЙОВИХ ДІЙ

Емоційний стан дружин військовослужбовців зазнає сильного стресу через невизначеність, тривогу за чоловіків та зростання відповідальності за сімейні справи. Психічні травми, отримані жінкою внаслідок війни, залишаються надовго, але важливо пропрацювати їх чи запобігти появі, тому що після повернення чоловіка з зони бойових дій потрібно його підтримувати. За умов надання якісної психологічної підтримки людина під час та після кризи ефективніше справлятиметься з труднощами. Відповідно, важливо визначити потреби та психологічні проблеми жінок, чоловіки яких перебувають в зоні бойових дій. Можливість розпізнавати і виявляти почуття є однією з найбільш провідних у роботі з психотравмою. Представник юнгіанського психоаналізу Дональд Калшед у своїй праці «Внутрішній світ травми» зазначає, що поняття «психотравма» використовується для позначення будь-якого переживання, яке викликає надзвичайні душевні страждання[1].

Метою нашого емпіричного дослідження постало вивчення впливу військової служби чоловіка на вітальний і ментальний стан дружини. На те, як людина переживає ситуацію чи подію, значно впливають її особистісні характеристики. Зокрема, важливу роль відіграє здатність адаптуватися до нових умов, що залежить від професійної підготовки, попереднього досвіду перебування в складних обставинах, а також досвіду успішного вирішення проблем, які виникали під час таких ситуацій. Такі риси, як стресостійкість та психологічна гнучкість також мають велике значення. Проблеми з адаптацією часто проявляються через неадекватну реакцію на події: агресивність, дратівливість, тривожність, апатія, відчуженість. У деяких випадках це може призводити до зловживання психоактивними речовинами для полегшення емоційного напруження [2, 26].

Знаряддям нашого дослідження обрано письмове опитування, вибірку склали 41 жінка. Авторське опитування складалось із п'яти тематичних блоків, спрямованих на з'ясування актуального стану та змін жінки у тілесній, емоційній, ціннісній, ресурсній і комунікативній сферах життєдіяльності.

На підґрунті опрацювання дослідницьких даних було виявлено, що більшість дружин потребують адекватної психологічної підтримки, розуміння з боку оточуючих та можливості відновлювати внутрішні ресурси через спілкування з іншими жінками, які перебувають у подібних обставинах. Встановлено, що найпоширенішими актуальними емоційними переживаннями жінок є сум, злість на себе і чоловіка, почуття невизначеності. Опитування показало, що 68,3% жінок знизили працездатність свідчить про виснаження емоційних ресурсів, а 56,1% зазначили, що їм бракує психологічної підтримки. Багато респонденток (68,3%)

визнали, що найбільше втіхи їм приносить отримання новин від чоловіка, що демонструє важливість постійного зв'язку між родинами та військовими для підтримки позитивного емоційного стану.

Встановлено, що 65,9% дружин військовослужбовців стикаються з байдужістю з боку оточуючих, що погіршує емоційний стан цих жінок. Замість адекватної підтримки вони часто отримують непрохані поради, які лише посилюють роздратування дружини військовослужбовця. За результатами опитувань, 65% жінок відчують байдужість з боку незнайомих, що посилює їхню емоційну ізоляцію. Це вказує на потребу в соціальній підтримці та розумінні з боку суспільства, яке часто не усвідомлює чи не бере до уваги емоційного тягаря дружин військовослужбовців.

Зафіксовано, що війна та постійний стрес негативно впливають на здатність жінок виконувати свої повсякденні обов'язки, позаяк 68,3% респонденток вказують на зниження працездатності, що може вказувати на виснаження вітальних і ментальних ресурсів. Більше половини (56,1%) дружин військових підтвердили свою потребу в професійній психологічній допомозі. Це підкреслює важливість впровадження комплексної психологічної підтримки дружин військовослужбовців для збереження психічного здоров'я жінок як під час війни, так і після її закінчення.

Встановлено, що відсутність визначеного терміну повернення чоловіків зі служби збільшує рівень тривожності у їхніх жінок. Це призводить до емоційної нестабільності, оскільки вони не можуть планувати майбутнє, що посилює стрес і робить очікування важким емоційним випробуванням. Для більшості жінок (68,3%) важливим є створення спільнот для підтримки, де вони можуть обмінюватися досвідом з іншими дружинами військових. Така організація сприятиме зниженню почуття ізоляції та сприятиме емоційному відновленню.

Деякі дружини змогли адаптуватися та, переживаючи біль інших разом зі своїм, перетворили його на ресурс, що допомагає їм підтримувати як себе, так і надавати допомогу іншим.

У дослідженні з'ясовано, які актуальні психологічні потреби мають дружини військовослужбовців у баченні самих жінок. Фігурували такі відповіді, як-то: «Жити, а не існувати в очікуванні», «Підтримки адекватної, а не непроханих порад», «Щоб наші чоловіки нарешті були поруч, щоб була повага оточуючих до нас, психологічна допомога», «Надії та кваліфікованої психологічної та соціальної підтримки», «Щоб закінчилася війна, і всі були разом з коханими, в безпеці», «Розуміння від оточуючих», «Розуміння і підтримки, бо, на жаль, частіше зустрічається байдужість і навіть агресія», «Дружини військових найбільше потребують чітко знати, коли їхні чоловіки повернуться додому», «Психологічна підтримка, спілкування. А найголовніше, мають бути терміни служби, а поки це безвихідь...».

Проведене нами дослідження підтвердило потребу у розробці й апробації спеціальних програм, спрямованих на психологічну підтримку дружин військовослужбовців, що дозволить зберегти та покращити ментальний стан жінок під час війни та підготуватися до підтримки чоловіків після їхнього повернення. Зокрема, і писали Циганчук Т. В., та Шинкарьова Л. В., що з урахуванням нових обставин у країні, ця тема вимагає подальших досліджень і розробки ефективних

стратегій для підтримки учасників бойових дій та їхніх сімей. Необхідно створювати програми допомоги, що враховують їхні особливі потреби та виклики, з якими вони стикаються в умовах військового конфлікту[3]. Важливим вектором реалізації цих програм є робота психологів зі зменшення або профілактики емоційного вигорання жінок військовослужбовців.

Отже, оскільки повномасштабна війна в Україні не закінчується, мобілізація триває, кількість дружин військовослужбовців буде збільшуватись. Цей факт надає важливості проведенню ретельних досліджень психічних станів дружин військовослужбовців, потребує більшого відкриття центрів соціально-психологічної їх підтримки. Від ментального стану жінок та наповненості їх ресурсів залежить психологічне здоров'я чоловіків і дітей, а загалом – якість подальшої реабілітації нації в цілому.

Список використаних джерел:

1. Donald Kalsched, *The Inner World of Trauma* (London: Routledge, 1996), p.230.
2. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи: навч. посіб. Том 3 / за заг. ред. Гридковець Л. Київ: СВАРОГ, 2023. 236 с.
3. Циганчук Т. В., Шинкарьова Л. В. Психотерапевтична роль сім'ї у психологічній підтримці учасників бойових дій. Стаття в *PSYCHOLOGICAL JOURNAL* с.267

**О. А. Столярчук, м. Київ,
o.stoliarchuk@kubg.edu.ua**
**О. П. Коханова, м. Київ,
o.kokhanova@kubg.edu.ua**

САМОРЕАЛІЗАЦІЯ УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ: ЗДОБУТКИ ТА ВИКЛИКИ

Стійкий рух України до євроінтеграції в умовах тривалої війни з російською федерацією супроводжується зростанням викликів для реалізації сталого розвитку суспільства. Реалізація соціальної складової сталого розвитку суспільства передбачає підтримання та збагачення ментального здоров'я, психологічного благополуччя громадян. Потужним внутрішнім ресурсом для цього є самореалізація як платформа розкриття потенціалу та підвищення резильєнтності особистості.

Самореалізацію ми тлумачимо як фундаментальний прояв людини бути справжнім суб'єктом свого життя, здатність самотужки розкривати та збагачувати власний потенціал і життєдіяльність. Ми цілком поділяємо позицію вітчизняного психолога Г. Балла, що самореалізація є особливим самотійним різновидом внутрішньої активності, спрямованим на усвідомлення людиною себе як суб'єкта діяльності, та який зумовлює продуктивне професійне становлення, професійний розвиток, перетворення фахівця на професіонала» [1, с. 32].

Самореалізація є процесом самопізнання і самовдосконалення та вказує на

особистісне зростання, оскільки постає нескінченним ланцюжком ситуацій вільного вибору та відповідальності за нього. За слушною думкою корифея української психологічної науки С. Максименка, самореалізація суб'єкта включає усвідомлення, вибір і реалізацію тих аспектів індивідуальності, які сприяють його самовираженню, реалізації його потенцій, формуванню суб'єктом власної системи смислів, цінностей, мотивів, уявлень про себе, постановку цілей і визначення способів їх досягнення, у т. ч. і перетворення себе [2, с. 7].

Наше дослідження, спрямоване на вивчення настановлень і активності особистості щодо самореалізації, було реалізоване впродовж березня-травня 2024 року. У цьому дослідженні взяли участь 122 представника ранньої та середньої дорослості, з них 108 жінок і 14 чоловіків. Діагностичний інструментарій включав застосування методу письмового анонімного опитування засобами заповнення Гугл-форми. На етапі опрацювання емпіричних даних було використано програму SPSS (версія 29.0) для математичної обробки даних опитування шляхом обчислення середніх і відсоткових значень діагностичних даних.

Під час з'ясування функціонального змісту самореалізації у баченні респондентів виявлено, що їх пріоритетною відповіддю є розкриття та збагачення власного потенціалу (77,9% виборів). Особистісний і соціальний зміст самореалізації переплелись у відповіді про поєднання власного благополуччя та суспільного добробуту, яку обрали 65,6% респондентів. Також більше половини опитаних розглядають самореалізацію як виявлення та втілення свого покликання, життєвої місії. Як прояви власної резильєнтності розглядають самореалізацію менше третини опитаних. Близько четвертої частини респондентів вбачають у її змісті служіння людям, громаді, суспільству. Кілька респондентів засвідчили, що для них самореалізація полягає в занятті цікавою, улюбленою справою.

У процесі опитування було з'ясовано, яким респонденти бачать вплив війни в Україні на їхню самореалізацію. Було встановлено, що майже половина (45,1%) опитаних фіксує ускладнення самореалізації в умовах російсько-української війни. Натомість, близько п'ятої частини (19,7%) респондентів визнає покращення самореалізації, позаяк додалися її нові сфери (волонтерство, плетення маскувальних сіток, військова служба тощо). Дев'ять відсотків опитаних вказали на спрощення процесу самореалізації внаслідок визначення найважливіших життєвих пріоритетів (наприклад, захист Батьківщини, захист дітей, забезпечення родинного «тилу» чоловіку-військовому). Майже 14% респондентів суттєвого впливу війни на власну самореалізацію не вбачають.

Найбільш поширеною перешкодою самореалізації у баченні респондентів зафіксовано прокрастинацію, лінощі. На другій позиції знаходиться несприятливий емоційний стан, з яким зіштовхується більше половини опитаних. Показово, що загрози і обмеження, пов'язані з війною, поступаються двом попереднім перешкодам, займаючи третю рейтингову позицію. Фінансові труднощі визнали перепоною для власної самореалізації менше третини респондентів (четвертий ранг). Перешкодами для самореалізації частини опитаних постають несприятливі умови комунікації, як-то: самотність, обмеженість близького підтримуючого спілкування (п'ята позиція рейтингу), деструктивні стосунки у родині на кшталт конфліктів, насильства, маніпулювання (сьомий ранг). Для 12,3% респондентів на заваді самореалізації постав пріоритет пристосування до нових умов життя через

вимушену міграцію (шоста рейтингова позиція), 8,2% опитаних заважають серйозні проблеми зі здоров'ям, хронічні захворювання (сьомий ранг). Окремі респонденти зафіксували перешкоди, пов'язані з професійною діяльністю: низький статус на роботі та безробіття чи часта зміна роботи.

Отже, на тлі тривалої війни в Україні ми усвідомлюємо та знаходимо практичне підтвердження тим викликам, які постають перед українцями дорослого віку у процесі їхньої самореалізації. Водночас, дослідження засвідчило, що попри ментальні та вітальні загрози українці продовжують виявляти стійку мотивацію й активність при здійсненні самореалізації. У багатьох респондентів вона охоплює кілька сфер життєдіяльності, як-от професійну діяльність, сімейну взаємодію та виховання дітей. Встановлено, що в умовах війни значна частина українців відкрила для себе нові сфери самореалізації, як-то волонтерство, благодійність тощо. Результати опитування засвідчили, що провідним функціональним змістом самореалізації опитаних є розкриття та збагачення власного потенціалу, а також поєднання власного благополуччя та суспільного добробуту. Встановлено, що близько половини вибірки зафіксували ускладнення самореалізації в умовах російсько-української війни, натомість для п'ятої частини респондентів властивим є покращення самореалізації.

Список використаних джерел:

1. Балл Г.О. Концепція самоактуалізації особистості у гуманістичній психології. *Психологія і суспільство*. 2017. № 2. С. 16–32.
2. Максименко С.Д. Осьодло В.І. *Структура та особистісні детермінанти професійної самореалізації суб'єкта*: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені І. Огієнка. 2010. №8. С. 3–19.

Г. В. Супрун, м. Київ,
h.suprun@kubg.edu.ua
 Т. М. Гуріна, м. Київ,
tmhurina.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПОРУШЕННЯМ МОВЛЕННЯ

Постановка наукової проблеми. Проблема вивчення самооцінки займає чільне місце серед найбільш актуальних питань у галузі спеціальної психології та спеціальної педагогіки. Процес всебічного розвитку особистості дитини дошкільного віку із порушенням мовлення потребує цілісної, системної соціально-педагогічної та корекційно-розвиткової роботи. Реальним фактором останнього десятиріччя є збільшення кількості дітей із порушенням мовлення, зумовленого ураженнями центральних і периферійних відділів мовленнєвого аналізатора [1, с. 127].

Період від народження до семи років характеризується бурхливим розвитком самосвідомості, центральною складовою якої є самооцінка. Ставлення дитини до себе справляє величезний вплив на її соціальний розвиток, на оволодіння нею різноманітними видами діяльності, що підтверджує актуальність обраної проблеми дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Оцінює ставлення до себе та вміння оцінити свої можливості, вміння ставитися до себе критично, вміння самостійно поставити перед собою те чи інше завдання відіграє важливу роль у формуванні особистості дитини. Саме ці питання піднімали у своїх дослідженнях як зарубіжні, так і вітчизняні педагоги й психологи, зокрема Р. Бернс, Я. Коломинський, О. Кононко, М. Міцеллі, К. Роджерс, О. Солодухова, В. Татенко та ін. Аналіз наукових робіт вказує, що зміст поняття «самооцінка» в розумінні деяких авторів має спільні та відмінні риси. У більшості досліджень самооцінка представлена як особлива частина психічного, як центральна частина «Я», з якою ототожнює себе особистість [2, с. 140].

Мета і завдання статті. Головною метою статті є вивчення особливостей сформованості самооцінки старших дошкільників з порушенням мовлення. Завдання статті полягає в аналізі загальної та спеціальної психолого-педагогічної літератури, означенні структурних компонентів самооцінки як продукту самосвідомості людини й особливостей її становлення в онтогенезі.

Виклад основного матеріалу. Дослідження самооцінки як структурного компонента самосвідомості має суттєве значення для розроблення проблем онтогенезу людської психіки, що включає як інтелектуальний, так і особистісний розвиток. Дошкільне дитинство - період, коли формується особистість дитини, її самосвідомість і світовідчуття. У старшому дошкільному віці самооцінка у дітей стає не загальною, диференційованою. Діти реально оцінюють свої можливості та недоліки, досягнення своїх однолітків. Відомо, що мовленнєве порушення сприяє формуванню неадекватної самооцінки, зокрема почуттю своєї малоцінності, сором'язливості, невпевненості у своїх можливостях.

Однією з проблем, з якою зіштовхуються діти та педагоги, є здатність до самооцінки, самовираження. Формування особистості дитини з тяжкими порушеннями мовлення в колективі однолітків вивчали О. Вержиховська, О. Слинко та ін. [3]. Дослідники з'ясували, що для дітей з порушеннями мовлення стан дитини в колективі повністю залежить від оцінки педагога. Діти нечітко усвідомлюють своє ставлення один до одного. На початку навчання діти не можуть обґрунтувати, чому вони симпатизують тому або іншому однолітку. У цьому віці провідним чинником формування критеріїв позитивного або негативного ставлення дітей один до одного є вимоги, що висуває педагог у процесі навчально-виховної роботи, його оцінювання діяльності дитини. Дослідження науковців показує, що самооцінка та взаємооцінка партнерами одне одного пов'язані між собою тісним [3, с. 205].

Висновки. Таким чином було визначено, що важливою характеристикою самооцінки є її змістова сторона, тобто те, що оцінюється. Оцінюватися можуть різні сторони особистості. Більшість авторів схиляються до думки, що самооцінка це розуміння людиною своїх якостей, властивостей. Також науковці розглядають самооцінку з двох сторін: самооцінку як відносно стійке і сформоване уявлення дитини про себе, а також як сам процес самооцінювання, в якому з'являється, перевіряється та доповнюється це уявлення дитини про себе.

Список використаних джерел:

1. Ковиліна В., Кипер Д. Формування самооцінки у старших дошкільників із

загальним недорозвиненням мовлення. Корекційна педагогіка. Випуск 34. 2021. 127 с.

2. Ковиліна В. Профілактика порушень мовного розвитку у дітей молодшого дошкільного віку за допомогою комплексної взаємодії фахівців ЗДО. Габітус. Випуск 21. 2021. 140 с.

3. Спеціальна методика виховання дітей з тяжкими порушеннями мовлення: Навчально-методичний посібник / за ред. О. Вержиховська. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка. 2017. 205 с.

Д. В. Ткачук, м. Київ,
dvtkachuk.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО НАВЧАННЯ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З МОВЛЕННЄВИМИ ТРУДНОЩАМИ У ПРОЦЕСІ ЛОГОПЕДИЧНОГО СУПРОВОДУ

Постановка наукової проблеми. Незважаючи на значні досягнення в галузі логопедії та дефектології, питання формування стійкої мотивації до навчання у дітей молодшого шкільного віку з мовленнєвими труднощами залишається актуальним та недостатньо дослідженим. Існуюча теоретична база щодо мотивації до навчання дітей з особливими освітніми потребами потребує подальшого розвитку та уточнення, зокрема, у контексті логопедичного супроводу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Українські науковці зробили вагомий внесок у дослідження мотивації до навчання. Так, Л.П. Овсянецька та Н.В. Пророк зосередили свої дослідження на формуванні мотиваційної сфери у школярів різного віку, Т. О. Докучина та Г. П. Юрченко вивчали особливості мотивацію навчання дітей молодших класів з особливими освітніми потребами, Л. О. Кондратенко, Л. М. Манилова та О.В. Гнатюк аналізували специфіку мотивації до учіння у різних вікових групах, О. Ю. Чекстере визначала рівні сформованості мотивації до учіння за допомогою проєктивних методик, а Ю.В. Рібцун досліджувала особливості мотивації у дітей з мовленнєвими труднощами. Загалом, дослідження українських науковців охоплюють широкий спектр питань, пов'язаних з мотивацією до навчання.

Мета і завдання. Аналіз теоретичних засад формування мотивації до навчання у дітей молодшого шкільного віку з мовленнєвими труднощами в процесі логопедичного супроводу; виявлення основних теоретичних підходів до розуміння мотивації до навчання та її особливості у дітей з мовленнєвими труднощами.

Виклад основного матеріалу. Мовленнєве спілкування без перебільшень вважається важливою складовою соціального буття дитини як суспільної істоти, а отже, відіграє важливу роль у її пізнавальному та особистісному розвитку [5, с.175]. Спілкування є невід'ємною частиною процесу пізнання дитиною світу, оскільки саме в процесі взаємодії з іншими людьми вона отримує нові знання та досвід. Несформоване мовлення суттєво обмежує можливості дитини для повноцінної соціалізації та самореалізації, повноцінного існування у соціумі, позбавляє надії на гідне життя [2, с. 142-152]. Молодший шкільний вік охоплює

період життя дитини від 6-7 до 10-11 років. Саме в цьому віці закладається фундамент моральної поведінки, від якої певним чином залежить і мотивація. Під супроводом варто розуміти цілеспрямований складний процес взаємодії між супровідником (фахівцем, спеціалістом супроводу) та супроводжуваним (суб'єктом розвитку), що веде до покращення розвитку, прогресу супроводжуваного завдяки спільним зусиллям та прийнятим рішенням [4, с. 15].

Супровід розвитку дитини з мовленнєвими труднощами- комплекс заходів, що здійснюються командою фахівців. Цей процес передбачає створення спеціального мовленнєвого середовища, постійний моніторинг розвитку дитини, своєчасну корекцію мовленнєвих труднощів та індивідуальний підхід до навчання, з метою забезпечення повноцінного розвитку дитини з особливими освітніми потребами [3, с. 9-13]. Логопедичний супровід дітей молодшого шкільного віку з мовленнєвими труднощами в системі освіти має на меті створити оптимальні умови для їхнього всебічного розвитку та здобуття освіти відповідно до їхнього індивідуального потенціалу. У шкільному віці провідною діяльністю є навчальна діяльність дитини, яка стає основою корекційно- логопедичної роботи при усуненні порушень мовлення у дітей цього віку [1, с.11].

Висновки. Недостатня мотивація дитини з мовленнєвими труднощами може значно ускладнити процес логопедичної корекції. Це проявляється у зниженні співпраці з логопедом, відмові виконувати завдання, розсіяності уваги або навіть агресивній поведінці. В результаті, дитина може повільніше досягати поставлених цілей і навіть втратити вже набуті мовленнєві навички.

Список використаних джерел:

1. Бегас Л. Д. Логопедичні практикуми / Л. Д. Бегас. - Умань: Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, 2016. - 123 с.
2. Кисличенко В. А. Логопедичний супровід сім'ї дитини з дизартричними розладами/ В.А. Кисличенко // Актуальні проблеми корекційної освіти: М-во освіти і науки України, НПУ імені Драгоманова, Кам'янець- Подільський національний університет імені Івана Огієнка / за ред. В.М. Синьов, О.В. Гаврилов. - Вип.5.- Кам'янець-Подільський: Медобори-2006, 2015.- С. 142-152
3. Кисличенко В. А. Логопедичний супровід як інноваційний підхід до корекції порушень мовлення / В. А. Кисличенко // Теоретичні та практичні наукові інновації / В. А. Кисличенко, ст.9-13
4. Психолого-педагогічні засади технологій супроводу дітей з особливими освітніми потребами у процесі їх соціальної інтеграції: кол. монографія / [авт. кол.: Т. В. Жук, Т. Д. Ілляшенко, Т. Д. Каменчук, А. Г. Обухівська, Г. В. Якимчук]; наук. ред. А. Г. Обухівська, Т. Д. Ілляшенко. Київ : Ніка-Центр, 2020. 113 с.
5. Спеціальна педагогіка: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / О. В. Мартинчук, І. М. Маруненко, К. В. Луцько ; редактор О. В. Мартинчук ; Київ. ун-т ім. Б. Грінченка. - Київ : Київ ун-т ім. Б. Грінченка, 2017. - 363 с.

ІНКЛЮЗИВНІ СТРАТЕГІЇ СТАТЕВО-РОЛЬОВОЇ ІДЕНТИФІКАЦІЇ: ФОРМУВАННЯ ІДЕНТИЧНОСТІ ДІТЕЙ З РАС

Проблема самопізнання та ототожнення особистості з іншими, пошук власного «Я» і його місця в загальній картині світу завжди була і залишається максимую суспільних наук. Імпульсом до розгляду цієї проблематики в філософському контексті стала відома теза Сократа - «Пізнай самого себе». У ХХ ст. це питання отримало новий поштовх до розвитку завдяки введенню терміну «ідентифікація», який став відповіддю на гостру потребу дослідження самосвідомості індивіда.

На основі проведеного аналізу було визначено ключові теоретичні моделі ідентифікації, серед яких психоаналітична теорія З. Фрейда [4], когнітивно-генетична парадигма Ж. Піаже [7], а також соціально-когнітивна теорія А. Бандури [2]. Особлива увага приділяється статево-рольовій ідентифікації, яку було розглянуто через призму цих підходів, а також з огляду на більш сучасні теорії, такі як квір-теорія Дж. Батлер [3] і драматичний підхід І. Гофмана [5].

Особливості дітей з РАС, такі як труднощі у соціальній комунікації, обмежене коло спілкування, схильність до рутин і ритуалів, а також аналітичне мислення, суттєво впливають на їхню здатність до соціальної ідентифікації. Відзначено, що соціальні навички дітей з РАС можуть бути вибірковими, зосередженими на окремих людях або інтересах, що обмежує їх здатність до інтеграції в ширші соціальні групи [6].

Наступним етапом дослідження став аналіз теоретичних моделей статево-рольової ідентифікації у дітей з РАС, які враховують ці специфічні аспекти розвитку. Дослідження класичних теорій статі, зокрема поглядів З. Фрейда [4], демонструє, як дихотомічне сприйняття маскулінності та фемінності формувало традиційні уявлення про гендерну ідентифікацію. Однак з появою концепції андрогінії було визнано, що сувора прив'язка до однієї з цих категорій може призводити до адаптивних проблем. У цьому контексті моделі статево-рольової ідентифікації, що враховують різноманітність гендерних ідентичностей та їх динаміку, є більш актуальними [1].

Важливість багатокomпонентного підходу до статево-рольової ідентифікації підкреслюється моделлю Б. Пессін-Ведбі [6], яка враховує біологічні, психологічні та соціальні аспекти. У цій моделі статево-рольова ідентифікація розглядається як комплексний феномен, що формується під впливом генетичних, гормональних, соціальних та культурних чинників.

Також слід зазначити, що діти з РАС мають специфічні особливості у формуванні статево-рольової ідентичності, включаючи вищу поширеність небінарної гендерної ідентичності. Це свідчить про необхідність переосмислення дихотомічної моделі статево-рольової ідентифікації, оскільки вона не охоплює досвід, що його переживають люди з РАС.

Згідно з сучасними теоріями соціальної конструкції гендеру, особистісні

ідентичності формуються під впливом суспільних норм і культурних очікувань, що робить важливим застосування інклюзивних підходів до самовизначення та самовираження [1].

Запропонована спектральна модель статево-рольової ідентифікації базується на теоретичних засадах, які підкреслюють важливість відкритості та гнучкості у розумінні гендерної ідентичності, що особливо актуально для дітей з РАС. Спектральний підхід дозволяє врахувати індивідуальні особливості, зменшити тиск на відповідність традиційним гендерним категоріям і сприяти більш вільному самовираженню.

Ключовими перевагами спектральної моделі є: врахування чотирьох-аспектного спектру, що враховує гендерну ідентичність, гендерну експресію, сексуальну орієнтацію та романтичну орієнтацію; адаптивність до різних рівнів розуміння та вираження гендеру і сексуальності у дітей з РАС; зменшення стресу і тривожності через визнання варіативності ідентичностей; створення безпечного середовища для дослідження і вираження ідентичності, що сприяє розвитку самосвідомості; сприяння розумінню і прийняттю різноманітності ідентичностей, що допомагає зменшити стигматизацію; розвиток соціальних навичок через навчання повазі до різноманітності; визнання динамічності ідентичності, що дозволяє дітям адаптуватися до змін у їхньому самосприйнятті.

Таким чином, спектральна модель статево-рольової ідентифікації створює інклюзивне і підтримуюче середовище, яке сприяє розвитку психічного благополуччя дітей з РАС. Цей підхід відкриває нові горизонти для дослідження та практичного застосування у сфері психології, освіти та соціальної роботи, що в свою чергу, сприяє формуванню більш чутливого і дбайливого суспільства.

Список використаних джерел:

1. Хоменко В.І., Проскурня А.С. Біопсихосоціальний конструкт ЛГБТК+ ідентичності як структурний компонент афірмативної терапії. *Матеріали XXIV Міжнародної конференції молодих науковців «Проблеми особистості в сучасній науці: результати та перспективи дослідження»*, К.: Видавництво «Ліра-К», 2022. С. 234-237
2. Bandura, A. Social foundations of thought and action. *The Health Psychology Reader*: Prentice-Hall, Inc, 1986. P. 94-106
3. Butler, J. *Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity*. GB: Taylor & Francis, 2011. 272 p.
4. Freud, S. *Three Contributions to the Theory of Sex: Essays on the Theory of Sexuality*. (n.p.): CreateSpace Independent Publishing Platform, 2015. 54 p.
5. Goffman E. *The Presentation of Self in Everyday Life*. Knopf Doubleday Publishing Group, 1959. 259 p
6. Pessin-Whedbee B. *Who are you?: The Kid's Guide to Gender Identity*. Jessica Kingsley Publishers, 2016. 40 p.
7. Piaget, J. *The Child's Conception of the World*. USA: Rowman & Littlefield, 2007. 397 p.

Т. В. Хомик, м. Київ,
t.khomyk@kubg.edu.ua
М. В. Грабко, м. Київ,
mvhrabko.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ З ПОРУШЕННЯМИ МОВЛЕННЯ ДО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА

Питання соціально-педагогічної адаптації молодших школярів з порушеннями мовлення є однією з найактуальніших в сучасній спеціальній освіті. Для даної категорії дітей процес адаптації ускладнюється низкою факторів, які стосуються когнітивних, емоційних та соціальних аспектів розвитку, що підтверджується дослідженнями О. Главацької, Г. Олійник, Т. Панченко, Н. Пахомової, В. Погребняк, І. Руденко, М. Саліонович, О. Таран, О. Холодій, М. Шеремет та ін. [2; 3; 5].

Як зазначає Н. Пахомова, адаптаційний період для молодших школярів з типовим розвитком триває від кількох тижнів до кількох місяців, тоді як для дітей з порушеннями мовлення цей процес є тривалішим та складнішим через наявність додаткових бар'єрів у комунікації [5]. Водночас, Л. Макар та М. Долобовська наголошують, що специфіка адаптації дітей з мовленнєвими порушеннями полягає в їхніх труднощах щодо вербального спілкування, що ускладнює встановлення соціальних контактів та взаємодію з їх однолітками [2].

О. Гаяш визначає, що успішність шкільної адаптації значною мірою залежить від рівня функціонування мовлення дитини. В умовах недостатнього його розвитку чи формування, молодший школяр часто стикається з труднощами у навчанні, які впливають на його самооцінку та мотивацію до навчальної діяльності [1].

Особливо складним стає процес соціально-педагогічної адаптації для дітей в умовах кризових ситуацій, таких як війна росії проти України та/або пандемія Covid-19. А. Руденок та М. Чорна наголошують на тому, що в таких умовах адаптація дітей, зокрема і з порушеннями мовлення, стає ще більш ускладненою через підвищену тривожність та стрес, що впливає на їх загальний психоемоційний стан і на опанування навчального матеріалу в умовах освітнього середовища [4].

Отже, на основі здійсненого аналізу наукової літератури щодо соціально-педагогічної адаптації молодших школярів з порушеннями мовлення було організовано дослідження з метою визначення ефективних стратегій адаптації означеної категорії учнів до освітнього середовища на основі методики класного менеджменту. Задля досягнення визначеної мети було розроблено авторську анкету для вчителів та асистентів вчителів, яка складалася з 32 питань. Їх зміст передбачає з'ясування аналізу сучасних підходів до соціально-педагогічної адаптації дітей з порушеннями мовлення (наприклад, використання класного менеджменту, комунікація між учнями, основні види труднощів у процесі адаптації та навчання дітей, тощо).

Це надасть можливість виявити думки та досвід педагогів щодо труднощів, з якими стикаються учні під час адаптації, та методів, що сприяють успішній інтеграції дітей до шкільного середовища. Все визначене буде підґрунтям для

розробки практичних рекомендації щодо оптимізації процесу соціально-педагогічної адаптації молодших школярів з порушеннями мовлення до освітнього середовища.

Отже, завдяки анкетуванню вчителів та асистентів вчителів була отримана можливість зібрати цінну інформацію про їхнє бачення процесу соціально-педагогічної адаптації дітей з порушеннями мовлення. Підсумовуючи результати опитування, можна констатувати, що відповіді респондентів допомогли виявити ключові аспекти та виклики, з якими стикаються педагоги, а також напрямки, які потребують покращення.

Список використаних джерел:

1. Гаяш О. В. Поради вчителям щодо навчання дітей з особливими освітніми потребами у класі з інклюзивним навчанням : метод.рекоменд. Ужгород: Інформаційно-видавничий центр ЗППО, 2014. 108 с.

2. Макар Л. М, Долобовська М. С. Проблеми соціальної адаптації дітей з особливими освітніми потребами у закладах загальної середньої освіти. *Соціальна робота: реалії та перспективи* : зб. наук. пр. Всеукр. наук.-практ. конф., присвяч. 110-річчю Полтав. нац. пед. ун-та ім. В. Г Короленка, (Україна, м. Полтава, 9-10 трав. 2024 р.). Полтава, 2024. С. 116-120.

3. Олійник Г. М., Главацька О. Л. Соціальна адаптація як складова процесу соціалізації дітей з особливими потребами. *Соціальна робота: виклики сьогодення* : збірник наукових праць за матеріалами XII Міжнародної науково-практичної конференції, (Україна, м. Тернопіль 25-26 травня 2023 р.). Тернопіль: ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2023. С. 176-179.

4. Руденок А. І., Чорна, М. Д. Соціально-психологічна адаптація дітей з ооп в умовах війни. *Особистість та суспільство в цифрову еру: психологічний вимір*. Одеса: Національний університет «Одеська юридична академія», 2022. С. 211-215.

5. Шеремет М. К., Пахомова Н. Г. Формування мовленнєвої готовності дітей старшого дошкільного віку з порушеннями мовлення до навчання в школі: навч.-метод. посіб. Київ : НПУ ім. М. Драгоманова, 2009. 127 с.

**Т. П. Цюман, м. Київ,
t.tsiuman@kubg.edu.ua
М. І. Андрієвська, м. Київ,
m.andriievska@kubg.edu.ua**

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОВІДНОВЛЮВАЛЬНИХ ПРАКТИК УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ЗВО В УМОВАХ ВІЙНИ

Сучасні проблеми потребують сучасних рішень, тому крім пристосування до життя в умовах війни, потрібно пристосовуватися і до нових форматів навчання. А відтак усі учасники навчально-виховного процесу потребують більшої самоорганізації, уникнення прокрастинації, зниження навчального й виробничого стресу та контролю за продуктивністю.

Умови війни відзначаються особливими викликами та обмеженнями для всіх

учасників освітнього процесу. Студенти, які навчаються під час війни, знаходяться під особливим ризиком, впливом стресу та травматичних подій. Вони можуть бути змушені переживати евакуацію, жити в зоні конфлікту або бути вразливими перед впливом пропаганди та всеохопного насильства. Викладачі, які працюють в умовах війни, відіграють важливу роль у забезпеченні неперервного навчання та психологічної підтримки студентів. Вони мають бути готовими до роботи в ускладнених умовах, враховувати особливості травматизованих студентів і забезпечувати захист в навчальному середовищі. Проте освітяни, так само як і студенти, мають свої особливості переживання травмуючої ситуації: можуть відчувати безпорадність та безнадію через невизначеність майбутнього, страх втратити роботу, низький рівень безпеки та відсутність контролю над ситуацією. Це може впливати на їхню мотивацію та ефективність у виконанні своїх обов'язків.

Освіта в умовах війни повинна враховувати ці особливості і забезпечувати захист, безпеку та підтримку. Українські вчені Г. М. Мешко, О. І. Мешко та Н. В. Габрусєва провели дослідження впливу війни на емоційне благополуччя в процесі навчання. На питання «Чи впливає війна в Україні на ваше самопочуття під час навчання?» 62,2% респондентів відповіли, що повністю або частково відчують на собі вплив війни: переважання поганого настрою, зменшення рівня працездатності, більшу тривожність, роздратованість, неспокій всередині, почуття пустоти всередині, відсутність бажання щось робити, невідомість майбутнього, страх через вірогідність обстрілів, внутрішній дискомфорт, складність в налаштуванні на роботу, низький рівень адаптації до умов, якій в одну секунду можуть змінитись. Деякі зазначили підвищену емоційність, бажання взагалі не ходити на навчання [6].

Вплив на навчання в умовах збройних конфліктів показує і досвід інших держав. Відповідно до звіту боснійських клініцистів, зокрема Layne C, Rupoos R, Saltzman W., які працюють з молоддю, визначено такі проблеми, як відмова від навчання, низька академічна успішність і відсутність підготовки до майбутнього професійного та сімейного життя внаслідок конфлікту [6].

Проблематика самовідновлення в умовах війни була предметом численних досліджень як в Україні, так і за кордоном. Такі учені, як Amy J. Morgan, Philip Chittleborough та Anthony F. Jorm дослідили ефективність різних технік самодопомоги у зменшенні тривоги та стресу серед студентів [5]. Натомість, українські дослідники О. Т. Баришполець та Т. О. Ларіна, наголошують на важливості розуміння психологічних особливостей учасників освітнього процесу під час війни [2; 3].

Використання самовідновлювальних практик може мати безліч позитивних впливів на самопочуття, ефективність та загальну якість життя. Вони допомагають втілити здоровий підхід до розвитку і забезпечують засоби для подолання труднощів, зміцнення резильєнтності та досягнення гармонії у житті навіть під час впливу травмуючих ситуацій. А в сучасному світі, де стрес та напруженість є постійною складовою життя, самовідновлювальні практики стають особливо важливими.

Тож метою дослідження було емпірично дослідити психологічні особливості учасників освітнього процесу в умовах війни та створити чат-бот з техніками самодопомоги.

Дослідження проводилося на базі Київського столичного університету імені

Бориса Грінченка. Результати дослідження засвідчили, що однією з найбільш розповсюджених практик самовідновлення є використання технік майндфулнес, а техніки глибокого дихання, фізична активність та арт-терапія сприяють відновленню емоційної стабільності учасників освітнього процесу.

Задля подолання стресових ситуацій та підтримки психологічної стабільності учасників освітнього процесу в умовах війни, запропоновано до використання чат-бот (покликання: https://t.me/pomichnykAMI_bot). Його можуть використовувати як інструменти для підвищення рівня стійкості та адаптації студентів і викладачів.

Список використаних джерел:

1. Грузинська І. М. Психологічні особливості освітнього процесу в умовах військового стану. Матеріали конференції кафедри педагогіки та психології професійної освіти. Київ, 2022. С. 20-21. URL: [https://clspace.naii.eclii.iiia/bitstirain/NAU/54983/1/гру3uicbi<g%20\)I.pcIL](https://clspace.naii.eclii.iiia/bitstirain/NAU/54983/1/гру3uicbi<g%20)I.pcIL)
2. Ларіна Т. О. Реабілітаційні ресурси життєздатності особистості в умовах переживання наслідків травматичних подій. *Проблеми політичної психології: збірник наукових праць*. 2017. No 6 (20). С. 107-118. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/187134148.pdf>.
3. Профілактика порушень адаптації молоді до повсякденних стресів і кризових життєвих ситуацій: навч. посіб. / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології; за наук. ред. Т. М. Титаренко. - К. : Міленіум, 2011. - 272 с.
4. Терепицій С. О., Свириденко Д. Б. Українська освіта в умовах війни: монографія. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2020. 234 с.
5. Morgan, A. J., Chittleborough, P., & Jorm, A. F. Self-help strategies for sub-threshold anxiety: A Delphi consensus study to find messages suitable for population-wide promotion. *Journal of Affective Disorders*, 206, 68-76. 2016. URL: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.07.024>.
6. Trauma/grief-focused group psychotherapy: School-based postwar intervention with traumatized Bosnian adolescents. / С. М. Layne et al. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*. 2001. Vol. 5, no. 4. P. 277-290. URL: <https://doi.org/10.1037/1089-2699.5.4.277>.

Т. П. Цюман, м. Київ,
t.tsiuman@kubg.edu.ua

О. С. Матюшок, м. Київ,
osmatiushok.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ПРОБЛЕМА СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛЬСТВА НАД ЖІНКАМИ ПІД ЧАС ВОЄННИХ ДІЙ

Сексуальне насильство для людини завжди є травмівною подією, а його психологічні наслідки ускладнюються ще й умовами війни, що, в свою чергу, підсилює руйнівний вплив на психіку. Для жінок, до можливих ускладнень додаються наслідки примусових вагітностей, примусових абортів та ускладнення

після них, мимовільних переривань вагітності, які пов'язані з неможливістю отримати медичну допомогу та належний догляд, примусових стерилізацій тощо. Тобто йдеться про політравму, яка, як відомо, характеризується труднощами діагностики та лікування.

Сексуальне насильство, пов'язане з війною розглядають як різновид гендерно зумовленого насильства, а у термінологічному тлумаченні використовують таке його визначення - сексуальне насильство, пов'язане з конфліктом (СНПК). Таким чином, стать стає додатковою загрозою життю, а жінки набувають уразливості і перетворюються на об'єкт нападу, де зброєю виступає насильство над ними: їх потрібно знешкодити, принизити, підкорити.

Під час війни сексуальне насильство може мати низку й стратегічних завдань. Зокрема, воно може використовуватися як механізм соціального контролю (щоб встановити владу над окупованим населенням); як засіб руйнування соціальних зв'язків (у тому числі - через стигматизацію, якої зазнають постраждалі від громади); як частина скоординованої тактики для знищення певної соціальної групи; як засіб примушування до зізнання; з метою приниження та позбавлення прав; з метою насильницького запліднення; як метод терору; як нематеріальне заохочення (для вербування та винагороди власних бійців); як частина ритуальних практик [1, с.22-27]. За своєю психологічною суттю воно є «вираженням сили та насильницьких методів прояву домінування над постраждалими особами та громадами, до яких вони належать» [1, с.16].

Водночас у міжнародній юридичній та соціально -психологічній практиці наполягають на доцільності гендерно чутливого, травмо-інформованого та орієнтованого на постраждалих підходів у психологічній, соціально - психологічній роботі із уцілілими жінками. Жінки, які пережили сексуальне насильство, повинні отримати комплексну, холістичну допомогу - медичну, психологічну, правову, гуманітарну, соціальну та інші види допомоги, згідно з їхніми потребами.

Варто зауважити, що постраждалими (уразливими) є не лише особи, щодо яких безпосередньо скоєне сексуальне насильство, а й члени їхніх родин (діти, партнери, батьки) та інші особи, що залежать від них, а також діти, народжені внаслідок згвалтування [2, с.10]. Неповнолітні визнаються постраждалими не лише коли щодо них вчинене сексуальне насильство, а й коли вони були свідками або сексуальне насильство вчинене щодо їхніх рідних [1, с.34].

Серед наслідків сексуального насильства, пов'язаного із конфліктом виділяють: сильний фізичний та психологічний біль у постраждалих осіб, який може призвести до важких фізичних та психологічних травм; підвищений ризик низки проблем сексуального та репродуктивного здоров'я з безпосередніми та довгостроковими наслідками (у тому числі - інфікування ВІЛ чи іншими інфекціями, що переважно передаються статевим шляхом, безпліддя, сексуальні дисфункції); погіршення відносин з чоловіком/дружиною та дітьми; дестабілізація гендерної та сексуальної ідентичності (найчастіше у постраждалих осіб чоловічої статі); руйнування соціальних зв'язків у цільових громадах; загострення існуючої релігійної, етнічної та іншої ворожнечі у суспільстві; у разі непропорційного вчинення стосовно жінок та дівчат - посилення гендерної нерівності, створення перешкод на шляху досягнення рівноправ'я, розвитку та миру [1, с.44-45].

Окрім ризику розвитку посттравматичного стресового розладу (сексуальне насильство окремо підкреслюється у критерії А в DSM-5), у постраждалих осіб можуть проявитися депресія, тривога, фобії, панічні атаки, самоушкоджуюча поведінка та інші психічні розлади. Особливо гостро стоїть питання подвійного травмування не лише через дії кривдника, а й через реакцію соціуму, яка часто є байдужою чи навіть осудливою та дискримінаційною.

Важливо констатувати, що наразі відсутня системна державна програма підтримки постраждалих від сексуального насильства, пов'язаного з війною та бракує фахівців і фахівчинь у сфері психічного здоров'я, які можуть надавати кваліфіковану допомогу цій уразливій категорії населення, а відтак і зростає наукова та практична значущість доробок у цій сфері.

Список використаних джерел:

1. Робота з постраждалими від сексуального насильства в умовах збройного конфлікту: Посібник для фахівців із психологічної допомоги та екстреного реагування в Україні. 2022. URL: <https://rm.coe.int/ukr-2022-sexual-violence-manual-web-ua/1680a97133> (дата звернення 26.09.2024).
2. Стратегія запобігання та протидії сексуальному насильству, пов'язаному з конфліктом, в Україні. 2018. URL: https://ukraine.un.org/sites/default/files/2020-09/crsv%20strategy%20ua_0.pdf (дата звернення 26.09.2024).

СЕКТОРАЛЬНА ДИСКУСІЯ 2

«ПРАКТИКИ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ТА БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ

О. О. Байєр, м. Дніпро,
bayer.o@duan.edu.ua

ОСОБЛИВОСТІ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ УКРАЇНЦІВ ПОВОЄННОГО ПОКОЛІННЯ (НА ПРИКЛАДІ ДРУГОЇ СВІТОВОЇ ВІЙНИ)

У нашому дослідженні особливостей сприйняття українцями радянської доби різних форм соціальних утисків [Bayer et al., 2024] в якості респондентів було залучено осіб, які народились безпосередньо до початку, під час або після періоду 1939-1945 рр. Не дарма був уведений в обіг термін “діти війни”, оскільки, дійсно, дитинство цієї когорти населення пройшло під впливом не лише тоталітарного устрою Радянського Союзу, куди входила тоді Україна як одна із “рівноправних” національних республік (і, як наразі відомо, ця рівноправність мала окремі форми для Російської республіки, і окремі - для решти національних [В'ятрович; Грицак; Кіпіані]), - але й під впливом Другої світової.

Нашим окремим науковим інтересом було питання резильєнтності цих осіб: чим вона визначалась і з чим була пов'язана? З об'єктивних причин не випадає вивчати цей феномен експериментальним методом, а тому доречними стали процедури якісної дослідницької методології. Наведені далі підсумування отримані на матеріалі дослідницьких інтерв'ю, опрацьованих тематичним аналізом та обґрунтованою теорією.

Отже, звертає на себе увагу важливість освіти / освітнього досвіду / освіченості як важливого стресозахисного фактора. У нашій роботі [Байєр Освітній досвід] ми показали, що респонденти наголошують на вагомій ролі освітнього досвіду в їх адаптації до складних життєвих умов. Інколи це звучить як цінність-ціль, навколо якої вибудовується розвиток людини, яка надихає і надає сенсу рухатись вперед попри обставини. Значення освітнього досвіду могло полягати у можливості внутрішньої еміграції, втечі від реальності, яка обурювала або викликала почуття безпорадності, зануренні у внутрішній світ краси науки, літератури чи мистецтва. Наші респонденти свідчили і про привабливість навчання як такого, про ресурсність знань, які додавали сил, приносили втіху, наснажували.

Наші знахідки звучать в унісон результатам емпіричного дослідження Е. Казлаускаса та колег [Kazlauskas], в ході якого вони вивчали фактори- запобіжники посттравматичному стресовому розладу у другого покоління жертв політичного терору у Литві. З-поміж інших, почуття зв'язності (англ. “sense of coherence”) було тією характеристикою, за яким, з одного боку, була встановлена наявність значущого позитивного зв'язку між представниками першого та другого покоління жертв політичного терору, а по-друге - яка більшою мірою притаманна представникам другого покоління, які *не* демонстрували симптомів ПТСР. Почуття зв'язності, як воно описано в тексті роботи, виглядає як навичка, що визначається

інтелектуальною розвиненістю суб'єкта, зокрема, рівнем його вербального інтелекту.

Значущість вербального інтелекту високо резильєнтних осіб, що уможливило спроможність до символізації досвіду, згадується і в інших роботах [Baker; Lindy-Lifton]. Разом із символізацією і осмисленням, важливим стресозахисним складником ще є сам факт проговорювання, розділення з кимось, які відбуваються саме в комунікації з людиною, якій можна довіритись.

У роботі [Bayer-Martyshenko] ми використали ще декілька ресурсів, що звучали в наративах респондентів: молодість і здоров'я, певна наївність і непосредність у сприйнятті оточуючого, мережа підтримки і спільноти однодумців, авторитети і взірці для наслідування, експертиза в певній галузі діяльності, інформаційна, фінансова або інша підтримка, тримаюча система цінностей, гумор, самоцінність і необхідність / потреба зберегти свою ідентичність.

Ми залишаємо наш опис відкритим і продовжуємо свої наукові розвідки.

Список використаних джерел

1. Байєр О. О. Освітній досвід як допоміжний ресурс адаптації до несприятливих соціальних умов // Провідна роль освітнього досвіду в становленні особистості. Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції 05-25 квітня 2015 р. - Дніпропетровськ: Аспект ПП, 2015. - С. 9093.
2. В'ятрович В. Україна. Історія з грифом "Секретно". - Харків: Книжковий клуб "Клуб сімейного дозвілля", 2021. - 512 с.
3. Грицак Я. Нарис історії України. Формування модерної нації XIX-XX століття. - Київ: Yakaboo Publishing, 2019. - 656 с.
4. Кіпіані В. Країна жіночого роду. - Київ: Видавництво "Віват", 2021. - 303 с.
5. Bayer O., Hrysenko N., Barkova O., Friedman J. "One's own dog tears apart his master": Memory, Identity, and Struggle in Ukraine (2024, in press).
6. Bayer O., Martyshenko I. Coping with Repression in Soviet Ukraine European Scientific Journal. - 2016. - Vol. 12. - No. 8. - P. 52-72.
7. Baker K. G., Gippenreiter J. B. Stalin's Purge and Its Impact on Russian Families. In: Danieli, Y. (Eds.) International Handbook of Multigenerational Legacies of Trauma. The Plenum Series on Stress and Coping. - Boston, MA: Springer, 1998. - P. 1-26.
8. Kazlauskas E., Gailiene D., Vaskeliene I., Skeryte-Kazlauskiene M. Intergenerational Transmission of Resilience? Sense of Coherence Is Associated between Lithuanian Survivors and Their Adult Offspring // Frontiers in Psychology. - 2017. - Vol. 8. Access mode: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2017.01677>.

Н. М. Бабич, м. Київ,
n.babych@kubg.edu.ua
 Т. О. Шахрай, м. Київ,
toshakhrai.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ЗАЙКАННЯ: ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ ТА СУЧАСНІ ВИКЛИКИ

Зайкання є надзвичайно складною та багатогранною проблемою, яка залишається не до кінця вирішеною навіть у сучасному світі. Більшість випадків зайкання починаються у дитячому віці, переважно в період від 2 до 5 років. Проте в деяких дітей зайкання може виникати пізніше, а іноді цей розлад виникає і в дорослому віці. За даними Британської асоціації зайкання (British Stammering Association), від різних видів невротичних мовленнєвих розладів страждає від 1 до 3% жителів Європи. Наразі в Британії зайкання виявляється приблизно у 1% дорослих та близько у 8% дітей [8]. В Саудівській Аравії понад 6% населення заїкається [2]. В Україні майже пів мільйона людей мають зайкання (з них приблизно 0,3 млн - це чоловіки), а поширеність людей, які заїкалися хоча б один раз за життя, становить 5%. [5].

Незважаючи на значний науковий прогрес у розумінні цього розладу, його природа і механізми до кінця не розкриті. Більше того, наукова спільнота досі не дійшла єдиної дефініції «зайкання». Так, наприклад, Ю. Рібцун дає наступне визначення: «Зайкання (від лат. *balbuties* - запинання) - поліморфний розлад мовлення, порушення комунікації у вигляді дискоординації плавності, ритму, виникнення окремих запинань, повторів ряду звуків і складів унаслідок мовленнєвих судом через перенапруження чи стреси» [6]. Ряд науковців із Саудівської Аравії визначають зайкання як порушення плавності, темпу та ритму усного мовлення, яке виникає внаслідок судомних скорочень м'язів мовленнєвого апарату. Цей розлад впливає на здатність людини вільно висловлювати думки, що призводить до труднощів у комунікації та соціальній взаємодії. [1, с. 664-668].

Наразі різноманітність визначень зайкання зумовлена тим, що дослідники акцентують увагу на різних аспектах цього явища: нейрофізіологічних, нейролінгвістичних, психологічних, мовленнєвих або соціальних. *Відсутність універсального визначення ускладнює не лише діагностику, а й організацію ефективного логопедичного супроводу.*

Розуміння сутності зайкання залежить від розвитку науки та дослідницьких підходів, починаючи з часів пророка Мойсея та Демосфена. Соціальні умови для наукового дослідження цього розладу сформувалися в Європі, зокрема у Франції, Німеччині та Австро-Угорщині, у другій половині XIX століття через бурхливий розвиток виробничих сил і зростання вимог до освіченості працівників.

Внесок зарубіжних науковців у вивчення зайкання є суттєвим. Наразі Charles Van Riper розробив ефективні методи терапії, Wendell Johnson досліджував психологічні аспекти та вплив соціального оточення, Joseph Sheehan представив теорію «айсберга зайкання», а Oliver Bloodstein підкреслив хронічний характер розладу через концепцію «продовженої залишкової дисфлуентності». Наприкінці XIX століття ці дослідження заклали наукове підґрунтя, яке стало основою

сучасних теорій заїкання.

Великий інтерес вітчизняних науковців до проблеми виник через її поширеність, виразність та соціальне значення. Питання теорії та практики корекції заїкання інтенсивно вивчаються і висвітлюються в літературі різними науковцями. Так, історію вивчення заїкання проаналізовано у працях вітчизняних вчених К. Бондарь, О. Козинець, Л. Чепурної. Характеристику проявів заїкання розкрито у дослідженні З. Денегі, О. Літовченко. Індивідуальний підхід, корекційно-логопедичні методи та прийоми стали темою досліджень Н. Бабич, Л. Бондар, Т. Булах, Н. Гончарової, К. Грек, Т. Гур'янової, Д. Железняк, С. Заплатної, Т. Іванової, А. Кравченко, О. Літовченко, Н. Лопатинської, Т. Негрійко, І. Першиної, Ю. Рібцун, О. Ткач, Р. Юрової, А. Щолокової та інших. Дослідження Ю. Рібцун, що зосереджені на соціальній підтримці дітей із заїканням у навчальному середовищі та в умовах війни. Внесок О. Туріної в галузі психології травмуючих ситуацій є важливим доповненням до корекційних методів роботи з дітьми, які зазнають мовленнєвих розладів.

Різні аспекти заїкання, такі як діагностика, профілактика, корекція та соціальна підтримка, вивчаються вітчизняними науковцями, оскільки заїкання впливає не лише на мовленнєву діяльність, але й на емоційний та соціальний стан особи. Важливість раннього втручання в корекцію цього розладу особливо помітна у дітей, оскільки своєчасна допомога може запобігти закріпленню патологічних мовленнєвих звичок і знизити ризики тривожності та соціальної ізоляції, що ускладнюють подолання заїкання в майбутньому.

Отже, заїкання вимагає індивідуалізованого підходу, а логопедичний супровід, що включає діагностику, корекцію та соціальну адаптацію, є ключовим елементом ефективного подолання цього мовленнєвого порушення.

Список використаних джерел:

1. Almudhi, A., Aldokhi, M., Reshwan, I., & Alshehri, S. (2021). Societal knowledge of stuttering in Saudi population. *Saudi Journal of Biological Sciences*, 28(1), 664668. doi: 10.1016/j.sjbs.2020.10.057.
2. Рібцун, Ю. В., & Майчук, О. Є. Логоритміка як засіб діагностики заїкання в дітей дошкільного віку. *Педагогічні науки: теорія та практика*, 2024. 1(49). С. 34-43. URL: <https://doi.org/10.26661/2786-5622-2024-1-05>
3. Рібцун, Ю. Понятійно-термінологічний словник. *Логопедія. Логопсихологія*. Київ: ІСПП. 2022. 48 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/731696/>
4. Stamma. What is stammering? URL: <https://stamma.org/about-stammering/stammering-facts/what-is-stammering>

Н. В. Ванда, м. Київ,
vanda9@ukr.net

І. Ю. Скляренко, м. Київ,
innakdavi@ukr.net

В. М. Піщана, м. Київ,
torip1005@gmail.com

ДІЯЛЬНІСНИЙ ПІДХІД У ПІДГОТОВЦІ ПСИХОЛОГІВ

Постановка наукової проблеми. Теорія діяльності є провідною в психології. Діяльність розглядається як єдиний спосіб соціально-історичного існування людей; форма культурної творчості людей; універсальний психологічний механізм присвоєння досвіду роду, Структура діяльності включає: потребу - мотив - задачу - дії - операції (за О.М. Леонтьєвим).

В межах даного підходу для оволодіння предметом чи явищем необхідно активно здійснювати діяльність адекватну тій, яка втілена в даному предметі чи явищі. Особливо це важливо в процесі розвитку розумових здібностей, оскільки їх формування розглядається як процес засвоєння операцій, які склались у досвіді попередніх поколінь, і інакше, як в умовах навчання, яке певним чином спрямовує діяльність дитини і будує його дії, вони виникнути не можуть [4].

Таким чином, навчання як передавання досвіду, способу виконання того чи іншого процесу, можливе лише у зовнішній формі - дії, або у формі зовнішнього мовлення; далі зовнішні процеси протікають у розумовому плані - плані свідомості. Саме у процесі оволодіння учнем предметами та розумовими діями, засвоєння ним операції відбувається формування його здібностей, тобто зовнішня діяльність формує внутрішні процеси. Це зумовлює доцільність застосування ідеї діяльнісного підходу в психології у педагогічному процесі у ВНЗ, оскільки даний підхід дає змогу оптимально структурувати навчання на основі єдності психологічної теорії та практики, а також забезпечує надійне підґрунтя всіх видів роботи психолога.

Мета і завдання статті. Висвітлення зарубіжного досвіду професійної підготовки психологів у галузі спеціальної освіти свідчить, що сучасна система підготовки фахівців психологічного профілю в різних країнах світу має значні напрацювання теоретичного та практичного спрямування, які всебічно необхідно використати для вітчизняної вищої школи. Це має здійснюватися за умови раціонального поєднання зарубіжного передового педагогічного досвіду на царині психологічної освіти із новаторським педагогічним доробком українських вчених та педагогів-організаторів вищої освіти зазначеного профілю [2].

Враховуючи досвід формування дослідницьких умінь студентів ми можемо стверджувати, що розвиток інформаційних технологій і засобів навчання стимулює викладачів і методистів до розробки й апробації нових приймів і методів формування практичних умінь і навичок студентів, які базуються на інтеграції традиційних та інноваційних підходів до організації та проведення навчального процесу.

Ціннісні установки особистості суттєво впливають на якість набутої освіти, результативність і якість знань та на відношення її до професійної діяльності. Тому

слід враховувати тенденції у формуванні психологічних особливостей студентів покоління Z, представники якого народились в реаліях найбільш повного занурення людини в цифрове суспільство, при формуванні рекомендацій сучасним викладачам для побудови ефективного стилю навчання студентів Z-покоління.

Враховуючи вищезазначене, найбільш адекватною на сьогоднішній день є модель змішаного навчання, яка поєднує аудиторну та дистанційну форми навчання. Дистанційне навчання вимагає врахування таких особливостей: гнучкість, модульний принцип, видозміна функцій викладача, форми взаємодії, специфіка форм контролю тощо.

Використовувані програмні інструменти підбираються на основі вимог технологічних принципів побудови системи прийомів мобільного навчання у частині забезпечення єдності форматів зберігання, інструментальної незалежності і кросплатформності, а також з позиції розв'язання завдань навчального процесу, зокрема сервіси Google Workspace. Також у підготовці психологів-практиків є виправданим використання платформи Zoom Workplace у зв'язку з тенденцією до збільшення кількості онлайн-консультацій [1].

Методи й інструменти навчання, спрямовані на реалізацію операційно-діяльнісного компонента вищої освіти, повинні забезпечити достатній рівень умінь майбутніх психологів використовувати способи вирішення діагностичних, змістово-процесуальних, прогностичних завдань [4, 5]:

- сформованість діагностичних умінь полягає у здатності: визначати інноваційні проблеми в навчально-виховному процесі та виявити чинники, що спричинили їх виникнення; діагностувати рівень розвитку особистості, навчально-пізнавальних потреб; рівень саморозвитку;
- сформованість змістово-процесуальних умінь полягає у здатності: здійснювати пошук «інноваційної» інформації, фіксувати та обробляти її, формулювати й описувати проблему; генерувати та відбирати нові ідеї для досягнення актуальних цілей і вирішення психологічних та педагогічних завдань; оволодіти знаннями методологічних і теоретичних основ, методик із навчання різних предметів, концептуальних основ структури і змісту засобів навчання та ін.,
- сформованість прогностичних умінь полягає у здатності: формулювати цілі і завдання щодо застосування нововведення, розвитку інноваційної особистості фахівця; прогнозувати зміни, труднощі, засоби досягнення цілей, позитивні і можливі негативні сторони реалізації нововведення; аналізувати та узагальнювати одержані результати застосування педагогічних та психологічних інновацій, порівнювати їх з попередніми; визначати рівень своєї готовності до професійної діяльності та шляхи його підвищення.

Висновки. Отже, операційно-діяльнісний компонент як складова професійної підготовки психологів у галузі спеціальної освіти консолідує: готовність до професійної діяльності: сформованість діагностичних умінь; сформованість змістово-процесуальних умінь; сформованість прогностичних умінь; здатність використовувати набуті вміння та навички при вирішенні професійних завдань.

Список використаних джерел:

1. Заболотний В.Ф., Мисліцька Н.А., Слободянюк І.Ю., Колесникова О.А. Використання хмаро орієнтованих технологій в умовах дистанційного навчання // Фізико-математична освіта. 2020, Вип. 1(23). Ч.2 С. 78-82. [Електронний ресурс]. URL: <https://fmo-journal.flzmatsspu.sumy.ua/index/0-56>.
2. Литвин А.В., Руденко Л.А. Удосконалення підготовки психологів у закладах вищої освіти. Науковий вісник Льотної академії. Серія: Педагогічні науки. Вип. 9. 2021. С. 63-73.
3. Матвієнко О. В., Затворнюк О. М. Професійна підготовка майбутніх психологів як психолого-педагогічна проблема. Науковий вісник Херсонського державного університету. Вип. 1. Т. 1. 2014. 215-220.
4. Супрун Д.М. Операційно-діяльнісний компонент професійної підготовки психологів у галузі спеціальної освіти. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології : науковий журнал. Вип. 7. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2017. – 339 с. С. 134-149.
5. Супрун Д.М. Психолого-педагогічні засади професійної підготовки психологів у галузі спеціальної освіти. Наукова спадщина академіка Івана Зязюна у вимірах сучасності й майбутнього : збірник матеріалів І Міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, 30-31 березня 2017 р.) / ред. Колегія : В. П. Андрущенко, В. Г. Кремень, Н. Г. Ничкало ; укл. Н. В. Гузій. – Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2017. – 339 с. 234-236.

Н. Д. Вінник, м. Київ,
n.vinnyk@kubg.edu.ua

Н. М. Строева, м. Київ,
nmstroieva.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ ПОБУДОВИ ЖИТТЄВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ УЧНЯМИ ЗАКЛАДІВ ПРОФЕСІЙНОЇ (ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ) ОСВІТИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Сучасні вчені, досліджуючи теорію та практику наукової проблематики психологічного часу і життєвого шляху особистості, активно вивчають феномени *часової* і *життєвої перспективи* та інші пов'язані з ними поняття: цілепокладання, життєвий план, життєві цінності та орієнтації, життєві програми тощо. Цей підхід підкріплює положення про те, що активність людини регулює переважно спрямованість на майбутнє, а не на минуле.

У дослідженнях вчених поняття «життєва перспектива» переважно розглядається як особистий план на майбутнє, що ґрунтується на системі особистих цінностей, цілей та загальній картині життєвого світу людини і, власне, забезпечує самовизначення та самореалізацію особистості [1]. Про сформованість життєвої перспективи свідчить наявність віддалених цілей майбутнього та відповідної програми дій щодо їхньої реалізації (життєвий план).

Дані багатьох психологічних досліджень (Є. Головаха, О. Кронік, К. Левін та ін.) виявляють прямий або опосередкований вплив на життєву перспективу таких

суттєвих особистісних характеристик, як самооцінка, особливості емоційно-вольової сфери (зокрема пригніченість, тривожність), мотивація досягнення, ціннісні уявлення тощо. Окрім того, рівень розвитку майбутньої життєвої перспективи, критерієм якого виступають її глибина, оптимістичність і реалізм, пов'язаний з рівнем психічного і соціального благополуччя особистості, а також ступенем впливу на неї травматичних подій минулого [2, 4].

Переживання мільйонами українців складної життєвої кризи, спричиненої військовими діями, вимагає від особистості зміни звичних когнітивних, емоційних та поведінкових моделей, перегляду життєвих перспектив та очікувань щодо власного майбутнього, побудови нової життєвої програми, узгодженої із новими завданнями та викликами. Не всі дорослі сформовані особистості готові до такої перебудови, а особливо складно це дається дітям підліткового віку, які знаходяться на шляху формування своєї особистості, узгодження власних ціннісних орієнтирів з оточуючою реальністю. Особливо високим є ризик опинитися у ситуації, коли формування позитивної життєвої перспективи є ускладненим, є для учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти (далі – заклади П(ПТ)О), що часто, окрім того, що мають певні вікові особливості, можуть бути не охоплені програмами психосоціальної підтримки, походять з сімей, які перебувають в складних життєвих обставинах, залишаються сам на сам зі своїми переживаннями тощо.

Окрім зовнішнього контексту, варто брати до уваги характерну підлітковому вікові *нестійку самооцінку; нестійкість емоційно-вольової сфери*, зокрема розгальмованість, послабленість механізмів самоконтролю, пригніченість, страх, підвищена тривожність та інші негативні переживання, що можуть впливати на вибір неадаптивних моделей поведінки; *недостатній рівень сформованості ціннісно-мотиваційної сфери* в цілому. Особливо небезпечними тут є ситуації втрати ціннісних орієнтирів, невизначеності в силу об'єктивних обставин (війни та воєнного стану) та суб'єктивних переживань, які залежать від рівня тривожності у дитини, страху за майбутнє, ступеню її підтримки з боку значимих дорослих, середовища закладу освіти тощо [3]. Все це так само має свій вплив на здатність учня підліткового віку до побудови позитивної життєвої перспективи та на пов'язані з цим питання продовження навчання і вмотивованості навчатися, орієнтації на працевлаштування або ж, навпаки, на залишення навчального закладу та практикування ризикованої поведінки.

За результатами опитування у формі онлайн-анкетування психологів та інших уповноважених працівників закладів П(ПТ)О, що було проведено у співпраці з Департаментом професійної освіти Міністерства освіти і науки України та ГО «Всеукраїнський громадський центр «Волонтер», в якому взяло участь 198 респондентів, можемо дійти висновку, що переважна більшість представників закладів П(ПТ)О вважають формування позитивної життєвої перспективи актуальним питанням, особливо в умовах воєнного стану. Також, опитані представники закладів П(ПТ)О вбачають свою роль у цьому процесі та готові надалі навчатися, аби впроваджувати такі програми з учнями та забезпечувати інші складові цього процесу.

На основі теоретичного аналізу та результатів онлайн-опитування можна виокремити ряд психологічних умов побудови позитивної життєвої перспективи

учнями закладів профтехосвіти під час воєнного стану. Під психологічними умовами ми будемо розуміти психологічне поняття, зміст якого складається із внутрішніх та зовнішніх чинників, що створюють комплекс таких обставин, які певним чином впливають на психічний стан людини, її внутрішній світ, прийняття рішень та життєдіяльність. Отож, такі психологічні умови є наступними: (1) забезпечення стабільності, безпеки та життєстійкості освітнього середовища; (2) розбудова кар'єрних перспектив учнів, сприяння працевлаштуванню учнів; (3) впровадження спеціалізованих програм цілепокладання, побудови позитивної життєвої перспективи, розвитку належної самооцінки та розвитку життєвих навичок.

Список використаних джерел:

1. Вельдбрехт О., Тавровецька Н. Оптимістичні уявлення про майбутнє - спонтанний спосіб самопомоги та саморегуляції в умовах війни. Проблеми політичної психології. URL: <https://politpsy.org/mdex.php/ropp/article/view/123/120> (дата звернення: 27.09.2024).
2. Головаха Є. П. Життєва перспектива і професійне самовизначення молоді. Київ: Наукова думка, 1988. 142 с.
3. Кутішенко В.П., Власенко І. А., Вінник Н. Д. Трансформація цінностей студентів в умовах реконструкції ними травматичних подій початку війни в Україні. «Перспективи та інновації науки» (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»). 2022. 9 (14). С. 616-633.
4. Павленко О.В. Досвід як чинник становлення життєвої перспективи особистості: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Київ, 2019.
5. Шумік І. В., Голубєва М. О. Психологічні умови формування свідомого вибору життєвого шляху старшокласниками/старшокласницям. URL: <https://ekmair.ukma.edu.ua/server/api/core/bitstreams/2a19f6e0-4096-4224-ac94-2b294ba60e36/content> (дата звернення: 27.09.2024).

**І. А. Власенко, м. Київ,
*i.vlasenko@kubg.edu.ua***

**В. Ф. Нода, м. Київ,
*vfnode.fpsrso23m@kubg.edu.ua***

СПЕЦИФІКА КРИЗИ ПРОФЕСІЙНОЇ КАР'ЄРИ У ОСІБ ВІКУ СЕРЕДНЬОЇ ДОРОСЛОСТІ

Високий темп розвитку суспільства, науки, технологій, зміна професій вимагає від сучасного працівника швидкого реагування, переходу від одного виду діяльності до іншого, перебудови стратегій поведінки. Вагомий психологічний вплив на професійне життя особистості чинять зовнішні фактори, соціально-економічні зміни, повномасштабна війна в Україні. Погіршення емоційного стану працівників може призводити до криз на різних етапах життя. Для осіб віку середньої дорослості характерна професійна стабільність, водночас вони проводять ревізію професійного і особистого життя.

Через зміни умов праці фахівець середнього дорослого віку може відчувати

емоційну нестабільність, зростання рівня напруженості, втому, тривогу, прояви депресивних станів тощо. Багато людей відзначають зниження самооцінки на тлі неспроможності швидко засвоювати інформацію. У цьому віці особистість відчуває внутрішню розгубленість, зниження рівня професіоналізму, виникає відчуття вичерпаності своїх можливостей.

Емоційні перепади, апатія та відсутність ресурсу у осіб середньої дорослості стають причиною професійного вигорання, стагнації професійного розвитку. Такі зовнішні та внутрішні зміни зумовлюють кризу професійної кар'єри у осіб середнього дорослого віку. Питання професійної кризи у осіб віку середньої дорослості досліджував Г. Олпорт. Вчений акцентував, що особистості, яка переживає кризу, не вдається осмислити свій актуальний психо-травмуючий досвід, оперуючи знайомими, шаблоновими категоріями або використовувати прості звичні моделі пристосування. [4]

Б. Лівехуд професійну кризу розглядав як частину життєвої кризи, тобто джерело нового розвитку людини. Життєвий шлях людини він бачив у трьох аспектах: біологічному, психологічному та духовному. Розглядаючи кризи розвитку, науковець акцентує увагу на зміні ціннісно-сислової сфери особистості, виділяючи наступні фази: асиміляція; інтеграція; душевне сприйняття, зростання до 20 років; експансія, переробка досвіду - рівновага між біологічною та духовною лініями розвитку (20-40 років); соціальна (після 40 років); передача досвіду іншим - продовження психічного, духовного розвитку, але згасання біологічного. [5]

Проблему професійної кризи досліджувала Н.І. Кривоконь. Згідно з її дослідженням, «професійна криза кар'єри - це реконструкція життєвого шляху. Коли напруженість внутрішньо особистісних суперечностей, хвороби, побутові неприємності, депресії роблять волю людини безсилою»; ситуація емоційного та розумового стресу, що вимагає значної зміни уявлень людини про світ та про себе за короткий проміжок часу. [1]

Професійні кризи можна розділити на нормативні та ненормативні. До нормативних відносяться ті кризи, які є очікувані на протязі професійного життя особистості, починаючи від вибору професії та закінчуючи виходом на пенсію. Вимушене звільнення, необхідність перекваліфікації працівника, зміна місця проживання, втрата працездатності, емоційне вигорання та інші зовнішні та внутрішні передумови, які виникають упродовж професійного життя, сприяють виникненню ненормативних криз особистості. [3]

Для осіб віку середньої дорослості характерні симптоми переживання кризи професійної кар'єри: втрата мотивації до виконання діяльності, втрата своєї цінності як професіонала, зниження впевненості у собі, сумніви у професійних навичках, зміна у ставленні до колег, робочих ситуацій. Такі прояви можуть призводити до конфліктів та агресивної поведінки людини, частого відчуття втоми, відсутності бажання навчатись та удосконалювати свої навички, не тільки в робочій, але й в інших сферах. Людина, переживаючи кризу професійної кар'єри, може усвідомлювати неспроможність сфокусуватись на професійних завданнях, мати підвищену тривожність, депресивні розлади, прояви емоційного вигорання. [2]

Для виявлення особливостей прояву кризи професійної кар'єри було проведено опитування «Прояви кризи професійної кар'єри». В опитуванні взяли

участь 83 респонденти віком від 31 до 59, які працюють в сфері охорони здоров'я з України (група 1) та Туреччини (група 2). Середній вік респондентів становив 44 роки Переважали респонденти жіночої статі - 89%.

Аналіз результатів в обох групах показав наявність ознак кризи професійної кар'єри (13% респондентів у групі 1 та 32% респондентів у групі 2) У групі 1 респонденти, які мають ознаки кризи професійної кар'єри, всі жіночої статі. У групі 2 респонденти, які мають ознаки кризи професійної кар'єри - 91% жіночої статі. У респондентів обох груп ми маємо типові показники згаданої кризи: зниження задоволеності від роботи, відчуття недостатньої успішності кар'єри, зниження психологічного комфорту на робочому місці, браку особистого часу на хобі, відпочинок, тривога на робочому місці, високий показник стресу на робочому місці, високий показник втоми після відпочинку, та відчуття того, що головні події в професійній кар'єрі вже відбулися.

Кількість респондентів, які мають ознаки кризи професійної кар'єри у групі 2, перевищують по кількості респондентів у групі 1 (32% та 13%, відповідно у групах 2 та 1).

Можна зазначити, що у групі 2 респонденти більше схильні до тривоги (55,2% та 20,4% відповідно у групах 2 та 1), відзначають вищу хворобливість, ніж респонденти з групи 1, з України (42,1% та 15,9% відповідно у групах 2 та 1). Також виявлено, що респонденти із групи 2 мають вищий показник незадоволеності колективом та психологічного дискомфорту на робочому місці (23,7% та 15,9% відповідно у групах 2 та 1). Було помічено, що респонденти з групи 2 мають нестачу особистого часу, що вища, ніж у групі 1 (60,5% та 22,7% відповідно у групах 2 та 1).

Виявивши основні показники кризи професійної кар'єри, було розроблено тренінг «Шляхи подолання кризи професійної кар'єри», який складається з 5 тренінгових сесій, спрямований на подолати проявів кризи професійної кар'єри. Його мета полягає в подоланні проявів кризи професійної кар'єри. Загальна тривалість тренінгу 44 години, зокрема передбачено домашні завдання. Формат проведення тренінгу передбачає дистанційну форму (онлайн тренінг). Кожна тренінгова сесія включає такі компоненти: а) інформаційно- смисловий (розкриває суть питання та надає інформацію для розуміння проблеми); б) діагностичний (надає змогу провести самоаналіз); в) корекційно- розвивальний (допомагає засвоїти навички саморегуляції, самоаналізу, постановки цілей та втілення їх у житті).

Отже, криза професійної кар'єри може бути складним часом для працівника і може призвести до відчуття невпевненості та розчарування в собі.

Особа середнього дорослого віку, яка переживає таку кризу, має особливу увагу приділяти симптомам кризи та при ускладненні або неможливості впоратись із нею самостійно - звернутись по допомогу.

Список використаних джерел:

1. Кривоконь Н. І. Кризові ситуації особистості: підходи до типологізації та значення в аспекті розвитку соціальних послуг / Н. І. Кривоконь // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. - 2013. - № 1065. - Вип. 52. - С. 215-219с.215

2. Столярчук О.А. Життєві кризи особистості: психологічний путівник : навчальний посібник /О.А. Столярчук. - Кременчук : Видавництво «НОВАБУК», 2023. - 126 с.

3. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності К. : Либідь, 2003. - 376 с.

4. Allport G. W. Pattern and growth in personality. New York: Holt, Rinehart and Winston. 1961.608 p.

5. Lievegoed B.C.J. Lebens krisen, Lebens Chancen: Die Entwicklung des Menschen zwischen Kindheit und Alter. Kosel: 2001.240p.

С. С. Жорова, м. Київ,
s.zhorova@kubg.edu.ua

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ВНУТРІШНЬО ПЕРЕПЩЕНИМ ПІДЛІТКАМ

Актуальність дослідження. Значно погіршилися якість життя та психоемоційний стан українців через повномасштабне вторгнення Російської Федерації (далі рф) на територію України. Війна спровокувала масову хвилю вимушеного переміщення українців, у тому числі в межах країни. Одна з найбільш вразливих груп серед внутрішньо переміщених осіб (ВПО), це вікова група підлітків. Можемо також сказати, що вище виокремлена нами група, яка вимушена переїхати зі своїми родинами та проживати в кризових умовах і ситуації невизначеності під час війни в Україні, потрапляє в групу ризику значного зниження якості життя, низької адаптації, недостатньої резильєнтності, а також виникнення порушень психічного функціонування.

Вивчаючи дану проблематику погоджуємося з визначенням науковця D. Ryan (2008), який наголошував на тому, що адаптація ВПО - це процес, під час якого індивіди прагнуть задовольнити свої потреби, переслідують власні цілі для покращення якості життя й відповідають вимогам нового суспільства після переміщення [4, с. 321], а в нашій ситуації ще й вимогам мінливого сьогодення. Важливим також є те, що до типових суперечностей становлення особистості в підлітковому віці додаються не тільки складні життєві обставини та екстремальні події, а й різні поведінкові особливості, такі як: почуття незахищеності, сором і відчуття провини, гнів, агресія, сум за минулим життям, відчуженість та ізоляція від зовнішнього середовища, страх майбутнього тощо.

У таких умовах, можливий також факт тяжкості пережитих подій під час переселення таких, як: загроза життю, полон або тортури, незадоволення найпростіших базових потреб, що в свою чергу може спричиняти цілий спектр проблем фізіологічного, психологічного або психічного характеру. Своєчасне вивчення якості життя та надання соціально-психологічної допомоги українським підліткам постраждалим під час кризових подій та військового конфлікту в межах України, дозволить не тільки здійснити якісний психологічний супровід їхньої життєдіяльності, а також запобігти проблемам соціально-психологічної дезадаптації та покращити якість життя.

Мета нашого емпіричного дослідження, було реалізовано за двома етапами: констатувальним і формувальним. На етапі констатувального емпіричного дослідження постала мета виявлення та діагностика найбільш значущих для адаптації soft skills, які сприятимуть підвищенню якості життя, на формувальному етапі – розроблення й апробація програми розвитку м'яких навичок підлітків із подальшою діагностикою отриманих результатів.

Завдання дослідження було здійснено за допомоги створення та апробації авторського опитувальника, який було реалізовано засобами Google-форми. Отримані результати дослідження було опрацьовано за допомогою програми Microsoft Excel.

Проблематика війни та як наслідок вимушене переміщення дітей та підлітків, що впливає на якість життя, життєдіяльність, комунікативність вже вивчалася як вітчизняними, так і закордонними вченими. Такими науковцями, як І. Бронштейн і П. Монтгомер (I. Bronstein, P. Montgomer, 2011 р.) проведено аналіз низки наукових досліджень, які допомогли довести, що через війну та вимушений переїзд у дітей та підлітків можуть бути спровоковані проблемні аспекти фізичного та психічного розвитку [3].

Для виявлення та діагностики найбільш значущих soft skills було обрано учнів 5-6 класів, 10-12 років із п'яти шкіл України, а саме: Дніпра, Києва, Сум, Сєвєродонецьку та Маріуполя. Під час дослідження за допомоги авторського опитувальника було виявлено та виокремлено внутрішньо переміщених підлітків (далі ВПО) тих, які нікуди не переїжджали (далі не ВПО) та підлітків, які виїхали з батьками закордон. Останні в нашому дослідженні не брали участь, що відповідає закону України (2015), в якому зазначається, що внутрішньо переміщеною особою є громадянин України, який постійно проживає в Україні, якого змусили або який самостійно покинув своє місце проживання в результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації, повсюдних проявів насильства, масових порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру [1]. Також деякі автори в своїх роботах зазначають про можливі інші варіації, що описують ВПО, наприклад їх прийнято називати «вимушеними переселенцями» або «переселенцями» [2, с. 72].

На підґрунті опрацювання отриманих даних за двома вибірками підлітків, де I група – ВПО, а II група – не ВПО було отримано такі показники здатності до резильєнтності, які представлено далі. Нами було встановлено, що нижчим є показник: «швидко відновлююся після складних ситуацій» у ВПО (46,0%), ніж у не ВПО (55,4%). Більш «важко повертатися до реальності» ВПО (34,9%), тоді коли не ВПО (33,8%). Саме «потрібно багато часу, щоб повернутися у форму» ВПО (37,5%) не ВПО (36,2%).

Натомість вищими виявилися показники здатності до резильєнтності I групи (ВПО) у порівнянні з II групою (не ВПО). Більш «важко пережити стрес події» не ВПО (47,4%) у ВПО цей показник (42,9%). Зазначило «швидко відновлюю свої сили» (48,5%) не ВПО, тоді як більш позитивний показник (50,8%) у ВПО. Відповіло (40,8%) не ВПО, що «легко справляюся з неприємними обставинами» та це є більш низьким показником ніж у ВПО (41,3%).

За отриманими даними можемо також зазначити, що рівень розвитку резильєнтності за методикою експрес-тесту «резильєнтності» характеризується за

середніми показниками в респондентів обох вибірок. Зафіксовано, що низький рівень мають (24%) ВПО та (26%) не ВПО, відповідно це складає приблизно четверту частину наших респондентів. Також високу здатність, протистояти стресам і життєвим негараздам мають (17%) внутрішньо переміщених підлітків і він нижчий, аніж у тих підлітків, які не переїжджали що складає (24,4%), це може вказувати на порушення життєвої рівноваги у цих підлітків і бути показником розвитку несприятливих психічних станів у майбутньому.

Підсумовуючи хочемо зазначити, що через повномасштабну війна в Україні, яка досі триває кількість внутрішньо переміщених підлітків збільшується. Актуальною залишається тема розвитку резильєнтності, адаптивності, якісної комунікації.

Отже, соціально-психологічна допомога засобом тренінгу з розвитку soft skills (м'яких навичок) допоможе внутрішньо переміщеним підліткам, як однієї з найвразливіших груп серед ВПО подолати життєві труднощі, розробити власні стратегії, розвинути здатність успішно пристосовуватися до мінливих умов життя.

Список використаних джерел:

1. Закон України (2015) «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб». (Відомості Верховної Ради (ВВР), 2015, № 1, ст.1). Документ 1706-VII, чинний, поточна редакція - від 03.08.2023, підстава - 3022-IX . URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1706-18#Text>
2. Психосоціальна допомога (2015) внутрішньо переміщеним дітям, їхнім батькам та сім'ям з дітьми зі Сходу України: посіб. для практиків соціальної сфери / Мельник Л.А. та ін. ; за ред. Волинець Л.С. – К.: ТОВ «Видавничий дім «Калита», 2015. - 72 с. URL: ISBN 978-617-7152-29-2
3. Bronstein I., Montgomery P. Psychological Distress in Refugee Children: A Systematic Review. *Clinical Child and Family Psychology Review*. 2011. Vol. 14 (1). P. 44–56.
4. Ryan R. (2000) The darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept. *Psychological Inquiry*. 2000. Vol. 11. P. 319–338. URL: https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2000_RyanDeci_DarkBrightResponse.pdf

**С. М. Каліщук, м. Київ,
s.kalishchuk@kubg.edu.ua
Ю. М. Токарєва, м. Київ,
y.tokarieva.asp@kubg.edu.ua**

ОБРАЗ ЯК КАТЕГОРІАЛЬНЕ ЯДРО В ФОРМУВАННІ ОБРАЗУ МАЙБУТНЬОГО ОСОБИСТОСТІ

«Образ» відіграє центральну роль у процесах мислення. Це фундаментальний елемент когнітивної діяльності, який дозволяє працювати з інформацією в уяві та забезпечувати когнітивну гнучкість.

«Образ» або «ментальний образ» - це репрезентація об'єктів або ситуацій, яка виникає в уяві без фізичної стимуляції ззовні. Образи можуть стосуватися різних сенсорних модальностей, таких як зорові, слухові, тактильні чи моторні, і вони є

важливими для багатьох когнітивних процесів, таких як пам'ять, навчання та уява.

S. Kosslyn описує образ як «квазі-візуальні» репрезентації, тобто внутрішні картини об'єктів або сцен, які можна візуалізувати без безпосереднього візуального стимулу. Ментальні образи функціонально подібні до реального сприйняття й активують ті самі області мозку, що й при реальній візуальній стимуляції, зокрема первинну зорову кору [9].

A. Paivio запропонував теорію подвійного кодування, згідно з якою інформація в мозку зберігається у двох формах візуальній (образи) і вербальній (слова) [10].

Погляди Рене Декарта на «образ» відіграють важливу роль у філософії і психології. Декарт описував образи як внутрішні картини або уявлення об'єктів, що виникають у «духовному оці». Він вважав, що ці образи є необхідними для мислення і репрезентації реальності [7].

R. Gregory розглядав образ як результат когнітивної обробки сенсорної інформації, вважаючи, що образи є «реконструкціями» минулих досвідів, а не простим копіюванням реальності [8].

Робимо висновки, що поняття «образ» охоплює широкий спектр визначень, починаючи від візуальних уявлень до когнітивних процесів, що включають пам'ять і сприйняття.

Як зазначає С.М. Каліщук «образ» є категоріальним «ядром» свідомості і, одночасно, конкретизує та оформлює це поняття. Категорія «образ» допомагає збагнути реалістичність сприймаючого світу і є основою для суб'єктивного уявлення про нього [1, с. 18-21].

О.М. Лозова пише про те, що перебудова цілісних систем уявлень про світ, про співчуття до інших людей і відношення до себе має велике значення не лише для теоретичного осмислення структури індивідуальної свідомості, але й для практичної психологічної роботи. Образ світу є нічим іншим як багаторівневою системою уявлень особистості про світ, людей, саму себе та свою діяльність. Автором доведено, що на поведінку впливають окремі уявлення та образи, що існують у «цілісному образі світу». У випадку суспільних змін, у особистості неминуче трансформується образ світу [4, с. 93-96].

Кожне нове покоління формує свій власний образ світу, що дозволяє йому ефективно адаптуватися та впливати на оточуючу реальність. Цей процес тісно переплетений з соціокультурними аспектами. Протягом життя людини образ світу, хоч і залишається основним і стійким утворенням, постійно трансформується під впливом об'єктивних змін у житті та розвитку внутрішньої позиції особистості.

Також, О.М. Лозова дає наступне визначення поняттю: «Образ світу є відображенням майбутнього, тобто являє собою систему наших очікувань, прогнозів відносно того, що відбувається... внаслідок наших вчинків. І ця прогностична спрямованість являє собою найглибшу і невіддільну характеристику образу світу, а не якусь факультативну функцію» [3, с. 93].

В роботах М.Л. Смульсон ми також знаходимо підтвердження, що відображення є активним процесом конструювання моделі світу у поєднанні образної та концептуальної складових [6, 38-49].

Робимо висновок, що поняття «образ» і визначення формують наші уявлення і основні змістовні детермінанти в ключовому напрямку дослідження формування

образу майбутнього.

Список використаних джерел:

1. Каліщук С. М. Генеза смислової архітекτονіки свідомості майбутніх психологів-консультантів: монографія. Львів, 2020. С. 18-21.
2. Каліщук С. М. Психологія свідомості: теорія і практика наукових досліджень: тези IV Міжнародної науково-практичної конференції, Київ, 21 листопада 2020 р. / за ред. О. В. Дробота. Київ: Талком, 2020. С. 12-17. 207 с. ISBN 978-617-7832-67-5.
3. Каліщук С. М. Формат і зміст смислової архітекτονіки свідомості особистості та «картини світу» як її варіативно-предметної концептуалізації. Психологічний часопис: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2020. Т. 6, вип. 8. С. 57-66. Doi: 10.31108/1.2020.6.8.4.
4. Лозова О. М. Образ дома та сім'ї у внутрішніх мігрантів України. Український альманах, 2014. № 15. С. 93-96.
5. Лозова О. М. Індивідуальна картина світу суб'єктів освітнього процесу: тези IV Міжнародної науково-практичної конференції, Київ, 21 листопада 2020 р. / за ред. О. В. Дробота. Київ: Талком, 2020. С. 20-23. 207 с. ISBN 978-617-7832-67-5.
6. Смільсон М. Л. Інтелект і ментальні моделі світу. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія: Психологія і педагогіка, 2009. № 12. С. 38-49.
7. Descartes, R. Meditations on First Philosophy. 1641.
8. Gregory, R. L. Eye and Brain: The Psychology of Seeing. Oxford: Oxford University Press, 1997.
9. Kosslyn, S. M. Image and Brain: The Resolution of the Imagery Debate. Cambridge, MA: MIT Press, 1994.
10. Paivio, A. Imagery and Verbal Processes. New York: Holt, Rinehart & Winston, 1971.

А. Є. Книш, м. Львів
Я. Р. Сойка, м. Львів
soykayaryna@gmail.com

**ДОСЛІДЖЕННЯ ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТУ ТА
 ОРГАНІЗАЦІЙНИХ НАВИЧОК ЛЮДЕЙ З РДУГ**

Постановка наукової проблеми. Розлад дефіциту уваги та гіперактивності (РДУГ) є складним нейророзвитковим станом, що впливає на здатність людини концентрувати увагу, контролювати імпульси та керувати часом. Основні симптоми включають неуважність, гіперактивність та імпульсивність, які можуть призвести до труднощів у навчанні, роботі та міжособистісних відносинах [1].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідження Барклі та інших вказують, що основною проблемою для людей з РДУГ є порушення виконавчих функцій, таких як планування, саморегуляція та робоча пам'ять. Ці дефіцити суттєво ускладнюють управління часом та організацію діяльності [2]. Крім того, зростає інтерес до вивчення зв'язку між РДУГ та мотиваційними чинниками, такими як прокрастинація та емоційна регуляція [4].

Мета і завдання статті. Мета дослідження — емпірично та теоретично дослідити тайм- менеджмент і організаційні навички людей з РДУГ. Завдання включають проведення теоретичного аналізу, формування гіпотез та виконання емпіричних досліджень для підтвердження цих гіпотез.

Виклад основного матеріалу. Для емпіричного дослідження використовувалися такі психодіагностичні інструменти, як Вендер-Ютська шкала самооцінки РДУГ у дорослих та опитувальники самоорганізації та часової перспективи. Основні результати вказують на те, що люди з високим рівнем вираженості симптомів РДУГ мають суттєві труднощі з тайм- менеджментом і організацією, що підтверджується даними кореляційного аналізу [3].

У результаті дослідження були визначені дві основні групи: особи з помірним і низьким рівнем вираженості симптомів. Помірний рівень симптомів значно корелював із нижчими показниками самоорганізації та наполегливості .

Висновки

Дослідження показало, що РДУГ безпосередньо впливає на здатність керувати часом та організовувати завдання через дефіцит виконавчих функцій. Зокрема, такі аспекти, як імпульсивність та емоційна дисрегуляція, вимагають комплексного підходу до втручання, спрямованого на розвиток навичок тайм-менеджменту. Важливо також враховувати індивідуальні стратегії подолання та сильні сторони людей з РДУГ .

Список використаних джерел:

1. Князєв, В. М. Теоретична та операційна модель дослідження впливу комплексу чинників та патологічні прояви за умови різних форм РДУГ. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, (2), 2023. 21-26.
2. Barkley R. A., "Executive Functions in Health and Disease," 2012.
3. Ward M. F., Wender, P. H., Reimherr, F. W. The Wender Utah Rating Scale: an aid in the retrospective diagnosis of childhood attention deficit hyperactivity disorder. *The American Journal of Psychiatry*, 150(6), 1993. 885-890.
4. Solanto M. V., "Cognitive-Behavioral Therapy for ADHD," 2011 .

**А. М. Котелевець, м. Київ,
a.kotelevets@kubg.edu.ua**

СОЦІАЛЬНА АКТИВНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ СУСПІЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ

Сучасні реалії українського суспільства, такі як пандемія COVID-19, яка офіційно тривала в Україні з березня 2020 року до 1 липня 2023 року та повномасштабне вторгнення, що почалося 24 лютого 2022 року суттєво впливають на соціальну активність особистості. Зазначені події обумовлюють зниження рівня життя суспільства проте і надають можливість проявити себе у нових соціальних ролях, зокрема проявити свою громадянську позицію [1].

Соціальна активність, за визначенням О. Карпенко, В. Лютого та Ж. Петрочко, полягає в усвідомленні та прийнятті інтересів суспільства і навколишнього середовища, а також у готовності активно втілювати їх через соціальну діяльність. Серед основних ознак соціальної активності виділяють: ініціативність, незалежність, самостійність, толерантність, комунікабельність, критичне мислення та готовність жертвувати особистими інтересами заради блага громади. Соціальна активність особистості є соціальною якістю, у якій проявляється змістовність взаємодії особистості із соціальним середовищем та його проактивне перетворення й розвиток. Волонтерська діяльність є проявом, формою організації та чинником розвитку соціальної активності, що найбільшою мірою відповідає потребам розвитку сучасного суспільства [2, с. 82]. Варто зазначити, що особистість, яка орієнтується на загальнолюдські гуманістичні цінності, виявляє більшу здатність до ініціативної та соціально-відповідальної діяльності. Засвоєння цих цінностей є не лише умовою для розвитку соціальної активності, але й чинником, що стимулює її подальший прояв у реальних соціальних умовах.

Наразі значна частина громадян України проявляють свою соціальну активність через участь у волонтерській діяльності. Згідно дослідження «Формула стійкості України: основні складові під час війни та у поствоєнний період», що було проведене на замовлення Національної платформи стійкості та згуртованості серед 1200 респондентів, які стали репрезентативною вибіркою - 43% респондентів займаються волонтерством час від часу, 6% опитаних долучаються до волонтерства на постійній основі, планують зайнятися волонтерською діяльністю також 6% респондентів, при цьому 44% опитаних не долучалися до волонтерської діяльності за останній час. Проте 82% учасників опитання висловлюють готовність особисто у майбутньому долучатись до вирішення важливих питань громади, міста чи села [3].

Соціальна активність наразі найбільше пов'язана з допомогою внутрішньо переміщеним особам та цивільним, що постраждали внаслідок військових дій. Унікальним волонтерським досвідом українців, пов'язаним з повномасштабним вторгненням є плетіння сіток, допомога у зборах на потреби захисників, ліквідація наслідків військових дій та ворожих обстрілів, надання гуманітарної допомоги у зонах бойових дій.

Бачимо, що в сучасних реаліях соціальна активність стає важливою частиною життя кожного українця. Сьогодні престижно доєднатись до волонтерських ініціатив для вирішення конкретних запитів громади та проявляти свою громадянську позицію, наближаючи перемогу. Волонтерська діяльність стала не лише засобом допомоги під час війни, а й інструментом для впливу на майбутнє країни.

Соціальна активність українців помітно зросла в умовах суспільних змін, а волонтерство перетворилося на ключовий аспект сучасного життя. Громадяни, орієнтовані на гуманістичні цінності, демонструють високу активність та готовність брати участь у волонтерських ініціативах, що сприяють розвитку суспільства та державотворчих процесів, відображаючи високий рівень соціальної відповідальності.

Список використаних джерел:

1. Петрочко Ж. В., Карпенко О. Г., Лютий В. П. Соціальна активність особистості у територіальній громаді. *Соціальна педагогіка: теорія та практика*. 2024. № 2. С. 80-86.
2. Лях Т., Спіріна Т., Ковтун Є. Розвиток соціальної згуртованості територіальної громади. *Ввічливість. Humanitas*. 2024. № 3. С. 53-60. DOI <https://doi.org/10.32782/humanitas/2023.3.6>
3. Формула стійкості України: основні складові під час війни та у поствоєнний період. URL: https://ratinggroup.ua/files/ratinggroup/reg_files/rg_nprsc_062023_press.pdf (дата звернення: 29.09.2024).

М. С. Крапива, м. Київ,
m.krapiwa@kubg.edu.ua

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДОЛАЮЧОЇ ПОВЕДІНКИ ОСІБ РАНЬОГО ДОРОСЛОГО ВІКУ, СХИЛЬНИХ ДО ЗАЛЕЖНОСТІ

Постановка наукової проблеми. В умовах суспільних трансформацій перед сучасною особистістю постає безліч завдань та викликів, що стимулюють до пошуку нових форм реакції на стрес з метою успішної адаптації. Проте у випадку вибору неконструктивних стратегій подолання стресу, особистість може втратити саконтроль у ситуації кризи, що стимулюватиме вибір дезадаптивних форм реакції на складну життєву ситуацію і проявлятися у вигляді залежної поведінки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема стрес-долаючої поведінки почала розроблятися вченими на початку ХХ століття і була представлена плеядою праць таких закордонних та вітчизняних дослідників, такі як Р. Лазарус, Н. Ендлер, С. Хобфолл, Е. Хейм, Л. Мерфі, С. Фолькман, Г. Вайлант, Н. Хаан, С. Бойчук, Л. Карамушка, О. Войцеховська, Г. Закалик, Я. Ляшин, Н. Скрипник, В. Боснюк, Л. Степаненко та інших. У сучасній науковій психології більшість дослідників визначає три основні підходи до розуміння копінг-поведінки: психоаналітичний підхід, що розглядає опанування як специфічний его-механізм спрямований на адаптацію до стресогенної ситуації (Н. Хаан, Т. Кроубер; подолання як відносно стійка характеристика особистості, що визначає реакцію суб'єкта на стрес (Г. Олпорт, А. Реан, О. Штепа); когнітивно-феноменологічна теорія Р. Лазаруса та С. Фолькмана, що характеризує процес вибору стратегії подолання стресу через когнітивну оцінку проблемної ситуації, яка є первинною пізнавальною детермінантою емоцій [3, с. 84]. Долаюча поведінка являє собою здатність особистості до конструктивної реакції на стресові подвії життя та має регулятивну функцію в коеткксті управління стресом [1, с. 140] Згідно нашої наукової позиції долаюча поведінка розглядається як комплексне поняття, що включає в себе копінг-стратегії, що характеризуються усвідомленістю вибору реакції на стресову ситуацію, а також механізми психологічного захисту, що уособлюють неусвідомлювані процеси як складову загального процесу подолання. Залежна поведінка розглядається нами як неконструктивна реакція на стрес і характеризується як несвідомий процес відходу від реальності з метою зниження

психоемоційного напруження [4, с. 178]

Метою статті є опис результатів дослідження психологічних особливостей долаючої поведінки осіб раннього дорослого віку, схильних до залежності.

Завданням статті є сформулювати особливості прояву залежної поведінки як неконструктивної форми реакції на стресові події та віднайти зв'язки між долаючою поведінкою та схильністю до різних типів залежностей.

Виклад основного матеріалу. Для дослідження особливостей долаючої поведінки осіб раннього дорослого віку нами було здійснено теоретичний аналіз та емпіричне дослідження за допомогою обраного психодіагностичного інструментарію: методика схильності до 13 видів залежностей Г. Лозової, методика «Індикатор копінг-стратегій» Д. Амірхана в адаптації Н. Сироти та В. Ялтонського та методика «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика, Х. Келлермана і Х. Конте в адаптації Л. Вассермана. Вибірка сформована методом рандомізації і включає 100 осіб. Згідно результатів дослідження здійснено кількісний та якісний аналіз даних шляхом застосування математичних методів, а саме кореляційного аналізу.

Згідно з результатами проведеного дослідження, нами було виявлено, що у ранньому дорослому віці найбільш домінуючою є копінг-стратегія «соціальна підтримка», що виражається як пошук соціальної підтримки задля вирішення складної життєвої ситуації. У свою чергу між соціальною підтримкою та схильністю до залежності від здорового способу життя є статистично значущий слабкий прями зв'язок ($r=0,33$; $p<0,001$), що пояснюється сучасною популярністю здорового способу життя як стилю життя взагалі, і як об'єднуючого у спільноту фактору для осіб раннього дорослого віку. Алкогольна залежність статистично значуще корелює із механізмом інтелектуалізації ($r=0,3$; $p<0,001$), що виступає досить цікавим фактом, адже механізм інтелектуалізації корелює із заміщенням ($r=0,31$; $p<0,001$), і таким чином алкогольна залежність може виступати як реакція заміщення травмуючих переживань через вживання спиртних напоїв. Алкогольна залежність також статистично значуще корелює із механізмом інтелектуалізації ($r=0,3$; $p<0,001$), що виступає досить цікавим фактом, адже механізм інтелектуалізації корелює із заміщенням ($r=0,31$; $p<0,001$), і таким чином алкогольна залежність може виступати як реакція заміщення травмуючих переживань через вживання спиртних напоїв [2, с. 88].

Висновки. Загалом можемо говорити про наявність невеликої кількості зв'язків копінг-стратегій та механізмів психологічного захисту з різними видами залежної поведінки, що характеризує ранній дорослий вік як свідомий щодо процесу формування особистісних стратегій подолання. Перспективами наших подальших наукових дослідження виступає віднайдення психологічних особливостей долаючої поведінки дорослого населення в умовах війни та у повоєнний період.

Список використаних джерел

1. Білюченко Ю. М. Психологічний аналіз долаючої поведінки у чоловіків та жінок зрілого віку. Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія. Том 33 (72), 2022, С. 139-144.
2. Литвиненко О. О., Крапива М. С. Зв'язок долаючої поведінки із залежністю

як неконструктивною формою реакції на стрес. Слобожанський науковий вісник, (1), 2024, С.85-90.

3. Мелоян А. Е., Садчікова О. Г. Взаємозв'язок особистісної зрілості та копінг-поведінки у психологів, які працюють у зоні військового конфлікту. Збірник наукових праць: Теорія і практика сучасної психології. Том 1 (3), 2019, С.83-87

4. Edinoff A. N., Murnane K. S., Rosa C. A., Giepert S., Cornett E. M., Kaye A. D., Marambage K.. Physiological considerations in opioid addiction. In Substance Use and Addiction Research. Academic Press, 2023, p. 177-184

В. П. Кутішенко, м. Київ,
v. kutishenko@kubg.edu.ua

М. Ю. Ільховська, м. Київ,
myilkhovska.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ПРИЧИНИ ЕМОЦІЙНОГО ВИСНАЖЕННЯ У ЖІНОК ДОРОСЛОГО СЕРЕДНЬОГО ВІКУ В УМОВАХ ВІЙНИ

Постановка наукової проблеми. Сьогодні проблема емоційного виснаження у жінок дорослого середнього віку набуває особливої актуальності. Адже окрім переживання жінками вікової кризи, яка занурює їх в ситуацію хронічного стресу, емоційне виснаження обумовлюється ще й сучасним ритмом їхнього життя, ситуацією невизначеності та психоемоційним навантаження пов'язаним з війною в Україні. Такий стан речей ставить перед психологічною наукою необхідність вивчення особливостей емоційного виснаження сучасних жінок, з метою пошуку шляхів ефективного подолання цього стану, оскільки жінка є важливою фігурою в сім'ї і має значний вплив на гармонію та стабільність родинного оточення.

Мета і завдання статті: Висвітлити результати емпіричного дослідження причин і проявів емоційного виснаження у жінок дорослого середнього віку в умовах війни та засобів формування у них навичок самодопомоги у подоланні цього стану.

Виклад основного матеріалу. Вибірку проведеного дослідження склали 82 жінки дорослого середнього віку. Оскільки емоційне виснаження є станом, що виникає внаслідок тривалого впливу різноманітних стресових факторів, було використано «Шкалу сприйманого стресу (PPS-10)» [1]. Це дало можливість оцінити, як жінки дорослого середнього віку сприймають стрес через призму оцінки рівня особистого контролю життя, впевненості в собі та рівня емоційного

напруження. Результати дослідження показали, що лише 28% жінок

задекларували здатність ефективно справлятися з життєвими ситуаціями та викликами; 44% вказали на наявність певних труднощів у повсякденному житті та постійну потребу вдаватися до самопідтримки і самодопомоги; 18% жінок мають високий рівень стресу та потребують додаткового втручання фахівців для усунення його негативних наслідків. З метою більш детального дослідження особливостей проявів емоційного виснаження жінок та бачення ними причин такого стану, нами було використано письмове опитування (авторська розробка) «Причини та прояви емоційного виснаження у жінок дорослого середнього віку».

Найбільш розповсюдженими причинами емоційного виснаження у жінок дорослого середнього віку виявилися труднощі, пов'язані з професійною реалізацією, що приводить до відчуття незадоволеності собою і своїм професійним шляхом, до невпевненості в собі; фінансові труднощі; невизначеність ситуації та страх змін; низька якість спілкування, постійна критика та невинуваті очікування з боку близьких людей, порушення ними особистих кордонів; багатовекторність задач, зумовлених війною, що приводить до перенавантаження.

Частіше всього жінки, які брали участь в дослідженні, називають такі прояви емоційного виснаження: підвищена втомлюваність, погіршення сну, високий рівень тривоги, роздратування, небажання діяти і щось робити, відкладення справ та обов'язків, зниження продуктивності, відсутність нових ідей та творчості, знижена концентрація та увага, затримка у прийнятті рішень, постійні сумніви та вагання, втрата інтересу до роботи і діяльності, уникнення соціальних контактів, втрата інтересу до дозвілля, відчуття віддаленості і відсутності підтримки. Аналіз отриманих результатів емпіричного дослідження дозволив визначитися з основними аспектами психологічної підтримки жінок.

Нами розроблено «Програму психологічної підтримки жінок дорослого середнього віку» та тренінг формування у них навичок самопомоги у подоланні емоційного виснаження. Тренінг є стрижневим компонентом нашої програми та включає практичні заняття з формування навичок управління стресом та емоціями, озброєння техніками та інструментами підвищення самооцінки, розвитку навичок ефективного спілкування, дослідження власних сильних сторін та ресурсів, відновлення інтересу до життя та розвитку.

Висновки. Процес подолання жінками емоційного виснаження, що породжується основними труднощами вікової кризи середини життя ускладнюється особливостями її перебігу в умовах війни, зокрема, невизначеністю ситуації та страхом змін, багатовекторністю задач, зумовлених війною, порушеннями процесу спілкування та завищеними вимогами до жінки з боку близьких. Ефективним методом психологічної підтримки жінок є тренінг формування у них навичок самопомоги у подоланні емоційного виснаження.

Список використаних джерел:

1. Вельдбрехт О. О., Тавровецька Н. І. Шкала сприйнятого стресу (PSS - 10): адаптація та апробація в умовах війни. *Проблеми сучасної психології*. 2022. С. 16-27.

О. М. Лозова, м. Київ,
o.lozova@kubg.edu.ua

ОСОБЛИВОСТІ ТЕРАПІЇ ПСИХІЧНОЇ ТРАВМИ У ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ

У панівному суспільному дискурсі старість розглядається як період хвороб і смерті, що невідвратно наближаються. Біологічно-медичний суспільний дискурс стигматизує старість і стає основою для соціального конструювання немічч (Vincent, 2003). Припинення активної виробничої діяльності як основна ознака соціального старіння. З початком активного етапу старіння стаються психологічні

зміни в особистості людини: у мисленневих процесах та процесах пам'яті, у потребах, мотивації, емоційно-вольовій сфері. Психологічна проблематика старіння і старості широка і розмаїта. Окрім неминучих нейробіологічних змін, людина «срібного віку» стикається з низкою проблем психо-соціального характеру: зміна соціального статусу, пов'язана з виходом на пенсію; проблема задоволеності життям у старості, матеріальні труднощі (забезпечена та незабезпечена старість); стосунки з дітьми та онуками; догляд за хворим чоловіком або дружиною; спілкування з іншими людьми похилого віку; втрата близьких; самотність і страх смерті (Дзюба & Коваленко, 2013).

Якого типу травматизації може зазнати людина літнього віку? Практично всіх з відомих у психотерапевтичній практиці: обставини непереборної сили (повені, землетруси, пожежі, війни, теракти); внутрішня і зовнішня міграція, положення біженця, ВПО; втрата близької людини, розлучення, втрата соціального статусу, втрата майна; стани, небезпечні для життя та здоров'я, фізичне ушкодження; зовнішні (соціальні) дискримінаційні фактори: невизнання, неправомірні дії, жорстоке ставлення, фізичне насильство, газлайтинг, ейджізм; внутрішні конфлікти (ситуація сорому, ганьби, боротьби мотивів, непростий життєвий вибір, самозвинувачення); екзистенційні проблеми (екзистенційний вакуум, самотність, пошуки сенсу життя, проблематика фаналізації життєвих планів); пресуїцидальна та суїцидальна поведінка.

З огляду на поширеність зазначених проблем, більшість людей літнього віку потребують індивідуального або групового (зокрема, сімейного) психологічного консультування у кризових та некризових особливих життєвих випадках.

Фахівці розглядають низку психотерапевтичних методів в роботі з літніми людьми. Це може бути індивідуальна та групова психотерапія депресії; терапія спогадами; арт-терапевтичні практики; «групи важкої втрати». В системі психологічної допомоги людям похилого віку важливу роль відіграють профілактичні заходи, спрямовані на попередження соціальної ізоляції: групи спілкування, телефон довіри, консультування з питань створення доступного для людей похилого віку середовища життєдіяльності, зокрема, особливостей пристосування житла під потреби старіючих людей (Кордунова, 2013). В нагоді стануть такі психотехніки та технології роботи: сприйняття навколишнього життя, сьогоденного стану здоров'я, наявних фізичних обмежень, соціального і матеріального статусу як природного стану з виробленням нової ціннісної життєвої установки з опорою на наявні фізичні та психічні ресурси (Щотка, 2018).

Ефективною стратегією допомоги є профілактика старіння, філософія довголіття і творчої життєдіяльності. Корисні практики: поява нових інтересів: звернення до природи, зміцнення різного роду морально-етичних установок, творча обробка досвіду (прагнення писати вірші, книги, писати картини, шити іграшки, ляльки). Усвідомлення та реалізація в діяльності сприяють зміцненню почуття задоволеності собою, відчуття зреалізованості. З'являється тенденція до перегляду минулих активних цільових установок, правил і переконань. Такий аналіз призводить до вироблення споглядальної, самодостатньої життєвої позиції. Спокійний і споглядальний спосіб теперішнього життя виключає будь-який вид боротьби чи будь-які стійкі прагнення (Щотка, 2001).

У психопросвітницькій діяльності необхідно протистояти ейджистським

стереотипам, наприклад, переконанням, що людина похилого віку має незворотні проблеми з пам'яттю, мисленням чи реалістичністю суджень.

В цілому, психіка літніх дорослих має як вразливі місця, так і сильні сторони, адже багато з них протягом життя мали велику кількість душевних травм, проте надбали ефективні навички для подолання цих труднощів.

О. М. Рева, м. Київ,
o.reva@kubg.edu.ua

М. В. Вакуленко, м. Київ,
mvvakulenko.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ПРОФІЛАКТИКА ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ ДСНС

Проблема професійного вигорання набуває все більшого значення в сучасних дослідженнях психологічного благополуччя працівників, особливо в контексті екстремальних професій. Вперше феномен професійного вигорання був описаний у 1974 році психіатром Гербертом Фройденбергером, який працював у сфері альтернативної медицини та спостерігав за негативними змінами у стані своїх колег. Він зазначав, що вигорання — це поступовий процес виснаження, втрати інтересу до роботи, зниження професійної ефективності та загального почуття внутрішньої порожнечі.

В матеріалах своєї статті «Професійне вигорання: огляд і рекомендації» Сара Л. Чандлер вказує на необхідність розробки програм профілактики вигорання, які включають в себе управління стресом та тренінги з емоційного інтелекту. Чандлер підкреслює, що установи повинні надавати психологічну підтримку своїм працівникам.

У своїй книзі «Психологія фінансів і стресу» Роберт К. Кійосакі підкреслює зв'язок між фінансовим та емоційним стресом. Адже фінансові проблеми можуть погіршити психологічний стан працівників, а це може призвести до вигорання.

У 1976 році Крістіна Маслач, соціальний психолог, розробила трикомпонентну модель вигорання, яка включала такі компоненти, як емоційне виснаження, деперсоналізація та зниження особистих досягнень. Її дослідження ґрунтувалися на аналізі емоційних реакцій працівників соціальної сфери та медичних установ, а її підхід став базовим для багатьох подальших досліджень.

На сучасному етапі розвитку наукової думки, зарубіжні та вітчизняні дослідники, такі як Е. Фромм, М. Замелюк, С. Джексон та К. Юнг, розглядають професійне вигорання як мультифакторне явище, яке залежить не лише від умов праці, але й від індивідуальних особливостей особистості, соціального середовища та організаційної культури. Особливу роль дослідники надають факторам соціальної підтримки, рівня автономії в прийнятті рішень та балансу між роботою та особистим життям.

Професія працівника Державної служби України з надзвичайних ситуацій має особливо різноманітні причини професійного вигорання. Перш за все, це емоційний стрес, який виникає через постійний контакт з критичними ситуаціями, що часто супроводжуються великими втратами людських життів. Робота в

екстремальних умовах вимагає від рятувальників не лише фізичної витривалості, а й значної психологічної стійкості.

Для виявлення ознак професійного вигорання було проведено опитування серед працівників ДСНС, використовуючи методики Бойка та Маслач. і Джексона для діагностики професійного вигорання, а також методика "Прогноз" Бодрова для оцінки прогнозованого розвитку вигорання. У дослідженні взяли участь 72 працівники ДСНС віком від 20 до 59 років, серед яких були як чоловіки, так і жінки. Детальний аналіз отриманих результатів показав, що високий рівень вигорання зафіксований у 32% (23 особи). Працівники цієї групи демонструють значне емоційне виснаження, зниження рівня професійної мотивації та схильність до дратівливості. Це пов'язано з додатковими навантаженнями, що виникли внаслідок війни в країні, частими реорганізаціями служб, постійною зміною умов праці та відчуттям невизначеності. Середній рівень вигорання спостерігався у 47% (34 особи). У цих респондентів виявлено ознаки емоційного виснаження, особливо на тлі тривалої взаємодії з екстремальними умовами праці (Рис.1).

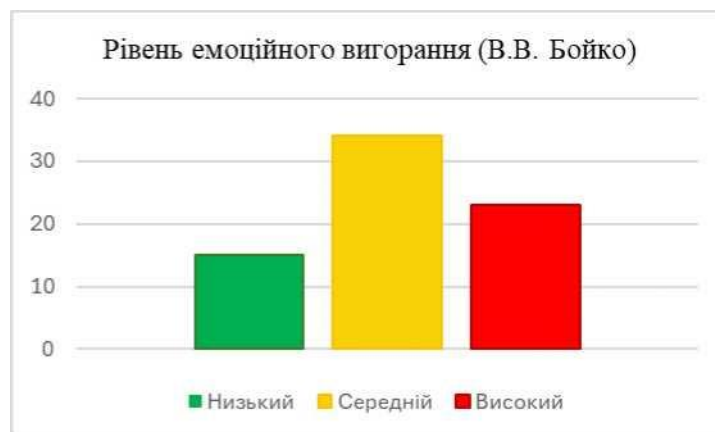


Рис. 1 Рівень емоційного вигорання (В.В. Бойко)

Основними ж факторами, що сприяють вигоранню, були визначені високий рівень стресу, недостатня соціальна підтримка та надмірне навантаження. Методика Маслач та Джексона виявила високий рівень емоційного виснаження серед працівників ДСНС у 27% респондентів, у той час, коли 56% мають середній рівень (Рис. 2).

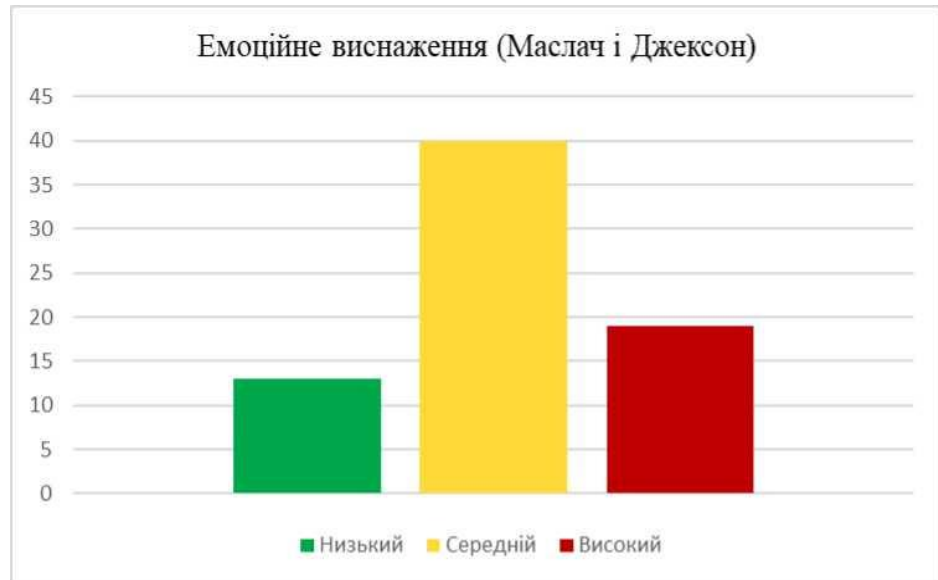


Рис.2 Емоційне виснаження (Маслач і Джексон)

Це типово для професії, пов'язаної з високим рівнем стресу та відповідальністю за життя і здоров'я інших людей. Значна частина респондентів (близько 41%) також демонструє високий ступінь деперсоналізації, що проявляється у втраті емпатії до інших, підвищеній дратівливості та відчутті байдужості до результатів своєї роботи (Рис. 3).

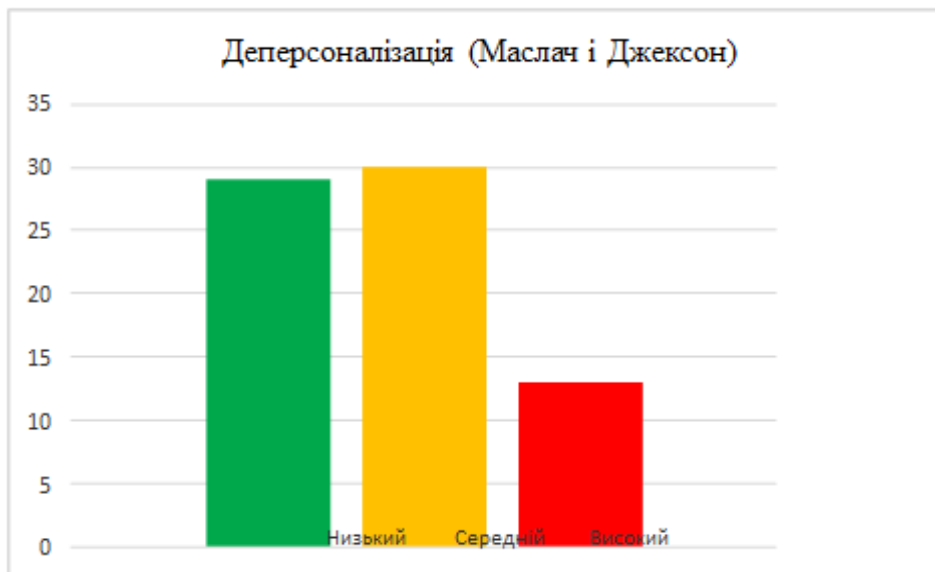


Рис. 3 Деперсоналізація (Маслач і Джексон)

Все це дозволило розробити рекомендації щодо профілактики професійного вигорання у працівників ДСНС, включаючи такі практичні заходи:

1. Релаксаційні техніки (дихальні вправи, прогресивна м'язова релаксація) — для зниження рівня стресу та відновлення психоемоційного балансу.
2. Методи емоційної саморегуляції (ведення журналу емоцій, техніки позитивної саморефлексії) — спрямовані на управління власними емоціями та попередження емоційного виснаження.
3. Психологічна підтримка в колективі (групові обговорення, консультації з психологами) — забезпечує зміцнення колективної згуртованості та сприяє

зниженню відчуття емоційної ізоляції.

4. Організаційні заходи (оптимізація графіку роботи, створення комфортних умов праці) — допомагають зменшити навантаження на працівників та підвищити їхню мотивацію.

Отже, професійне вигорання є комплексним явищем, яке потребує багатостороннього підходу до його профілактики. Використання технік релаксації, методів емоційної саморегуляції, психологічної підтримки та організаційних змін може стати ефективною стратегією підтримання психологічного та емоційного здоров'я співробітників ДСНС, підвищення їхньої стійкості до стресу і забезпечення високої працездатності. Такі заходи не тільки знижують ризик вигорання, а й підтримують співробітників у їхній повсякденній діяльності, зберігають життєвий баланс і професійну задоволеність.

Список використаних джерел:

1. Сидоренко О. М. Психічне здоров'я та соціальна адаптація рятувальників: аналіз та рекомендації / О. М. Сидоренко // Науковий вісник НУЦЗУ. - 2018. - № 29. - С. 96-103.
2. Василенко Н. П. Розвиток професійної стійкості в екстремальних умовах: монографія / Н. П. Василенко. - Київ: Академвидав, 2015. - 289 с.
3. Мартиненко О. А. Психічні травми рятувальників: шляхи подолання та профілактика / О. А. Мартиненко // Психологія і суспільство. - 2019. - № 3. - С. 121-128.
4. Rutter M. Stress, coping and development in children / M. Rutter. - New York: McGraw-Hill, 1987. - 278 p.
5. Карпін О. І. Психологічна підтримка працівників екстремальних професій / О. І. Карпін // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. - 2020. - № 1205. - Вип. 64. - С. 214-221.

**О. А. Сорокіна, м. Київ,
o.sorokina@kubg.edu.ua
О. М. Кушнір, м. Київ,
sashulia310@gmail.com**

ПСИХОПРОФІЛАКТИКА СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

За даними центру досліджень дитинства Українського національно-дослідницького інституту, у 27% дітей віком від 10 до 17 років час від часу з'являються суїцидальні думки [3]. Статистика самогубств серед молоді викликає серйозне занепокоєння вже самим фактом свого існування. Підлітковий вік відноситься до критичних періодів життя людини, або періодами вікових криз [1].

У разі акцентуації характеру природні реакції підліткового віку - реакція емансипації, угруповання, захоплення, реакції, зумовлені сексуальним потягом, — можуть набувати патологічного характеру різного ступеня вираженості [4].

Загальна нестійкість, недостатність критики, підвищена самооцінка і егоцентризм створюють умови для зниження цінності життя, що негативно відтіняє

емоційність підлітка, а в конфліктній ситуації створює передумови для суїцидальної поведінки [5].

Емпіричний розділ спрямований на дослідження ключових факторів, які можуть сприяти суїцидальній поведінці у підлітків. У центрі уваги знаходяться внутрішні психологічні чинники, такі як депресія, особистісні акцентуації, тривожність та інші прояви кризового періоду підліткового віку.

Результати дослідження показали, що у 50% підлітків відсутні ознаки депресії, тоді як 26% показали легкий рівень депресивних проявів. Решта 10% мають помірні депресивні симптоми та 14% показали тяжкі прояви депресії.

Людина, яка відчуває постійну тривогу, накопичує агресію, не здатна справлятися з фрустрацією та має негнучке мислення, є особливо вразливою до зовнішніх і внутрішніх кризових ситуацій, що може призвести до суїцидальних спроб.

За отриманими даними у нашому дослідженні, які підраховані за показниками за шкалою тривожності, агресії, фрустрації та ригідності, учасники показали, що 50% мають низький ризик суїцидальної поведінки, 26% мають середній ризик схильності до суїцидальної поведінки та 24% показали високий ризик.

Кореляційний аналіз між рівнем депресії та ризиком суїцидальної поведінки, вказує на помірно сильний позитивний зв'язок між цими двома змінними. Депресія є одним із ключових факторів, які впливають на ризик суїцидальної поведінки, але не є єдиним чинником.

Циклотимічний тип акцентуації характеру є суттєвим фактором ризику, який може бути важливим для діагностики та психопрофілактики суїцидальної поведінки.

Ефективні програми психопрофілактики можуть не лише знизити рівень суїцидальних думок та суїцидальних намірів, але й покращити загальний психічний та емоційний стан молодих людей.

Профілактика суїцидальної поведінки серед підлітків потребує не лише медичних та психологічних втручань, але й комплексного підходу, який включає розвиток навичок стрес-менеджменту, емоційної регуляції та позитивного мислення.

Під час планування профілактичної роботи з попередження проявів суїцидальної поведінки слід пам'ятати про обставини, що виступають як антисуїцидальні чинники [2].

Тренінгова програма для психопрофілактики суїцидальної поведінки у підлітків є важливим інструментом у системі превентивних заходів, спрямованих на покращення психічного здоров'я молодих людей.

Список використаних джерел:

1. Аутоагресивна поведінка підлітків / О. В. Погорілко, А. М. Скрипніков, Л. О. Герасименко, Р. І. Ісаков. - Полтава, 2017. - 141 с.
2. Войтко В. Характерні особливості суїциду та суїцидальної поведінки: [навчально-методичний посібник] / В. Войтко. - Кропивницький: КЗ «КОШПО імені Василя Сухомлинського», 2016. - 44 с.
3. Медведєв В. С. Юридично-психологічна характеристика сучасних проблем

української молоді: проблема суїциду / В. С. Медведєв, О. М. Шевченко // Юридична психологія та педагогіка. - 2011. - № 2 (10). - С. 35-46.

4. Тарновська О. С. Девіантна поведінка підлітків з акцентуйованими характерами / О. С. Тарновська // Актуальні проблеми навчання та виховання дітей з особливими потребами. - Київ, 2007. - (Випуск 3 (5)). - С. 71-76.

5. Фесун С. Є. Профілактика суїцидальної поведінки підлітків / Світлана Євгенівна Фесун. - Черкаси, 2011. - 135 с.

О. П. Таран, м. Київ,
op.taran@kubg.edu.ua

А. С. Блажко, м. Київ,
asblazhko.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ЛОГОПЕДИЧНОГО СУПРОВОДУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В КРИЗОВИХ УМОВАХ

Постановка наукової проблеми. Проблема організації логопедичного супроводу дітей дошкільного віку є досить актуальною, оскільки в сучасних умовах воєнного стану в Україні діти з порушеннями мовлення мають досвід перебування у кризових умовах (травматизація війною, досвід окупації, втрата домівки та вимушена міграція, втрата близьких, розпад сім'ї).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У ході аналізу впливу воєнної травматизації на розвиток мовлення дітей К. Радіонова та Н. Кабельнікова вказують на наявність ознак психогенних мовленнєвих порушень, зокрема труднощі з формулюванням думок, бідність вербальних проявів, випадки тимчасового або повного мутизму, збільшення кількості та тривалості пауз під час мовлення [3]. Поряд з цим, К. Островська та Х. Сайко зазначають що порушення мовлення в умовах війни часто супроводжуються тривожністю, емоційними та поведінковими проблемами [2]. Це підкреслює необхідність пошуку нових підходів логопедичного супроводу дітей в кризових умовах.

В. Кисличенко розглядає логопедичний супровід як систематичний, неперервний, цілеспрямований процес, у спеціально організованих умовах що спрямований на корекцію мовленнєвих порушень у дітей, відповідно їхнім психофізичним особливостям, що реалізується в інтерактивній взаємодії з дитиною та її батьками [1].

Мета статті: дослідити особливості організації логопедичного супроводу дітей дошкільного віку в кризових умовах. Завдання статті: окреслити актуальність проблематики; визначити особливості логопедичного супроводу дітей дошкільного віку в кризових умовах у ході анкетування логопедів; запропонувати напрямки організації логопедичного супроводу дітей дошкільного віку в кризових умовах.

Виклад основного матеріалу. У ході опитування 20 логопедів засобами Google Форми щодо особливості організації логопедичного супроводу дітей дошкільного віку в кризових умовах отримано наступні результати. Всі опитувані фахівці мають досвід логопедичного супроводу дітей дошкільного віку в кризових умовах. Основними кризовими умовами фахівці визначають: розлучення батьків (75%);

зміна місця проживання в наслідок бойових дій в межах України (70%); переживання травматичного досвіду в наслідок війни (70%); досвід втрати близьких (40%); досвід окупації (35%). Провідними мовленнєвими труднощами є формулюванням речень та регрес мовлення. Емоційними проявами, що найчастіше помічаються фахівцями у дітей які мали досвід перебування в кризових умовах: тривога (85%), страх (80%) та замкнутість (80%). Найбільш дієвими методами у логопедичному супроводі дітей дошкільного віку в кризових умовах фахівці визначають дихальні вправи, вправи на релаксацію (90%) та психологічна підтримка через гру (80%). Основними труднощами логопедичного супроводу дітей в кризових умовах є нестабільний емоційний стан дітей (90%) та труднощі концентрації уваги (80%). Важливими необхідними ресурсами для здійснення ефективного логопедичного супроводу фахівці визначають: власну емоційну стійкість та здатність до самопідтримки (85%); підтримка колег та інших фахівців (80%); професійне навчання та тренінги (75%).

Висновки. Отже, організація логопедичного супроводу дітей дошкільного віку в кризових умовах має враховувати комплексний підхід та здійснюватися за наступними напрямками: психологічна та професійна підготовка логопедів; співпраця з батьками дитини (збір анамнезу, залучення до корекційно процесу); безпосередній логопедичний супровід дитини (стабілізація емоційного стану та корекція мовлення); співпраця з іншими фахівцями, зокрема, з психологами.

Список використаних джерел:

1. Кисличенко В. А. Актуальні питання логопедичного супроводу у сучасних умовах. *Спеціальна освіта: проблеми та перспективи. Матеріали XIV-ї Міжнародної науково-практичної конференції, 15-16 квітня 2021 р.* Кам'янець-Подільський: Видавець Ковальчук О. В., 2021. С. 109-111.
2. Островська К. О., Сайко Х. В. Психотерапевтична підтримка дітей з порушеннями мовлення у кризових умовах. *Psychological Journal*. 2023. Том 9, випуск 2 (70). С. 25-30.
3. Радіонова К., Кабельнікова Н. Комунікативно-мовленнєва модель розвитку дитини з несприятливим досвідом дитинства. *Збірник наукових праць «ЛОГОЕ», (23 червня 2023р.; Оксфорд, Великобританія).* 2023. С. 211-214.

**О. П. Таран, м. Київ,
op.taran@kubg.edu.ua
Н. В. Панченко, м. Одеса,
symbol.psy@gmail.com**

ВПРОВАДЖЕННЯ МЕТОДУ СИМВОЛДРАМИ У СУПРОВІД КЛІЄНТІВ З ПАНІЧНИМИ АТАКАМИ

У статті досліджується ефективність методу символдрами (кататимно-імагінативної психотерапії) у роботі з панічними атаками. Висвітлено результати психологічного супроводу клієнтки з панічними атаками, визначено основні етапи роботи за методом символдрами та доведено ефективність впровадження цього методу у роботі з даною проблематикою.

Панічні атаки - це гострі раптові епізоди інтенсивного страху або тривоги, що супроводжуються фізичними симптомами, такими як прискорене серцебиття, задуха, запаморочення і відчуття втрати контролю. У сучасній науці панічна атака розглядається як самостійний синдром, який може супроводжувати різні психічні розлади та фізіологічні стани (МКХ-11; DSM-IV).

І. І. Кайхер, Ю. О. Асеева вказують на багатофакторність причин виникнення панічних атак. Біологічні причини включають підвищену активність симпатичної нервової системи. До соціальних чинників відносяться: стресові події, травматичний досвід, військові конфлікти, соціальна нестабільність, тощо. Психологічні фактори, включають витіснення негативних емоцій, зокрема агресії або страху, які створюють внутрішню напругу, що маніфестується у вигляді фізичних симптомів панічних атак [1, с. 145].

Для лікування панічних атак наразі використовується комплексна робота. Серед психотерапевтичних методів особливу увагу заслуговує символдрама, оскільки саме цей метод вона відкриває можливості для глибинного дослідження причин виникнення симптомів і ефективно працює з несвідомими конфліктами та витісненими емоціями, що лежать в основі виникнення панічних атак. Символдрама базується на роботі з уявними образами (мотивами), які дозволяють опрацювати проблему на глибинному рівні. Сильними сторонами методу є системність і структурованість технологій застосування, короткостроковість терапії та можливість поєднання її з іншими методами [3, с. 12].

Дослідження Х. І. Турецької та О. І. Яскевич показали, що символдрама має високу ефективність у подоланні невротичних та психосоматичних розладів, роботі з психологічною травмою, та інше [2, с. 298]. Це дає підставу розглядати даний метод як ефективний підхід у роботі з панічними атаками.

Кожен мотив в символдрамі має певне терапевтичне значення. Для роботи з тривожністю та фобічними реакціями, застосовуються мотиви, пов'язані з уявленням реальних ситуацій або природних ландшафтів. Для психосоматичних проявів - уявлення власного тіла. Мотиви з дикими тваринами допомагають опрацювати агресивні реакції, витіснені емоції та конфлікти.

Впровадження методу символдрами здійснювалося у психотерапевтичному супроводі клієнтки 23 років, яка переживала панічні атаки протягом останніх 5 років. На момент звернення у терапію частота нападів була від 2 до 4 разів на тиждень. Тривалість терапії за методом символдрами складає 32 сесії, частотою зустрічей 1 раз на тиждень. Катамнез складає пів року.

Для визначення фокусу роботи використовувалися методики: «Структурне інтерв'ю за О. Кернбергом» та OPD2. Психокорекційна робота була організована в декілька основних етапів. На першому етапі увага концентрувалася на стабілізації, зниженні рівня тривожності, ресурсному підживленні пацієнтки. Застосовувалися мотиви: «Квітка у якої все є для росту і розвитку» «Мій чудовий луг». Далі терапія відбувалася згідно з визначеним психотерапевтичним фокусом: робота над актуальними переживаннями, міжособистісними стосунками, опрацювання внутрішніх конфліктів, які спричиняють панічні атаки (мотиви «М'яч», «Узлісся», «Уявлення своєї тривоги»). На завершальному етапі було приділено увагу корекції самооцінки та розвитку творчого потенціалу (мотив «Квітка»).

Результатом роботи стало зменшення частоти панічних атак після 8 сесії, та

повне їх зникнення з 20 зустрічі. При зборі катамнезу було виявлено зниження фонові тривожності та повна відсутність панічних атак протягом 9 місяців.

Таким чином, метод символдрами виявив свою ефективність в роботі з панічними атаками, оскільки він поєднує універсальність, гнучкість і здатність працювати з широким спектром симптомів. Особлива ефективність цього підходу полягає у можливості опрацювання витіснених емоцій та глибинних конфліктів, що робить її надзвичайно цінним інструментом для супроводу клієнтів з панічними атаками. Це дозволяє ефективно адаптувати терапевтичну роботу до індивідуальних потреб клієнтів, забезпечує глибоке і цілісне вирішення проблеми, сприяє довготривалому покращенню психічного стану клієнтів.

Список використаних джерел:

1. Кайхер І. І., Асеева Ю. О. Сучасний погляд на панічні атаки. Актуальні проблеми практичної психології: збірник наукових праць Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції (19 травня 2023 року, м. Одеса). 2023. С.143-146.
2. Турецька Х.І., Яскевич О.І. Символдрама (кататимно-імагінативна психотерапія) - психодинамічна психотерапія невротичних розладів. *Habitus*. № 41. 2022. С. 295-300.
3. Ульманн Г. Вступ до кататимно-імагінативної терапії. Київ: Інститут розвитку символдрами та глибинної психології, 2020. 320 с.

**О. Р. Ткачишина, м. Київ,
o.tkachyshyna@kubg.edu.ua**

ДО ПРОБЛЕМИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я

Постановка наукової проблеми. Проблема ментального здоров'я у сучасному світі, і в Україні зокрема, не втрачає своєї актуальності в наш час. В Україні дана проблема набуває особливої актуальності, що зумовлено реаліями життя, зокрема, повномасштабною війною та її наслідками. Динамічність, суперечливість, важкопрогнозованість та непередбачуваність сучасного світу обумовлюють значний вплив на свідомість особистості, її психічний стан і можуть негативно позначатися на ментальному здоров'ї особистості. В Україні до цього додаються ще й гострий та хронічний стрес, психічні травми пов'язані з війною тощо.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема ментального здоров'я особистості була в центрі уваги, як вітчизняних, так і зарубіжних дослідників, зокрема, таких, як: А. Адлер, Р. Ассаджіолі, Б. Братусь, Л. Бурлачук, А. Елліс, Е. Еріксон, О. Завгородня, Н. Колотій, І. Коцан, В. Лищук, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, З. Фрейд, Е. Фром, К. Хорні, К. Юнг та багатьох інших. Серед українських науковців проблемі впливу війни на ментальне здоров'я особистості, її психічний стан в наш час приділяють увагу, зокрема: С. Лагутіна, М. Маркова, Н. Марута, Г. Пилягіна, О. Хаустова, О. Чабан, Л. Юр'єва та інші.

Мета і завдання статті. Метою статті є висвітлення результатів емпіричного

дослідження психічного стану студентів-першокурсників.

Виклад основного матеріалу. В 2024 р. на факультеті психології, соціальної роботи та спеціальної освіти Київського столичного університету імені Бориса Грінченка було проведено дослідження спрямоване на вивчення психічного стану студентів-першокурсників. Загалом у дослідженні брали участь 50 студентів першого курсу, які навчаються на факультеті. Для дослідження була використана шкала HADS (Hospital Anxiety and Depression Scale), яка направлена на виявлення тривоги і депресії та оцінку тяжкості цих симптомів. Перевагами даної шкали є простота застосування і обробка (заповнення шкали не вимагає тривалого часу і не викликає труднощів у досліджуваних) [1]. Вибір даної методики був зумовлений тим, що в умовах сьогодення України тривога та депресія можуть як викликатися, так і посилюватися у зв'язку з війною та її негативними наслідками (наприклад, повітряними тривогами, поганими новинами, порушенням сну тощо). Згідно з глобальними оцінками ВООЗ, кожна п'ята людина (22%), яка проживає в районі, що постраждав від конфлікту в будь-який час впродовж останніх 10 років, має певну форму психічного розладу, починаючи від легкої депресії, або тривожності до психозу, і майже кожна десята людина (9%) живе з помірним або важким психічним розладом [2].

Отримані результати дослідження психічного стану студентів-першокурсників свідчать про те, що прояви тривоги спостерігаються у 60 % досліджуваних (від легкого ступеня - субклінічно виражена тривога до важкого ступеня - клінічно виражена тривога), у 40% - показники за підшкалою тривоги перебувають в межах норми. У 22% студентів першого курсу спостерігаються прояви депресії (від легкого до помірного ступеня), а у 78% - проявів депресії не виявлено. Показники психічного стану особистості можуть позначатися на процесі та результатах її діяльності, а отже на навчальній діяльності студентів.

Висновки. В умовах освітнього процесу в закладі вищої освіти варто враховувати ті чинники, які впливають на психічний стан студентів, і зокрема, на переживання ними тривоги та депресії.

Список використаних джерел:

1. Практична психосоматика: діагностичні шкали : навчальний посібник / за заг. ред. О. О. Чабана, О. О. Хаустової. Київ : ВНТУ. 2018. 108 с.
2. Charlson F., van Ommeren M., Flaxman A., Cornett J, Whiteford H., Saxena S. New WHO prevalence estimates of mental disorders in conflict settings: a systematic review and meta-analysis. The Lancet, 2019. P. 240-248.

О. Р. Ткачишина, м. Київ,
o.tkachyshyna@kubg.edu.ua

І. С. Контар, м. Київ,
skontar.fpsrso23m@kubg.edu.ua

АРТ ТЕРАПЕВТИЧНІ ПРАКТИКИ В РОБОТІ З ОСОБАМИ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Загальна нестабільність та щоденна небезпека для життя в умовах військового стану призводять до того, що не всі особи юнацького віку мають достатні психологічні ресурси для активного та продуктивного життя і навчання. Навіть ті, хто знаходиться у відносно безпечних умовах в Україні, відчувають значні стресові реакції, посилені відчуттям власної безпорадності та невизначеності. Виникає необхідність розробки дієвих методів психологічної допомоги юнакам у період війни.

Вивченням психології юнаків в Україні займаються О. Ічанська, О. Коханова, О. Пасека, О. Сергеєнкова, О. Столярчук, Р. Хавула [3, 4, 7]. Питання самореалізації і підвищення благополуччя особистості, що переживає тривалі травматичні події розглядає Т. Титаренко [6]. Розробку методів і теорію застосування арт терапевтичних практик знаходимо в працях багатьох дослідників (О. Вознесенська, Н. Калька, З. Ковальчук, Л. Магдисюк, Г. Одинцова, І. Олійник, М. Сидоркіна, В. Станішевська, О. Тарарина, О. Тохтамиш, А. Шевцов, У. Ваєр) [1, 5, 8].

Мета статті: висвітлити результати емпіричного дослідження психологічного стану осіб юнацького віку і застосування арт терапевтичних методів для його покращення.

Наші досліджувані знаходяться в фазі ранньої юності (15-18 років) [3, с.214]. Проведена нами діагностика психологічного стану юнаків за допомогою проєктивних методів («Людина під дощем» та інші) та опитування за методом Спілберга-Ханіна [2] показала високі рівні як реактивної (31,3%), так і особистісної (46,25%) тривожності, проблеми зі стресостійкістю. Біля 40% осіб юнацького віку відобразили в малюнках тривожність, напруження, уникнення рішучих дій, апатію, невпевненість, низький рівень самооцінки, регрес, потребу в захисті, труднощі з самовизначенням і самоусвідомленням.

Нами здійснена розробка та апробація авторської програми арт терапії для групової роботи з особами раннього юнацького віку. Програму проведено в 5 групах закладу професійної (професійно-технічної освіти) м. Києва (100 здобувачів освіти). 11 зустрічей спрямовані на зменшення тривожності, збільшення стресостійкості, тренування навичок розрізнення і керування емоціями, стабілізацію в кризових ситуаціях, покращення самоефективності, комунікації. В анкеті з оцінки тренінгу здобувачі освіти відмітили підвищення самооцінки, корисність застосування методів по зменшенню тривожності і стресу, допомогу в кращому розумінні емоцій, жалкували про завершення програми. Найбільше запам'ятались вправи: малювання емоційного стану фарбами, трансформація

негативної емоції в позитивну за допомогою солоного тіста, створення власного герба з використанням авторських МАК “Моя тотемна тварина”, “Справжній я і моя тінь”, “Могутнє дерево моїх ресурсів, досягнень і цілей.”

Методи арт терапії показали значну ефективність в роботі з особами юнацького віку під час військового стану, рекомендуємо для використання.

Список використаних джерел:

1. Калька Н. М., Ковальчук З. Я. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. Львів : ЛьвДУВС, 2020. 232 с.
2. Кокун О. М., Агаєв Н. А., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Корня Л. В. Психологічна оцінка суїцидального ризику у військовослужбовців. Методичний посібник. — К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2019. 206 с.
3. Сергеєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасека О. В. Вікова психологія. Навчальний посібник. К.: Центр учбової літератури, 2012. 376 с.
4. Столярчук О. А. Життєві кризи особистості: психологічний путівник. Кременчук : Видавництво «НОВАБУК», 2023. 126 с.
5. Тараріна, О. В. Практикум з арт-терапії: скринька майстра. Київ: Східно-українська асоціація арт-терапії, 2018. 250 с.
6. Титаренко Т. М. Способи підвищення психологічного благополуччя особистості, що пережила травму. Психологія: теорія і практика. 2018. № 1 (1). С. 112-119.
7. Хавула Р. В. Психологічні особливості становлення самоефективності в юнацькому віці. Актуальні питання гуманітарних наук. 2017. Вип. 17. С. 348355.
8. Baer U. Basic Principles of Art Therapy: Art as Therapy. New York: Springer Publishing, 2013. 568 p.

**К. Ю. Хорошун, м. Київ,
k.khoroshun.asp@kubg.edu.ua**

ПАРАСОЦІАЛЬНІ СТОСУНКИ ЯК ФАКТОР ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ШАНУВАЛЬНИКІВ КОРЕЙСЬКОЇ ХВИЛІ В УКРАЇНІ

Постановка наукової проблеми: У сучасному глобалізованому світі культурні феномени, такі як корейська хвиля, набувають все більшого впливу на молодь. В Україні зокрема це питання є актуальним завдяки тому, що корейська хвиля стала невід’ємною частиною молодіжної культури та формує новий тип стосунків для її шанувальників (а саме парасоціальні стосунки). Актуальність дослідження парасоціальних стосунків зумовлена зростаючим впливом корейської хвилі на молодь України та відсутністю достатніх наукових розвідок у цій галузі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Термін «парасоціальність» був введений двома дослідниками Д. Хортоном та Р. Водем у 1956 році. Українська науковця Ю.С. Чаплінська вивчала психологічні механізми парасоціальних стосунків та розробила її функціональну модель. Особливості прояву парасоціальних стосунків у К-пор вивчали F.J.M. Suikkanen, J. Weru, A.J. Souders та

ін.

Мета статті. Метою статті є теоретичне дослідження впливу парасоціальних стосунків, що виникають між українською молоддю та артистами корейської хвилі, на формування їхньої особистості.

Виклад основного матеріалу. Парасоціальні стосунки є складним і багатограним явищем, яке описує односторонні зв'язки, які шанувальники (фанати) встановлюють з медійними персонами (знаменитостями, артистами). Цими знаменитостями в середовищі корейської хвилі є співаки, актори, митці та ін. Завдяки глобальному поширенню корейської хвилі, шанувальники мають змогу встановлювати різні емоційні зв'язки з різними знаменитостями, таким чином закриваючи власні психологічні потреби. Цими потребами можуть бути: потреба в прийнятті, покращенні емоційного стану, потреба в створенні еталону (певного взірця для наслідування), навчальні потреби тощо. І це, в свою чергу, може впливати на формування особистості.

Функціональна модель парасоціальних стосунків, що була розроблена українською науковицею Ю. С. Чаплінською, складається з двох компонентів [4, с. 70]: запит (потреби) людини, які стимулюють формування цих парасоціальних стосунків та способи їх реалізації. В контексті цих функцій важливо наголосити, що саме активна залученість шанувальників посилює вплив парасоціальних стосунків на формування особистості.

Формами впливу парасоціальних стосунків на формування особистості шанувальників корейської хвилі в Україні є:

Наслідування та ідентифікація. Завдяки створенню ідеального образу знаменитостей, їх цінностей фанати переймають певні моделі поведінки [1, с. 5] (адже прагнуть бути схожими на неї, знаменитість є рольовим еталоном), переймають цінності, формують свій стиль. Також тут задовольняється потреба в самоідентифікації та самовизначенні.

Формування соціальної ідентичності. Створення нових соціальних зв'язків та отримувати відчуття приналежності до групи [3, с. 199]. Допомагає впоратись з суб'єктивним відчуттям самотності.

Емоційна регуляція. Задовольняється потреба у скиданні емоційної напруги, отримання емоційної підтримки, покращується самопочуття [2, с. 6].

Формування світогляду. Завдяки своїй орієнтації на глобальні виміри корейська хвиля може сприяти розширенню світогляду та толерантності до інших культур.

Такі парасоціальні стосунки можуть мати як позитивні так і негативні наслідки на формування особистості фанатів. Позитивними наслідками є: сприяння соціальній адаптації, мотивація до навчання, розвиток творчих здібностей. Негативними наслідками є: формування ізоляції, проблеми з самооцінкою, формування залежності.

Отже, парасоціальні стосунки між фанатами та корейськими знаменитостями мають значний вплив на формування особистості української молоді. Розуміння особливостей впливу парасоціальних стосунків на формування особистості українців під впливом корейської хвилі має важливе значення для психологів, педагогів, соціологів та інших фахівців, які працюють з молоддю. Це дозволяє розробити ефективні програми для роботи з молоддю для запобігання негативним

наслідкам впливу корейської хвилі на формування особистості. Перспективи подальших досліджень полягають у поглибленому аналізі впливу парасоціальних стосунків на різні вікові групи та соціальні верстви українського населення.

Список використаних джерел:

1. Influencers on Social Media as References: Understanding the Importance of Parasocial Relationships / В.-С. Su et al. Sustainability. 2021. Vol. 13, no. 19. P. 1-19.
2. Weru J. You don't know me, but I lo now me, but I love you: parasocial relationships and asocial relationships and their impacts. Emerging writers. 2023. Vol. 6, no. 1. P. 1-10.
3. Чаплінська Ю. Парасоціальні стосунки: переживання ілюзорного досвіду медіаспоживачами. Редакційна колегія. 2020. С. 196-201.
4. Чаплінська Ю. С. Функціональна модель парасоціальних взаємин. Психологічний часопис. 2020. Т. 5, № 6. С. 66-79.

**Л. Шинкарьова, м. Київ,
lvshynkarova@gmail.com**

РОЗВИТОК АДАПТАЦІЙНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ДРУЖИН УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ ПІД ЧАС КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ

В умовах війни, що триває в Україні, дружини учасників бойових дій (далі УБД) зазнають труднощів через постійний стрес, пов'язаний із тривогою за чоловіків, соціальні зміни, адаптацію до нових умов та ролей у сім'ї. Підтримка дружин УБД є актуальним питанням, оскільки їхній психоемоційний стан безпосередньо впливає на добробут сім'ї та процес реінтеграції ветеранів.

Згідно з результатами емпіричних досліджень, дружини УБД стикаються з низкою психосоціальних труднощів. Під час перебування чоловіків на фронті жінки часто відчують брак інформації, перевантаження домашніми обов'язками та тривогу за життя своїх партнерів. Після демобілізації доводиться адаптуватися до нових сімейних ролей, вирішувати конфлікти та допомагати чоловікам відновитися після травматичних подій. Крім того, вплив війни супроводжується стресом та невизначеністю, що посилює переживання жінок, відбувається руйнування уявлень про світ як безпечний простір [2, с. 284-285].

Аналізуючи соціально-психологічні проблеми дружин

військовослужбовців, нами була розроблена програма для підвищення адаптаційного потенціалу. Запити дружин умовно можна розділити на три категорії: розуміння змін, що відбулися з чоловіком під час виконання бойового завдання, вплив досвіду участі в бойових діях на його поведінку; питання взаємодії, що включають необхідність побудови комунікації з демобілізованим чоловіком, розподілу сімейних обов'язків, обговорення очікувань і переживань, а також особливостей реакцій у конфліктних ситуаціях; розуміння себе та власних реакцій на певні життєві обставини, вміння піклуватися про себе [1, с. 85].

При розробці програми психологічної підтримки дружин УБД нами враховані зазначені запити. На їх основі було сформовано три змістових модулі:

- "Виклики у часи війни" - робота з емоційними реакціями під час кризових подій, дослідження базових технік для стабілізації психічного стану.

- "Розвиток особистісного адаптаційного потенціалу" - посилення психологічної стійкості через саморефлексію, роботу з емоціями та тілом.
- "Побудова ефективної комунікації з партнером" - розвиток комунікативних навичок, вміння вирішення конфліктів та налагодження емоційних контактів у сім'ї.

Зміст програми враховує ключові потреби учасниць, зокрема: створення безпечного комунікативного середовища, де вони можуть обмінюватися досвідом і здобувати нові психологічні знання; сприяння саморефлексії; забезпечення ефективного зворотного зв'язку та аналізу використання отриманих знань і навичок для подолання складних життєвих ситуацій.

Програма розвитку адаптаційного потенціалу дружин УБД реалізується у форматі групових занять, на яких проводяться тренінгові вправи, мінілекції, групові та міжгрупові обговорення, самостійні роботи у вигляді індивідуальних домашніх завдань.

Основна мета програми полягає в систематичному й цілеспрямованому впливі на активізацію особистісного адаптаційного потенціалу жінок через створення та реалізацію спеціальних психологічних умов під час аудиторної та позааудиторної роботи. Серед конкретних завдань програми виділено наступні: засвоєння теоретичних знань про особливості переживання стресу; розуміння циклу розгортання та принципів інформаційної гігієни; ознайомлення з методами самопідтримки та відновлення енергії; опанування навичок стабілізації свого стану через роботу з тілом, думками й емоціями, а також застосування отриманих знань на практиці; розвиток здатності самостійно приймати рішення в умовах невизначеності; ознайомлення з основними принципами ефективної взаємодії та вирішення конфліктних ситуацій.

Очікується, що по завершенню програми учасниці опанують такі навички та знання: розуміння психологічних процесів (глибоко усвідомлюватимуть механізми розвитку стресу, тривоги та страху, а також цикли розгортання); навички саморегуляції (зможуть застосовувати різні техніки для управління емоціями, зниження рівня стресу та відновлення психологічних ресурсів); ефективна комунікація (опанують принципи ненасильницького спілкування та будуть здатні до конструктивної взаємодії з оточенням); позитивне мислення (розвинуть навички позитивного мислення, постановки цілей та планування, що сприятиме підвищенню життєвого тону); самопізнання (зможуть краще розуміти свої емоції, потреби та цінності, що є важливою складовою психологічного благополуччя).

Подальші дослідження мають зосередитися на впровадженні тренінгової програми для дружин УБД, її апробації та доопрацюванні з урахуванням результатів.

Список використаних джерел:

1. Гридковець Л. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи: навчальний посібник. Том 3. Київ, 2018. С. 236.
2. Шинкарьова Л. Аналіз викликів та труднощів у сім'ях військовослужбовців: соціально-психологічний аспект. The 22nd International scientific and practical conference "Actual problems in education and introduction of new technologies". 2024. С. 283-286.

СЕКТОРАЛЬНА ДИСКУСІЯ 3.**ПСИХОЛОГІЧНА КУЛЬТУРА ТА ПРОСВІТА У ВОЄННИЙ ТА ПОВОЄННИЙ ЧАС**

**Н. М. Бабич, м. Київ,
n. babych@kubg.edu.ua**
**К. О. Тичина, м. Київ,
k. tychna@kubg.edu.ua**

МІЖСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ У СІМ'ЯХ, ЩО ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ З МОВЛЕННЄВИМИ ТРУДНОЩАМИ, ПІД ЧАС КРИЗОВИХ ПОДІЙ І ВІЙСЬКОВОГО КОНФЛІКТУ

Військові конфлікти та кризові події, як-от війни, суттєво впливають на психіку дітей, особливо з мовленнєвими труднощами. Вони часто стикаються з підвищеною психологічною та емоційною напругою через комунікаційні бар'єри, які стають складнішими в умовах стресу та нестабільності. Для таких дітей важлива не тільки здатність виражати емоції, але й збереження емоційного зв'язку з батьками та близькими. Під час конфліктів ця взаємодія часто порушується, що негативно впливає на психоемоційний стан дитини та її адаптацію до стресових обставин. Міжособистісні стосунки з батьками й однолітками є ключовими для психологічного благополуччя дитини, однак під час війни вони зазнають додаткових труднощів через травматичний досвід.

Діти з мовленнєвими труднощами мають обмежені можливості для вираження своїх емоцій та переживань. Це ускладнює для них комунікацію з оточуючими, що є критично важливим у кризових умовах, таких як війна. Військовий конфлікт значно збільшує рівень стресу в сім'ях, що може негативно впливати на емоційний стан дитини з мовленнєвими труднощами. Мовленнєві труднощі роблять процес комунікації ще складнішим, оскільки діти не завжди можуть висловити свої переживання чи тривоги вербально [2, с. 57]. Це призводить до того, що емоції залишаються невисловленими, що сприяє наростанню внутрішньої напруги та психологічної нестабільності. Крім того, вербальні обмеження поглиблюють непорозуміння між дитиною і батьками, які не завжди здатні зрозуміти внутрішній світ дитини, що призводить до відчуження [3, с. 205]. Відсутність можливості ефективно спілкуватися може викликати в дитини почуття безпорадності, що тільки підсилює її емоційну напругу. Зокрема, дослідники (І. Баранець, Т. Калініна, Н. Пахомова) відзначають, що у дітей з мовленнєвими труднощами у кризових умовах можуть спостерігатися ознаки емоційного відчуження та дезадаптації через обмежені можливості комунікації з членами родини та однолітками [1, с. 106; 2, с. 58].

Роль сім'ї у підтримці дітей з мовленнєвими труднощами є вирішальною в будь-яких умовах, але під час військових конфліктів цей фактор стає ще більш важливим. Сім'я є головним джерелом емоційної підтримки для дитини. Проте, за умов війни, міжособистісні сімейні стосунки зазнають додаткових викликів,

оскільки батьки часто перебувають у стані підвищеної тривоги, стресу і навіть страху за своє життя та життя своїх близьких [3, с.207]. Це може знижувати їхню здатність надавати належну психологічну підтримку дитині. Крім того, батьки, що знаходяться в стані сильного стресу, можуть реагувати на поведінку дитини з подразненням або байдужістю, що створює атмосферу емоційної напруги в сім'ї [4, с. 183]. Для дитини з мовленнєвими труднощами це може бути особливо травматично, оскільки вона відчуває посилення ізоляції та нерозуміння з боку найближчих людей. Батьки, які самі переживають травматичні події, можуть бути емоційно недоступними для дитини, що сприяє її почуттю ізоляції та самотності. Дослідження Т. Калініної та І. Товкач показують, що в таких умовах діти з мовленнєвими труднощами часто відчувають брак емоційної близькості з батьками, що негативно впливає на їхній емоційний розвиток [1, с. 106; 5, с. 49]. Емоційна дистанція між батьками і дитиною ускладнює розвиток її соціальних навичок, оскільки дитина може відчувати себе незрозумілою і недостатньо підтриманою навіть у сімейному колі.

Окрім того, військові конфлікти нерідко призводять до втрати звичних соціальних контактів. Діти можуть бути відірвані від своїх друзів, педагогів і навіть членів сім'ї, що збільшує їхню соціальну ізоляцію. Втрата соціальних зв'язків також перешкоджає розвитку важливих комунікативних навичок, оскільки дитина не має можливості взаємодіяти в соціально-безпечному середовищі, що є важливим для її мовленнєвого і соціального розвитку [3, с. 210]. Це, в свою чергу, негативно впливає на розвиток їхніх міжособистісних стосунків, оскільки вони не отримують необхідної практики соціальної взаємодії. У дітей з мовленнєвими труднощами комунікаційні бар'єри в таких умовах лише загострюються, що може призвести до поглиблення їхньої соціальної ізоляції.

З огляду на труднощі, які виникають у дітей з мовленнєвими порушеннями під час кризових подій і військових конфліктів, логопедичний супровід таких родин набуває особливої важливості. Логопеди можуть допомогти дитині не лише з розвитком мовленнєвих навичок, але й з подоланням комунікаційних бар'єрів, що ускладнюються стресовими факторами. Важливим є також навчання батьків стратегіям ефективної комунікації, щоб вони могли краще розуміти емоційні та комунікативні потреби дитини. Така підтримка може не лише покращити міжособистісні стосунки у сім'ї, а й знизити рівень емоційної напруги та стресу, що впливають на всіх членів родини. Таким чином, систематична робота логопеда є невід'ємною частиною комплексної допомоги родинам, які виховують дітей з мовленнєвими труднощами, особливо в умовах кризи.

Список використаних джерел:

1. Калініна Т.С. Психологічна допомога батькам дітей з особливими освітніми потребами в умовах військових дій. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2022. №3. С. 103-107
2. Пахомова Н. Г., Баранець І. В. Напрями корекційної роботи з дітьми із тяжкими порушеннями мовлення в умовах воєнного стану. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія «Корекційна педагогіка»*. 2022. Випуск 43. С. 55-63.
3. Рібцун Ю. В. Запобігти, захистити, допомогти. Діти з особливими мовленнєвими потребами в умовах воєнного стану. *Вісник науки та освіти (Серія*

«Філологія», Серія «Педагогіка», Серія «Соціологія», Серія «Культура і мистецтво», Серія «Історія та археологія»). 2022. №2(2). С. 202-213.

4. Тичина К. О. Особливості міжособистісних стосунків у сім'ях, що виховують дітей старшого дошкільного віку з тяжкими порушеннями мовлення: дис. ... кандидата психолог. наук: 19.00.08. Київ, 2018. 303 с.

5. Товкач І. Є. Формування мовлення у дитини дошкільного віку в умовах війни: психологічний аспект. *Дошкільна освіта в епоху постмодернізму: європейський досвід, інноваційні практики*: Збірник тез Міжнародного online-марафону вітчизняних і зарубіжних дослідників, науковців, освітян, здобувачів вищої освіти та наукових ступенів, педагогів-практиків (27-29 вересня 2022 року, м. Київ, Україна). Київ: Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, 2022. С. 47-51

О. М. Денисюк, м. Київ,
o.denysiuk@kubg.edu.ua

Я. Ю. Загута-Візер, м. Київ,
y.zahutinavizer.asp@kubg.edu.ua

СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНИЙ СУПРОВІД УЧНІВ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ У ЗАКЛАДІ ОСВІТИ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВОЇ АГРЕСІЇ

Учні з особливими освітніми потребами (ООП) є однією з найуразливіших категорій серед здобувачів освіти. Залучення учнів з ООП та включення їх у загальний освітній простір є першочерговим завданням інклюзивної освіти, яке відбувається шляхом прокладання індивідуальної освітньої траєкторії для таких учнів у закладі освіти. Індивідуальна траєкторія формується і впроваджується фахівцями міждисциплінарних команд супроводу, з урахуванням індивідуальних потреб, можливостей учня та існуючих перепон щодо залучення його до освітнього процесу.

Процес залучення учнів з ООП до загального освітнього простору закладу освіти завжди був складним та багатогранним і потребував ефективною взаємодії фахівців з різних установ та областей знань. В умовах військової агресії цей процес включення перебуває під ще більшим тиском з постійним ризиком вилучення учнів з ООП з загального освітнього процесу та простору закладу освіти.

Відповідно до Закону України «Про повну загальну середню освіту», загальна середня освіта може здобуватися за очною, дистанційною, мережевою, екстернатною, сімейною формами чи формою педагогічного патронажу. Вибір щодо форми освіти для учнів мають право здійснити батьки чи законні представники учня відповідно до обставин, безпекової ситуації, потреб та можливостей учня. Однак у випадку певних форм освіти, наприклад сімейної, відповідальність за здобуття освіти учнем лягає виключно на батьків, а учні з ООП лишаються без соціально-педагогічного супроводу з боку міждисциплінарної команди у закладі освіти та корекційної складової навчання. А у випадку

індивідуальної форми освіти учні з ООП, хоча і мають можливість працювати за індивідуальним планом навчання, позбавляються можливості бути залученими до повноцінного освітнього процесу у закладі освіти, участі в активному шкільному житті та спілкуванні з однолітками, що може вплинути не лише на їх соціалізацію, а й суттєво уповільнити їх загальний розвиток.

Саме тому, в умовах військової агресії, на наш погляд, особливо актуальним для соціального педагога та всіх членів міждисциплінарних команд супроводу учнів з ООП є завдання сприяти залученню учнів з ООП до очного навчання у закладі освіти з урахування безпекової ситуації, ситуації кожної родини учня з ООП задля забезпечення найкращих інтересів дитини. Це співпадає з загальною концепцією МОН щодо відновлення очної форми навчання для всіх учнів у тих регіонах, де це дозволяє безпекова ситуація [1].

Соціальний педагог як ключовий фахівець у наданні соціально-педагогічної підтримки та соціалізації учнів з ООП, має звернути особливу увагу на організацію соціально-педагогічного супроводу таких учнів у закладі освіти та залученню батьків до цього процесу. Батьки мають отримувати від фахівців закладів освіти повну та аргументовану інформацію, щодо можливих варіантів навчання та супроводу їх дітей.

Висновки. Отже, оскільки завданням інклюзивної освіти є саме включення осіб з ООП у загальний простір навчального закладу, а подолання перешкод на цьому шляху є одним з головних завдань інклюзивної освіти. Вважаємо за необхідне звернути увагу фахівців на необхідність докладання всіх зусиль задля залученню таких учнів до навчання у загальному просторі закладу освіти, якщо цьому сприяє безпекова ситуація в регіоні.

Список використаних джерел:

1. Про затвердження Порядку та умов здобуття загальної середньої освіти в комунальних закладах загальної середньої освіти в умовах воєнного стану в Україні : Наказ Міністерства освіти і науки України від 08 серпня 2024 року за № 1222/42567 (дата звернення: 19.09.2024)

**К. Дробот, м. Київ,
kvdrobot.fpsrso23m@kubg.edu.ua**

МЕТОД «MUSIC MEDIATED INTERVENTION» У ПРОЦЕСІ ФОРМУВАННЯ ЗДАТНОСТІ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З РАС ДО СОЦІАЛЬНОЇ ВЗАЄМОДІЇ

Метод «Music mediated intervention» передбачає інтеграцію музики як інструменту для покращання навичок соціальної взаємодії дітей молодшого шкільного віку з РАС шляхом використання музичних активностей, ігор та творів.

У питанні застосування методики «Music mediated intervention» CEC Standards (Council for Exceptional Children, CEC) пропонують диференційований підхід, що дозволяє врахувати когнітивні, емоційні та соціальні особливості кожної дитини з РАС. У MMI Brief Packet (2022) зазначається, що практика «Music mediated

intervention» може «використовуватися для покращення комунікації між учнями, спілкування, соціалізації, гри, рухових та адаптивних навичок, одночасно зменшуючи складну поведінку» [3, с.19; 4; 5].

Процес підготовки, реалізації та контролю за результатами програми «Music mediated intervention» охоплює три етапи: планування, проведення та моніторинг.

Етап планування передбачає підбір фахівців, здатних реалізувати методику «Music mediated intervention»; рефлексування за дітьми під час їхньої участі в музичних заняттях; здійснення оцінювання «Music mediated intervention» шляхом документування первинного, поточного та набутого рівнів навичок тощо.

Етап проведення ґрунтується на принципах від простого до складного; від пасивних форм взаємодії до активних; використання знайомих ігор, мелодій, пісень, що допомагає дітям почуватися впевненіше; повторюваності.

Окрім урахування основоположних принципів, українськими вченими рекомендовано дотримуватись структури занять, що складається із таких складових як привітання, основна частина заняття, прощання [2, с.10].

Механізм удосконалення соціальної взаємодії шляхом «Music mediated intervention», на нашу думку, передбачає:

- взаємодію в парах або в групі, що сприяє розвитку навичок соціальної взаємодії та уваги до інших;
- розвиток невербальної комунікації, чому сприяють, до прикладу, такі ігри як хода «змійкою», вправа Шпіцберга, «Веселий м'ячик» тощо;
- покращення здатності до емоційного контакту, що відбувається завдяки музичним творам (таким, наприклад, як «Співаночка»), які передбачають спільне виконання пісень або ритмічних елементів;
- формування почуття ритму і синхронізації завдяки спільній участі дітей у ритмічних діях (наприклад, у грі «Тік-так») та їхньому включенню в колективну діяльність;
- зменшення тривожності і підвищення впевненості іграм, що поєднують музику, танок та рух («Метелики», «Кожен по своєму маму вітає», «Плещемо в долоні», інші).

Етап моніторингу методики «Music mediated intervention» охоплює збір та аналіз даних; стимулювання інтересу в дитини, надання підтримки, якої вона потребує; визначення прогресу дитини з РАС [3, с. 20-36].

Як зазначається і українськими, й зарубіжними дослідниками, методи «Music mediated intervention» є «відповідними до актуальних проблем дітей з аутичним типом розвитку», а сама методика дозволяє поєднати «слуховокальну, слухорохову та зоророхову координацію, здатність синтезувати їх в одній діяльності» [2, с. 9; 3, с. 20-36]. Проте ефективною ця методика буде лише за умови правильно вибудованих й проведених музичних сесій. Тому логіка дотримання описаних нами вище принципів є важливою, оскільки відображає загальні засади педагогіки та психології розвитку, адаптовані до потреб дітей з РАС. Вона базується на поступовій активації соціальної взаємодії через музичну діяльність, забезпеченні емоційного комфорту і передбачуваності, що особливо важливо для таких дітей.

Список використаних джерел:

1. Психолого-педагогічний клуб для дітей з особливими освітніми потребами.

URL: <https://aytuzon.com.ua/project/myzuchna-neyrokokteksiya> (дата звернення: 01.08.2024).

2. Технології психічної інтеграції дітей з аутизмом. У 2-х томах / За ред. В.В.Тарасун. Том 2: Напрями психотерапевтичного впливу на особистісний розвиток дітей з аутизмом. К., 2006. 337 с.

3. MMI Brief Packet. 2022. 36 p. URL: <http://surl.li/ylgiwp> (дата звернення: 10.07.2024).

4. CEC Professional Standards. URL: <https://exceptionalchildren.org/standards> (дата звернення: 11.04.2024).

5. Nowell, S., Sam, A., Waters, V., Dees, R., & AFIRM Team. Music-Mediated Intervention. The University of North Carolina at Chapel Hill, Frank Porter Graham Child Development Institute, Autism Focused Intervention Modules and Resources. 2022. URL: <https://afirm.fpg.unc.edu/music-mediated-intervention> (дата звернення: 11.08.2024).

**О. В. Іваскевич, м. Київ,
o.ivaskevych.asp@kubg.edu.ua**

НАСТІЛЬНО-РОЛЬОВІ ІГРИ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ІНСТРУМЕНТ РОЗВИТКУ АДАПТИВНОСТІ У ЛЮДЕЙ, ЩО ПЕРЕЖИЛИ ТРАВМУЮЧІ ПОДІЇ

Настільні рольові ігри (НРІ), такі як *Dungeons & Dragons*, стали інноваційним психологічним інструментом, котрий сприяє адаптації в різних групах населення, включаючи підлітків, людей із проблемами психічного здоров'я та військовослужбовців. Адаптивність - це здатність системи або організму ефективно реагувати на зміни в середовищі, забезпечуючи збереження його стійкості, функціонування та виживання. Адаптивність може виявлятися через розвиток нових стратегій, поведінкових моделей або функцій для пристосування до нових умов. Зазначене визначення адаптивності може бути знайдене в різних наукових джерелах, але першоджерелом слід вважати книгу "Adaptation and Natural Selection: A Critique of Some Current Evolutionary Thought" авторства George C. Williams, опубліковану у 1966 році. Завдяки структурі рольової гри, НРІ забезпечують унікальне середовище, яке сприяє соціальній взаємодії, емоційній регуляції, когнітивній гнучкості та стійкості, що все значно сприяє розвитку адаптивності.

НРІ — це сюжетні ігри, де учасники беруть участь у персонажах і спільно розповідають історії, керуючись набором правил і майстром гри. Цей формат заохочує гравців долати складні, часто непередбачувані сценарії, які відображають виклики реального життя. Активно беручи участь у цих сценаріях, гравці розвивають такі навички, як вирішення проблем, прийняття рішень і міжособистісне спілкування, які є важливими компонентами адаптивності. Можна провести паралель між НРІ та драма терапією, що було доведено в роботах Mendoza (2020), Ankrom (2023), Ott (2022) та іншими.

Терапевтичне використання НРІ узгоджується з декількома психологічними

теоріями, включаючи теорію соціального навчання Бандури (Bandura, 1977), яка наголошує на навчанні через спостереження та наслідування, і концепцію Піаже про стадійність когнітивного розвитку, котрий відбувається у взаємозв'язку із впливом оточуючого середовища (Piaget, 1970). В даному контексті НРІ створюють умови для такого розвитку у людей, котрі не можуть в буденному житті віднайти необхідне захищене середовище. У контексті НРІ гравці вивчають адаптивну поведінку, спостерігаючи та взаємодіючи з іншими в рамках гри.

Дослідження впливу НРІ на психологічну адаптивність підтверджують їхню ефективність у різних контекстах:

Покращення соціальних навичок і адаптації. Так, Parks (2021) виявив, що підлітки з аутизмом, які брали участь у НРІ, продемонстрували значні покращення в соціальних взаємодіях і адаптивності в соціальних умовах. Розігруючи різних персонажів, ці підлітки практикували адаптивну соціальну поведінку в безпечному, контрольованому середовищі, що призводило до підвищення соціальної компетентності. Подібне дослідження можна вважати пілотним у контексті ресоціалізації травмованих людей.

Подолання травми та емоційна адаптація. Відповідно до Kilmer, Davis, Kilmer, та Johns (2023), ті, хто переживав травму, використовуючи НРІ, продемонстрували покращену емоційну регуляцію та адаптацію. Структурований, але образний характер НРІ дозволив учасникам безпечно досліджувати та переосмислювати травматичний досвід, сприяючи психологічній стійкості.

Зменшення соціальної тривожності та підвищення адаптивності. Billieuxa, та інші (2023) продемонстрували, що дорослі з соціальним тривожним розладом, які брали участь у НРІ, відчували зниження тривожності та покращення соціальної адаптації. Спільний характер гри дозволив учасникам експериментувати з новими соціальними стратегіями, не боячись наслідків у реальному світі, сприяючи гнучкості поведінки.

Психологічна стійкість у військовослужбовців. Goodall (2021) зосередився на використанні НРІ серед військових ветеранів, підкреслюючи покращення механізмів подолання ПТСР та адаптації до цивільного життя. Середовище рольових ігор допомогло ветеранам відрепетирувати та вдосконалити адаптаційні реакції на стрес, підтримуючи їх перехід від військової до цивільної ролі.

Як висновок, слід зазначити зростаючу кількість доказів, котрі підкреслюють значний вплив НРІ на розвиток адаптивності в різних групах населення. Надаючи структурований, але творчий простір для експериментів, соціальної взаємодії та емоційного дослідження, НРІ унікально сприяють розвитку адаптивних навичок, необхідних для подолання життєвих викликів. Як психологічний інструмент, НРІ пропонують доступний і захоплюючий метод для підвищення стійкості та адаптації, що робить їх цінними в терапевтичному, освітньому та особистісному контекстах.

Список використаних джерел:

1. Ankrom, A. (2023). Potential Applications of Drama Therapy in TableTop Role Playing Games.
2. Bandura, A. (1977). Social Learning Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice

Hall.

3. Billieuxa, J., Blocha, J., Rochatc, L., Fourniera, L., Georgievaa, I., Ebene, C., ... & Lieberothj, A. (2023). Can playing Dungeons and Dragons be good for you? A registered exploratory pilot program using offline Tabletop Role-Playing Games (TTRPGs) to mitigate social anxiety and reduce problematic involvement in multiplayer online videogames.

4. Goodall, A. M. (2021). Magic, Adventure & Social Participation: Tabletop Role-Playing Games and Their Potential to Promote Social Inclusion and Citizenship (Doctoral dissertation, Universite d'Ottawa/University of Ottawa).

5. Kilmer, E. D., Davis, A. D., Kilmer, J. N., & Johns, A. R. (2023). Therapeutically applied role-playing games: The game to grow method. Routledge.

6. Mendoza, J. (2020). Gaming intentionally: A literature review of the viability of role-playing games as drama-therapy-informed interventions.

7. Ott, N. B. (2022). Tabletop roleplaying games, and depression, and social anxiety.

8. Parks, S. L. (2021). Social Learning among Autistic Young Adult Tabletop Role Players: A Grounded Theory Study (Doctoral dissertation, Capella University).

9. Piaget, J. (1978). Piaget's theory of intelligence. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

В. П. Кутішенко, м. Київ,
v.kutishenko@kubg.edu.ua

О. О. Немикіна, м. Київ,
oonemykina.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ КРИЗИ СЕРЕДИНИ ЖИТТЯ У ЦИВІЛЬНИХ ЧОЛОВІКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Постановка наукової проблеми. Перехід від ранньої до середньої дорослості відбувається через кризу середини життя. Цей період в житті людини є одним із найскладніших та супроводжується рядом ключових переживань щодо правильності прожитого життя, порівняння очікуваного перебігу подій з реальним, усвідомлення фізичних змін, пов'язаних зі старінням. Повномасштабна війна поставила нові виклики перед чоловіками, змушує їх робити складні вибори в житті. Це створює додатковий тиск на осіб чоловічої статі та викликає негативні переживання. Разом з тим суспільство, навіть сучасне, досі не дозволяє чоловікам демонструвати свої почуття, слабкості, вразливість. Такий стан речей зумовлює актуальність обраної нами проблеми дослідження.

Мета публікації - висвітлити результати емпіричного дослідження особливостей прояву кризи середини життя у цивільних чоловіків в умовах воєнного стану.

Виклад основного матеріалу.

Дослідженням було охоплено 48 цивільних чоловіків зайнятих у різних сферах виробничої діяльності. Основним знаряддям дослідження стало письмове опитування (авторська розробка), запитання якого були об'єднані в чотири

тематичні блоки, що спрямовані на з'ясування актуального стану чоловіків у тілесній, емоційно-ціннісній, ресурсній і комунікативній сферах життєдіяльності.

На підґрунті опрацювання дослідницьких даних було виявлено, що більшість чоловіків, окрім типових проявів кризи середини життя, відчують додаткове психологічне навантаження у зв'язку з воєнними подіями в країні.

Так, 71% респондентів зазначили, що не отримують задоволення від життя, як це було раніше; 46% вказали, що не можуть розслабитися та відновити ресурс. Окрім того 41% чоловіків мають тривожні прояви, основними з яких є: напруження в тілі, неможливість розслабитися, порушений сон (38%); постійне хвилювання і переживання за рідних (54%); відчуття нервозності та роздратування (50%). В загальному 58% чоловіків оцінили рівень якості свого життя як дуже низький і низький (29% і 29% відповідно), 17% назвали його середнім; 54% респондентів втратили відчуття довіри і вказали, що задля власної безпеки важливо нікому не довіряти.

До основних причин, які викликають такі негативні стани, чоловіки відносять: «Неможливість жити спокійно», «Переживання за безпеку родини», «Соціальна напруга, тиск з боку держави», «Втрата мети в житті через війну, відчуття наче знаходишся у клітці», «Втрата близьких людей», «Життя стало на паузу, неприносить радості», «Підвищена небезпека для життя».

Щодо виконання своїх трудових обов'язків, то 58% чоловіків заявили про зниження своєї працездатності, їм важко приступити до виконання нового завдання або розпочати нову справу, а 71% чоловіків відчують себе втомленими постійно.

Разом з тим опитування показало, що більше половини опитаних чоловіків (55%) не звертаються за підтримкою до близьких людей, так як не відчують, що можуть з ними відверто говорити про свої почуття та переживання, а основними причинами, які зупиняють чоловіків від звернення за професійною психологічною допомогою є зневіра у її ефективність такої допомоги (37,5%) та відсутність інформації про те, де її можна отримати (15,5%).

Висновки. Більшість чоловіків, окрім типових проявів кризи середини життя, відчують додаткове психологічне навантаження у зв'язку з військовим станом в країні. Негативні переживання чоловіків знижують рівень їх загальної працездатності та психічного здоров'я в цілому. Проведене нами дослідження підтвердило потребу у розробці й апробації спеціальних програм, спрямованих на психологічну підтримку чоловіків, що дозволить підвищити якість їх життя та покращити ментальний стан.

В. П. Кутішенко, м. Київ,
v.kutishenko@kubg.edu.ua

М. Д. Соколовська, м. Київ,
mdsokolovska.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ПРОБЛЕМА ЧИННИКІВ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ СТУДЕНТІВ В СУЧАСНИХ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ

Постановка наукової проблеми. Соціально-економічна нестабільність, зростання соціальної нерівності та вплив деструктивних соціальних явищ, таких як війна, економічна криза, розпад сімей тощо, сприяють поширенню проявів агресії серед різних верств населення, у тому числі, серед студентської молоді. Такі негативні тенденції потребують детального наукового аналізу проблеми агресивної поведінки студентів. Адже студентська молодь в найближчому майбутньому повинна стати авангардом розбудови демократичної держави заснованої на ціннісних принципах та ідеях конструктивної міжособистісної взаємодії.

Мета публікації полягає у висвітленні результатів теоретичного аналізу сучасних психологічних досліджень щодо чинників агресивної поведінки студентів.

Виклад основного матеріалу. У контексті нашого дослідження цікавими є наукові розробки N. Salima та співавторів, які досліджували чинники агресивної поведінки серед румунських та індійських студентів. Науковцями було встановлено, що значний вплив на появу такої поведінки мають сімейні проблеми студентів та вживання ними алкоголю. Окрім того, було встановлено гендерні відмінності в проявах агресивної поведінки. Так, за результатами їхнього дослідження, хлопці демонструють значно вищий рівень фізичної, вербальної та соціальної агресії порівняно з дівчатами [6]. Така ж тенденція була зафіксована у дослідженні M. Ami та співавторів, які також виявили, що юнаки мають більший рівень фізичної та вербальної агресії [4].

Згідно отриманих результатів у масштабному дослідженні M. Sharma та P. Marimuthu, рівень агресивності залежить від віку студентів. Так, було встановлено, що рівень агресивності був вищим серед респондентів віком 16-19 років, порівняно з тими, хто належав до вікової групи 20-26 років. Найбільш поширеними формами агресії серед досліджуваної групи було вербальне насильства, зокрема, образи та нецензурна лексика. Фізична агресія стосовно однолітків також була зафіксована серед учасників дослідження, але здебільшого характерна для хлопців, ніж для дівчат. Окрім цього, автори дослідження виявили низку чинників, що підвищують ризик появи агресивної поведінки серед молоді, а саме: фізичне насильство в дитинстві, зловживання алкоголем, негативний вплив однолітків, насильство в сім'ї, навчальні труднощі, психологічні проблеми (включаючи синдром дефіциту уваги та гіперактивності), підозрілість, відчуття самотності, порушення настрою, негативний досвід дитинства, а також вплив телебачення та ЗМІ [7].

Узагальнення досліджень О. Волянської, Н. Невякіної, В. Оверчук дозволили виокремлюють такі зовнішні чинники, які провокувати агресію в студентському середовищі: конфлікти між студентами, конкуренція, соціальний тиск, стрес,

надмірне вживання алкоголю та наркотиків, нездоровий спосіб життя, невдачі та розчарування, нерівність та дискримінація, зловживання владою, відсутність соціальної підтримки[1;2;3]. Н. Нев'якіна зосереджує увагу на внутрішніх психологічних чинниках, що спонукають до негативної поведінки, таких як: прагнення до самоствердження, особливо в умовах обмежених комунікативних навичок; потреба у захисті та безпеці; бажання компенсувати незадоволені потреби; використання агресії як інструменту для досягнення цілей; фізіологічні та психологічні фактори, такі як особливості нервової системи, типу темпераменту, психологічного стану та соматичного стану [2].

Виходячи з вищевикладеного, можна зробити висновок, агресія студентів - це складне психологічне явище, що визначається взаємодією біологічних, психологічних і соціальних чинників. Саме тому важливо створити безпечне та підтримуюче середовище для студентів, а також формувати у них комплекс психологічних характеристик, які допоможуть їм конструктивно долати власні агресивні прояви.

Список використаних джерел:

1. Волянська О. В. Проблема агресивної поведінки підлітків: фактори та механізми соціалізації. Вісник Національного університету Юридична академія України імені Ярослава Мудрого. 2016. №3. С.117-134.
2. Нев'якіна Н. Профілактика насильства та агресії. Семінар-тренінг для педагогів. Психолог. 2019. № 12. С. 84-96.
3. Оверчук В. А. Реабілітаційна психологія: навчальний посібник для студентів ВНЗ. Вінниця: Міленіум, 2007. 295 с.
4. Ami M., Sankar R., Raghavi R., Chinmaya B. Aggression among annamalai university students. Glob j intellect dev disabil. 2017. №1(3) P. 1-5.
5. Potirnichea N., Enacheb R. G. Social perception of aggression by high school students. ScienceDirect.Procedia - Social and Behavioral Sciences 2014. №127. P. 464 — 468.
6. Salimi N., Karimi-Shahanjarini A., Rezapur-Shahkolai F., Hamzeh B., Roshanaei G., Babamiri M. Aggression and its predictors among elementary students. 2019. Jul; 11(2): 159-170.
7. Sharma M. K., Marimuthu P. Prevalence and Psychosocial Factors of Aggression. Indian Journal of Psychological Medicine. 2014. 43 P. 48 - 53

В. А. Литвиненко, м. Київ,
vv.lytvynenko@kubg.edu.ua

Ю. В. Нечваль, м. Київ,
yvnechval.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ОПИСОВОГО МОВЛЕННЯ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ МЕТОДОМ МНЕМОТЕХНІКИ

Постановка наукової проблеми. Формування описового мовлення є важливим етапом у розвитку комунікативних здібностей дитини, оскільки воно забезпечує

здатність передавати інформацію, описувати явища та об'єкти навколишнього світу. Для дітей молодшого шкільного віку з ООП цей процес буває ускладненим через мовленнєві, когнітивні та психомоторні порушення. Традиційні методи навчання не завжди ефективні у таких випадках, а тому постає необхідність у пошуку альтернативних підходів. Одним із таких методів є мнемотехніка. Однак, застосування мнемотехніки потребами потребує додаткового наукового вивчення для визначення її ефективності та оптимальних методик впровадження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідники І. Абрамова, О. Білюк, А. Колупаєва, К. Поправкіна, Л. Савчук та ін. обґрунтовують виняткову необхідність мовленнєвого розвитку дітей з ООП; М. Зіганов, Л. Кашуба, І. Семенчук, В. Старостенко, Г. Чепурний та ін. виокремлюють метод мнемотехніки і наголошують на тому, що саме мнемотехніка має великий потенціал для розвитку зв'язного мовлення у учнів з ООП.

Мета роботи - вивчення особливостей формування описового мовлення у дітей молодшого шкільного віку з ООП за допомогою методу мнемотехніки, а також визначення її впливу на покращення мовленнєвих навичок таких дітей.

Завдання: провести аналіз наукової літератури з питань розвитку мовлення у дітей з ООП та здійснити вивчення мнемотехнічних прийомів. Розглянути ефективність використання мнемотехнічних прийомів для формування описового мовлення у дітей з особливими потребами.

Виклад основного матеріалу. Формування мовленнєвих навичок є одним із ключових аспектів розвитку дитини, особливо у молодшому шкільному віці, коли відбувається активний процес засвоєння мови та комунікативних вмінь. Описове мовлення — це важлива складова мовленнєвої діяльності, яка дозволяє дітям передавати свої думки, почуття, а також описувати навколишній світ. Проте у дітей з особливими освітніми потребами, формування таких навичок часто ускладнене через когнітивні, сенсорні та моторні порушення.

І. Абрамова зазначає, що термін «дитина з особливими освітніми потребами» витісняє з широкого вживання терміни «аномальна дитина», «дитина з порушеннями у розвитку», «дитина з відхиленнями у розвитку» та спеціальні терміни, що їх конкретизують [1, с. 15-18]. Логічно обґрунтованим є визначення, яке дає В. Маланчій: «новий термін закріплює зміщення акцентів у характеристиці цих дітей з недоліків, порушень, відхилень від норми до фіксації їх потреб у особливих умовах та засобах освіти. Він підкреслює відповідальність суспільства за виявлення та реалізацію цих потреб» [2, с. 62].

Мнемотехніка — система прийомів, що полегшує запам'ятовування та відтворення інформації через створення асоціацій, візуальних образів й символів. Даний метод включає різноманітні техніки, які допомагають дітям запам'ятовувати та організовувати інформацію. Наприклад, асоціативне запам'ятовування дозволяє створювати зв'язки між новими знаннями та вже відомими, що робить процес навчання більш зрозумілим і природним. Візуалізація інформації у вигляді образів або малюнків полегшує її засвоєння, оскільки візуальні елементи легше запам'ятовуються. Окрім того, метод локусів, що полягає у прив'язці інформації до знайомих місць або об'єктів у просторі, допомагає дітям ефективніше відтворювати вивчене.

Використання мнемотехнічних прийомів у роботі з дітьми з особливими

потребами сприяє розвитку їхнього мислення та мовлення, полегшуючи процес засвоєння мовленнєвих структур, зокрема в сфері описового мовлення.

Висновки. Теоретичні засади мнемотехніки доводять, що систематичне використання її прийомів сприяє розвитку когнітивних функцій і мовленнєвих навичок, що є особливо важливим для дітей з ООП, які стикаються з труднощами в процесі навчання. Таким чином, інтеграція мнемотехнічних методів у навчальні програми є ключовим чинником у поліпшенні описового мовлення та загального мовленнєвого розвитку таких дітей, що відкриває нові перспективи в корекційній педагогіці.

Список використаних джерел

1. Абрамова І. В. Освіта дітей з обмеженими можливостями здоров'я: проблеми, пошуки, рішення. *Педагогічна освіта і наука*. 2019. № 11. С.15-18.
2. Маланчій В. М. Організація роботи з дітьми з особливими освітніми потребами. *Початкова школа*. 2019. № 4. С. 62-63.

В. В. Лях, м. Київ,
v.liakh.asp@kubg.edu.ua

ДО ПИТАННЯ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ Й ІНТЕГРАЦІЇ ВПО

Російська повномасштабна агресія проти України спричинила значні соціально-економічні та демографічні зміни, серед яких однією з найбільш актуальних проблем стало масове переміщення населення.

Питанню соціальної адаптації й інтеграції внутрішньо переміщених осіб (далі - ВПО) та соціальної роботи з ними присвячено чимало сучасних наукових розвідок. Дослідженням проблем та потреб ВПО, які були змушені залишити своє місце проживання через військовий напад росії на Україну, займались О. Балакірева, Р. Вайнола, А. Дуля, Б. Жуков, С. Кравець, В. Лютий, Т. Лях, І. Нестеренко, В. Нікітіна, О. Проценко, А. Свящук; особливості соціальної роботи з ВПО в територіальних громадах вивчали Д. Афанасьєв, Н. Гордієнко, Р. Жиленко, І. Мельник, М. Навошицький, М. Школяр; соціальну адаптацію ВПО до нового соціального середовища розглядали С. Волошин, Н. Корпач, Л. Овчарова, Є. Пашкова, Ю. Песоцька, І. Сидорук; технології соціальної роботи з ВПО та членами їхніх сімей досліджували Н. Гусак, М. Дибаш, О. Карпенко, Т. Каменчук, А. Конончук, Т. Семигіна, Т. Спіріна, І. Трубавіна, С. Трухан.

Внаслідок бойових дій та окупації територій мільйони українців були змушені залишити свої домівки. Зокрема, майже 5 мільйонів осіб стали внутрішньо переміщеними особами (ВПО), які знайшли тимчасовий притулок у нових для себе громадах. У багатьох регіонах України частка ВПО досягає 10-15% від загальної чисельності населення [3].

Наразі підтримка ВПО потребує комплексного та стратегічного підходу, що враховує довгострокові виклики та перспективи. Місцеві програми сталого розвитку, спрямовані на інтеграцію ВПО, мають охоплювати низку заходів, що

сприяють формуванню нового соціального клімату у громадах, де співіснують місцеві жителі та переселенці [2]. Така інтеграція повинна включати активне залучення обох груп до спільної діяльності, що допомагає створити умови для соціальної згуртованості та розвитку громади загалом.

Під поняттям «більш широкого» підходу до підтримки ВПО слід розуміти не лише надання базової допомоги, але й впровадження комплексних заходів, спрямованих на економічну, соціальну та культурну інтеграцію ВПО у громаду. Це включає вирішення питань працевлаштування, доступу до освіти, охорони здоров'я, соціальних послуг та психологічної підтримки.

Важливо також розглядати виклики, з якими стикаються ВПО у кожній конкретній громаді. До основних проблем можуть належати: недостатня інфраструктура, обмеженість ресурсів, упереджене ставлення місцевих жителів, відсутність механізмів для залучення ВПО до місцевих процесів прийняття рішень.

Для забезпечення стійкої підтримки ВПО місцеві програми повинні передбачати заходи, що охоплюють:

- ✓ сприяння зайнятості та професійному розвитку ВПО;
- ✓ створення інклюзивних соціальних та культурних платформ для взаємодії між місцевими жителями та переселенцями;
- ✓ забезпечення доступу до житла, медичних та освітніх послуг;
- ✓ розвиток інфраструктури, що відповідає новим демографічним реаліям;
- ✓ програми для зміцнення соціальної згуртованості, які знижують напругу між місцевими мешканцями та ВПО і сприяють гармонійному співіснуванню.

Такий підхід сприятиме не лише інтеграції ВПО, але й загальному розвитку громади, підвищуючи її соціальну стійкість і адаптивність до зовнішніх викликів.

Інтеграція такого великої кількості переселенців вимагає значних ресурсів та зусиль із боку органів місцевого самоврядування та місцевих спільнот. Тому соціальна робота має зосереджуватись на аналізі механізмів підтримки ВПО у громадах, які їх приймають, з акцентом на врахування їхніх соціальних та економічних потреб, а також використання їхнього потенціалу для подальшого розвитку цих громад.

Для цього фахівці із соціальної роботи повинні мати ряд професійних компетентностей, а саме:

- ✓ здатність вивчати потреби ВПО за допомогою різних методів [6];
- ✓ здатність налагоджувати комунікацію з ВПО [2];
- ✓ здатність інтегрувати ВПО у громаду і залучати їх до її розвитку [4];
- ✓ здатність створити тривалу підтримку ВПО через місцеві бюджетні програми [5].

Для формування цих компетентностей фахівцями Фонду Східна Європа розроблено онлайн- курс «Адаптація та інтеграція ВПО: досвід і можливості» [1]. Він підготовлений у межах програми «Стійкість», що впроваджується Фондом Східна Європа у консорціумі неурядових організацій на чолі з ERIM (Франція) у партнерстві з Фондацією домів з прав людини, Домом прав людини - Тбілісі, Чорноморським фондом регіонального співробітництва та коштом Європейського Союзу. Курс розроблений у партнерстві з Українською асоціацією оцінювання.

Список використаних джерел

1. Адаптація та інтеграція ВПО: досвід і можливості. *Зрозуміло! - Освітня онлайн- платформа*. URL: <https://courses.zrozumilo.in.ua/courses/course-v1:eef+EEF-039+June23/about> (дата звернення: 30.09.2024).
2. Актуальні питання соціальної роботи : навч. посіб. / О. Денисюк та ін. ; ред.: О. Епель, Т. Лях, І. Силантьєва. Ужгород : ПІК-У, 2023. 420 с. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/47338/>.
3. В Україні офіційно зареєстровано майже 5 млн переселенців » Профспілка працівників освіти і науки України. *Профспілка працівників освіти і науки України*. URL: <https://pon.org.ua/novyny/10070-v-ukraini-oficiino-zareiestrovano-maizhe-5-mln-pereselenciv.html#:~:text=Такі%20дані%20наводить%20Мінреінтеграції%20за,»,%20-%20ідеться%20в%20повідомленні> (дата звернення: 30.09.2024).
4. Гунько С., Лях Т., Карпенко О. Публічний простір як інструмент розвитку соціальної згуртованості громади. *Humanitas*. 2023. № 2. С. 218-224. URL: <https://doi.org/10.32782/humanitas/2023.2.32> (дата звернення: 04.09.2023).
5. Дуля А., Лютий В. Досвід представництва інтересів внутрішньо переміщених осіб недержавними організаціями. *Humanitas*. 2023. № 3. С. 15-22. URL: <https://doi.org/10.32782/humanitas/2023.3.3> (дата звернення: 30.09.2024).
6. Лях Т., Спіріна Т., Лехолетова М. Методи оцінки територіальною громадою власних потреб. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2022. № 1(50). С. 178-181. URL: <https://doi.org/10.24144/2524-0609.2022.50.178-181> (дата звернення: 30.09.2024).

Л. І. Матвієнко, м. Київ,
l.matviienko@kubg.edu.ua

ДО ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ З РОЗВИТКУ БАТЬКІВСЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЩОДО ПОДОЛАННЯ НАСЛІДКІВ СТРЕСУ У ДІТЕЙ

На думку дослідників, батьківська компетентність передбачає наявність знань, вмінь, навичок, необхідних для вирішення проблем, що виникають під час виконання батьківської функції. Система психологічної допомоги з розвитку батьківської компетентності включає усі напрями: діагностику, профілактику, просвіту, консультування та корекцію.

Фахівці виділяють класичні етапи консультативної роботи з батьками :

Знайомство, встановлення контакту. Психолог забезпечує простір для комфортного ведення консультації.

Збір інформації про проблему, час та умови її виникнення, вплив на батьків. На цьому етапі психолог має збирати факти (запам'ятовувати особливості поведінки батьків, дізнатися, в чому вони бачать причини проблеми) та утримуватися від інтерпретацій та суджень.

Формування запиту, або бажаний результат від співпраці із психологом. Завдання психолога на цьому етапі допомогти батькам сформулювати запит (він має бути позитивно сформульованим, реалістичним, досяжним) та надати прогноз ефективності психологічної допомоги.

Пошук альтернативних рішень - реальних способів та шляхів вирішення проблеми. Важливо на даному етапі враховувати сильні сторони (ресурси) батьків. Способи розв'язання проблеми мають продукуватися батьками самостійно або за допомогою психолога. Робота продовжується, поки батьки не підберуть варіант, що їх влаштовує.

Узагальнення всіх думок, висновків, перевірка правильності пропозицій. Психологу потрібно перевірити, чи прийняли батьки відповідальність за результат консультування. Важливим аспектом роботи на завершальному етапі взаємодії з батьками під час консультування є розуміння батьками необхідності самостійного розв'язання власних психологічних проблем та проблем дитини [1, с. 116 - 118].

Психолог, який виявив проблеми в дитячо-батьківських відносинах, прикладає зусилля в наступних напрямках:

Підвищення відчуття батьківської компетентності через виявлення позитивних аспектів батьківської поведінки (увага батьків до потреб дитини, чуйність, адекватність емоційного відгуку, надання дитині доречної самостійності).

Інформування про особливості реагування дитячої психіки на стресову ситуацію для підвищення терпимості батьків до появи агресивних тенденцій у дітей. Допомога у виробленні способів реагування на прояв гніву у дитини.

Допомога в налагодженні відкритої комунікації між дітьми і батьками з використанням елементів тренінгу спілкування.

Застосування терапевтичних ігор з дитиною і батьком, що сприяє зняттю емоційної напруги. Застосування арт-терапевтичних методів: наприклад, малювання та ліплення з дитиною і батьком є доступним і ефективним способом виявлення зон емоційної напруги в стосунках і їх подолання в об'єднуючій творчій діяльності.

Фахівці Ізраїльської коаліції по роботі з травмою підготували низку рекомендацій батькам - як допомогти дітям долати наслідки стресу у сьогоdnішній ситуації. Серед них можна виділити такі:

Якмога спокійніше поясніть дитині правила та вказівки щодо безпечної поведінки: куди йти, як поводитися і скільки часу потрібно, щоб потрапити до безпечного місця. Важливо демонструвати правильну поведінку та виконання правил і інструкцій.

Поговоріть з дітьми про ситуацію: говоріть лише факти, просто і заспокійливо, не вдаючись до подробиць. Надлишок інформації може заплутати дітей та викликати страх і невпевненість.

Слідкуйте за своєю реакцією на події, що відбуваються: діти вчать ся реагувати на ситуацію, спостерігаючи за дорослими навколо себе.

Підготуйтеся з дітьми до надзвичайної ситуації: напишіть номери телефонів усіх екстрених служб та номери телефонів тих людей, до яких можна звернутися за необхідності; де знаходиться безпечне місце, яка роль кожного члена сім'ї в момент кризової ситуації.

Пригадайте, що допомогло вам та вашим дітям у минулому справлятися зі стресовими ситуаціями, - і ці ж способи ви можете свідомо застосовувати зараз. Допоможіть дітям визначити 2-3 техніки, які, на їхню думку, допоможуть зняти напругу. Рутинні, повсякденні заняття допомагають упоратися з тривогою.

Обмежте доступ дітей до новин та інформації в ЗМІ: уникайте надмірного

впливу на дитину передач і дискусій, що відбуваються в них.

Не залишайтеся на самоті: розмовляйте з друзями, знайомими, які перебувають у схожих ситуаціях. Якщо ви будете відверті, то зможете виявити, що ви не самотні у ваших переживаннях, інші люди також поділяють ці почуття. Ви зможете дізнатися, що допомагає оточуючим.

Виділіть час для себе: ви не менш важливі, ніж ваші діти, і щоб допомогти їм пережити цей період, важливо залишити час для себе - для самовідновлення та відпочинку.

Список використаних джерел:

1. Консультування в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій / авт. кол; заг. ред. В. Г. Панок, І. І. Ткачук. Київ: УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2019. 144 с.

І. С. Нохріна, м. Київ
i.nokhrina@kubg.edu.ua

МЕНТОРСТВО ЯК ІНСТРУМЕНТ СПРИЯННЯ СОЦІАЛЬНОГО УСПІХУ

Випускник закладу вищої освіти повинен мати соціальну мобільність і гнучкість, а також володіти знаннями та навичками, які будуть визначати його професійний успіх у майбутньому. Реагуючи на виклики сьогодення аби забезпечити формування вищезазначених компетенцій – сучасна вища освіта потребує покращення якості підготовки студентів аби вони були конкурентоспроможними і кваліфікованими фахівцями, здатними до саморозвитку та самореалізації.

Закордоном існує практика менторської підтримки студентів, що впроваджена у навчально-виховний процес у закладах вищої освіти та сприяє формуванню необхідних умінь та навичок. Серед дослідників, які займаються цією темою, можна виділити таких авторів, як А. Вест, Л. Гейл Лунсфорд, А. Дарвін, Е. Долан, Г. Крисп, А. Киричок, Е. Палмер, В. Wuetherick та інші. Зокрема В. Кравченко, Ю. Кузьменко, І. Сидорук, А. Сущенко, провели дослідження у галузі формального та інформального менторства у вищій освіті, а також академічного менторства. Вони вивчали компетентності менторів, які впливають на їхній професійний та особистісний розвиток.

Термін «ментор» походить з давньогрецької міфології, ментор, як мудра людина, був відомий тим, що до нього зверталися за порадами та допомогою [3]. Сьогодні науковці та практикуючі фахівці все частіше використовують терміни «ментор» і «менторство», коли говорять про підтримку однієї людини іншою.

Менті – це студент, який активно співпрацює з ментором, щоб поглибити свої знання, отримати цінний досвід і розвинути нові навички для досягнення своїх амбіційних цілей і особистого зростання.

Функції ментора включають наставництво, допомогу у визначенні напряму діяльності підопічного, ціннісне спрямування, підтримку у розвитку кар'єри,

надання можливостей для професійного і особистісного зростання, а також професійне консультування. Ментором може бути більш досвідчена і авторитетна людина [1]. Т. Спіріна підкреслює важливість менторства у допомозі людям, які потребують підтримки, зокрема студентам. Також він є ефективним інструментом у формуванні соціального успіху особистості [2].

Наставництво стає все більш популярним інструментом підтримки студентів у їхньому професійному та особистому розвитку. Однак, окрім впливу на академічні досягнення, важливо розглянути його роль у формуванні соціального успіху студентів. Соціальний успіх можна визначити як здатність індивіда ефективно взаємодіяти з оточуючими, створювати та підтримувати соціальні зв'язки, а також досягати своїх цілей через ці взаємодії.

Менторство, на нашу думку, є формою індивідуальної підтримки, при якій досвідчений фахівець надає рекомендації, ділиться знаннями та досвідом зі своїм підопічним. Ці відносини ґрунтуються на довірі, підтримці та спільній роботі для досягнення цілей. Даний інструмент сприяє розвитку комунікативних навичок студентів, особливо для тих, хто має труднощі у спілкуванні або є інтровертами, допомагає студентам почуватися впевненіше у соціальних взаємодіях, отримуючи корисний зворотний зв'язок та рекомендації. Ментори допомагають студентам розширювати свої соціальні зв'язки, представляючи їх іншим професіоналам та залучаючи до різноманітних подій та організацій, що сприяє створенню нових можливостей та розвитку самостійності. Ментори допомагають студентам визначити свої професійні цілі, надають поради щодо побудови кар'єри, сприяють розвитку навичок, необхідних для успішної професійної діяльності. Ефективні менторські програми сприяють успішній соціалізації студентів, покращенню їх комунікативних навичок та професійних компетенцій, а також надають психологічну підтримку у складні моменти. Розвиток та вдосконалення менторства у закладах вищої освіти є важливим завданням, яке сприятиме створенню більш інклюзивного та підтримуючого академічного середовища.

Таким чином, менторство має стати невід'ємною частиною системи вищої освіти в Україні, забезпечуючи студентам необхідну підтримку та сприяючи їхньому соціальному успіху.

Список використаних джерел:

1. Поліщук І. Менторство як передумова ефективного управління на державній службі. *Державна служба та публічна політика: проблеми і перспективи розвитку* : матеріали щоріч. наук.-практ. конф. за міжнар. участі, м. Київ, 2016 р. с. 110–112.
2. Спіріна Т. Програма менторської підтримки вразливих груп населення. *Науковий вісник Кременецького обласного гуманітарно-педагогічного інституту ім. Тараса Шевченка*. 2013. с. 132–137.
3. Bung P. C. Collaborative mentoring models in higher educational institutions: a win - win - win strategy for mentor, mentee, and the institution. *Journal of Advances in Business Management*. 2015. Vol. 1, no. 3. P. 197–203. URL: <https://doi.org/10.14260/jadbm/2015/23> (date of access: 30.09.2024).

СОЦІАЛЬНА ІНТЕГРАЦІЯ ЛЮДЕЙ З ІНВАЛІДНІСТЮ: ВИКЛИКИ СУЧАСНОСТІ

Соціалізація осіб з інвалідністю в сучасному світі, залишається актуальним питанням й потребує рішень, які прискорюють інтеграцію людини, яка отримала інвалідність у дорослому віці чи народилася зі стійкими порушеннями. Соціальна інтеграція людей з інвалідністю полягає у створенні рівних можливостей для їх участі в усіх аспектах суспільного життя. Згідно з дослідженнями Шапіро [4], важливо не лише забезпечити фізичну доступність, але й зменшити соціальні бар'єри, які перешкоджають інтеграції осіб з інвалідністю. Це включає зміни в ставленні суспільства до таких осіб.

Згідно з дослідженнями МакНами та Вогеля [3], інклюзивна освіта є ключовим елементом соціальної інтеграції. Однак, у багатьох країнах бракує інфраструктури та підготовлених фахівців для підтримки студентів з інвалідністю. Барнетт і Спенсер [1] зазначають, що дискримінація та недостатня адаптація робочих місць є значними бар'єрами на ринку праці для людей з інвалідністю. Підтримує таку думку і Мелтцер, який зазначає, що однією з найбільших перешкод є не застосування безбар'єрних рішень, особливо в питаннях архітектурної доступності та правової захищеності [5].

У дослідженнях Даффі та Еймса підкреслюється важливість архітектурної та інформаційної доступності для соціальної інтеграції. Відсутність пандусів, ліфтів та інших необхідних елементів ускладнює життя людей з інвалідністю. Інформаційна доступність, включаючи адаптацію інформації для людей з порушеннями зору або слуху, є критично важливою [3].

Пфайффер зазначає, що розробка інклюзивних соціальних програм та залучення людей з інвалідністю до економічного життя є ключем до їхньої соціальної інтеграції. Співпраця між державними органами, бізнесом і громадськими організаціями також має велике значення [6]. Україна ще у 2010 році підписала «Конвенцію ООН про права осіб з інвалідністю» та зобов'язалася забезпечити належні умови для життя та розвитку людей з інвалідністю, проте наразі ми ще маємо багато аспектів, де дана політика потребує покращення та реалізації не лише на папері, а й у реальному житті.

В Україні спостерігається низький рівень інтеграції людей з інвалідністю в суспільне життя через велику кількість бар'єрів, з якими стикаються такі особи. Соціалізація гальмується через недостатність доступу до громадських приміщень та інфраструктури, відсутність рівних можливостей у сфері зайнятості, освіти та інших сфер життя, обмежений доступ для отримання достатнього доходу та соціального захисту, стереотипи та недостатню освіченість суспільства щодо потреб та прав людей з інвалідністю.

Отже, виходячи з вищезазначеного, можна зробити висновок, що соціалізація осіб з інвалідністю в суспільне життя потребує комплексного підходу та має торкатися всіх аспектів життєдіяльності. Соціалізація осіб з інвалідністю покращить не тільки життя кожної людини з інвалідністю, а може принести

економічну вигоду державі, створюючи можливості для доступу до освіти, працевлаштування та всіх сфер суспільного життя.

Список використаних джерел:

1. Barnett, R., & Spencer, L. (2018). Barriers to Employment for People with Disabilities: A Global Perspective. *Labour and Disability Review*. URL: <https://labourstudies.org/barriers-employment-people-disabilities>
2. Duffy, M., & Ames, R. (2018). Architectural and Informational Accessibility: Key to Inclusion. *International Journal of Disability Policy*. URL: <https://ijdp.com/articles/architectural-accessibility>
3. McNamara, J., & Vogel, N. (2020). Inclusive Education and Employment Opportunities for Persons with Disabilities. *Journal of Special Education*. URL: <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0162643420905041>
4. Meltzer, H. (2017). Legislative Challenges in Implementing the CRPD in Ukraine. *International Journal of Human Rights*. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13642987.2017.1366696>
5. Pfeiffer, D. (2021). Disability and Society: Overcoming Social Barriers. *Disability and Rehabilitation Studies*. URL: <https://drstudies.org/disability-and-society>
6. Shapiro, J. (2019). The Disability Paradox: Integrating Persons with Disabilities into Society. *Disability Studies Quarterly*. URL: <http://dsq-sds.org/article/view/6205>

**О. П. Сергєєнкова, м. Київ,
o.serhieienkova@kubg.edu.ua**

**Ю. Г. Струнгар, м. Київ,
strunharj@gmail.com**

ВПЛИВ ЗМІ НА СПРИЙНЯТТЯ ОСОБИСТІСТЮ КРИЗОВИХ ПОДІЙ

Постановка наукової проблеми. Сучасні соціальні, економічні, політичні проблеми актуалізують питання щодо кризових ситуацій в житті людини, реагування, переживання та подолання. Присутність мас-медіа у житті особистості відіграють певну роль у формуванні її світогляду та сприйняття кризових подій.

Під час кризи особистість не може залишатися незмінною, їй не вдається осмислити актуальний психотравмуючий досвід, прикладом якого можуть бути знайомі, шаблонними категоріями або використовувати прості звичні моделі пристосування. Деякі ситуації можуть бути стресовими для всіх людей, вони стають кризами для тих, хто схильний до них в силу особистісних особливостей.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вивчення питання щодо впливу ЗМІ на свідомість і поведінку особистості мають декілька позицій дослідників зарубіжної психології. Так, позиції, близькі до біхевіоризму, займали такі дослідники, як У. Ліппман, Г. Бранц, Дж. Райлі, М. Райлі, Г. Лассуелл. Мас-медіа у рамках традиції структурного функціоналізму вивчали К. Ховленд, П. Лазарсфельд, Р. Мертон, Дж. Клаппер, Е. Ноель-Ноймані та інші. Оригінальні концепції взаємодії мас-медіа, соціальної реальності та аудиторії представлено в роботах М. Маклюєна, С. Болл-Рокеша та М. ДеФлера, П. Тіченор, Г. Донахью та

К. Олієна. Особливості діяльності ЗМІ, місце та роль мас-медіа, зокрема в українських реаліях, досліджували Л.В. Губерський, В.А Вергун, В.Ф. Іванов, А.З. Москаленко та інші.

Метою нашого дослідження було виявлення механізмів впливу ЗМІ на сприйняття особистістю кризових подій, обумовлені специфікою складного процесу медіа сприйняття.

Для реалізації поставленої мети нами було визначено завдання: проаналізувати та дослідити вплив ЗМІ на сприйняття особистістю кризових подій.

Результати та обговорення. Для виявлення механізмів впливу ЗМІ на сприйняття особистістю кризових подій, які мають специфіку складного процесу медіа сприйняття, було застосовано кількісні методи дослідження. Опитуваним впродовж 30 днів було продемонстровано 12 банерів з різною інформацією щодо протидії негативного впливу ЗМІ. Встановлено, що найвищий інтерес визвав банер №12 (Будьте медіаграмотними: перевіряйте джерела), банерами №9 (Сумніваєтесь? Перевірте!), №10 (Інформація - це сила. Перевіряй свою силу?) і №11 (Не дозволяйте себе обдурити) респонденти зацікавилися трохи менше, але ж банерами №1 (Завжди перевіряйте джерела новин, перш ніж ділитися ними) і №2 (Не довіряйте всьому, що читаєте в Інтернеті) зацікавилися респонденти у тричі менше ніж попередніми. Очевидно, що людей найбільше цікавить яким чином користуватися інструментами для перевірки джерел інформації щодо фейкового контенту.

Необхідно зазначити, що на попередження щодо фейкової інформації активно відреагували жінки у віці від 24 до 45 років (в середньому 26%), чоловіки у віці від 18 до 23 років (22,5%) і від 39 до 45 років (32,2%), у віці від 24 до 38 років (в середньому 12%), найменш пасивними були жінки та чоловіки по 3,3% у віці старше 59 років. Крім того, 55 % респондентів відчують тривожність у разі виявлення недостовірної інформації щодо кризових подій. При цьому у 26% респондентів така інформація викликає байдужість, а у 12 % і 6 % - гнів і розчарування, відповідно.

Також було показано, що за тиждень перегляду новин про кризові події 95% респондентів віддають перевагу YouTube, по 70 % - Facebook та Instagram, трохи менше 57 %, 41 % і 32 % - онлайн дошка оголошень, сайт медичної установи і сайт кіно, відповідно.

Висновки. В результаті дослідження впливу ЗМІ на сприйняття особистістю кризових подій доведено, що ЗМІ виконують свою основну місію впливу на людину, насамперед через подання негативної та недостовірної інформації. Встановлено вплив недостовірної інформації щодо кризових подій на психоемоційний стан респондентів. Найбільш активно на попередження про фейкову інформацію реагували жінки 24-45 років та чоловіки 18-23 і 39-45 років. Виявлено найбільш надійні та достовірні джерела для отримання інформації про кризові події.

Список використаних джерел:

1. Гриценко О. Українські ЗМІ в контексті глобальних процесів на початку ХХІ століття. Україна на шляху до Європи. Київ Етнос, 2014. С. 265-380.
2. Бут К.О. Медіареальність як складник сучасної інформаційної та

рекламної сфери. Журналістика та реклама: вектори взаємодії: тези доп. III Міжнар. наук.-практ. конф. Київ, 24 березня 2021 р. Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2021. 290 с.

3. Власенко Ф. П. Цінності інформаційного суспільства й розвиток сучасної особистості. Гуманітарний часопис. 2013. 4. С. 56-63.

Т. В. Скрипник, м. Київ,
t.skrypnyk@kubg.edu.ua

К. О. Москалюк м. Київ,
komoskaliuk.fpsrso23m@kubg.edu.ua

СУТНІСТЬ ПАРТНЕРСЬКОЇ ВЗАЄМОДІЇ МІЖ УЧАСНИКАМИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ

У сучасному інклюзивному освітньому просторі партнерська взаємодія між учасниками психолого-педагогічного супроводу дітей з особливими освітніми потребами (ООП) є ключовим фактором успішної реалізації індивідуальних програм розвитку. Вона сприяє створенню сприятливого середовища для навчання, розвитку та соціалізації таких дітей.

Поняття психолого-педагогічного супроводу трактується по-різному. М. Порошенко визначає його як комплексну систему заходів з організації освітнього процесу та розвитку дитини, передбачену індивідуальною програмою розвитку [2]. Т. Скрипник розглядає його як пролонгований процес, спрямований на попередження дестабілізаційних чинників та забезпечення оптимального розвитку дитини [3]. Незважаючи на різні підходи, сутність супроводу полягає у створенні найкращих умов для розвитку та навчання дитини з ООП.

Партнерська взаємодія ґрунтується на принципах рівноправності, взаємоповаги, довіри та відкритості. Вона передбачає активну участь усіх членів у визначенні цілей та стратегій супроводу дитини. Однак на практиці виникають виклики: розбіжності в професійній підготовці фахівців, відсутність координації та комунікації, обмеженість ресурсів, недостатня залученість батьків.

Особливої уваги потребує роль логопеда, оскільки мовленнєві труднощі ускладнюють спілкування та засвоєння знань дітьми з ООП. Логопед використовує різноманітні методики для вирішення індивідуальних завдань дитини. Проте без ефективної співпраці з батьками досягнення цілей стає складним випробуванням. Батьки мають глибоке розуміння сильних і слабких сторін своєї дитини та можуть посилити ефективність терапії, інтегруючи стратегії логопеда у повсякденне життя.

Однак особистісні тригери батьків, такі як неприйняття особливостей дитини, страх відповідальності, заперечення проблем у розвитку, можуть стати перешкодою для результативності терапії. Перехід до партнерської взаємодії вимагає часу, зусиль та терпіння, але є критично важливим для покращення життя дитини та її сім'ї.

Поняття «партнерство» у науковому контексті було вперше введено американською дослідницею Д. Епштейн на початку 90-х років ХХ століття [4]. В

українській науці воно набуло актуальності з появою Концепції «Нова українська школа», де партнерство розглядається як основа взаємодії вчителів, учнів та батьків [1]. Українські науковці трактують партнерську взаємодію як гуманістично орієнтований процес, заснований на рівноправності та взаємоповазі.

Ключовими характеристиками ефективної партнерської взаємодії, на нашу думку є:

Спільні цілі та мета: партнери поділяють бачення цілісного розвитку дитини з ООП та спільно встановлюють актуальні цілі, спираючись на принципи SMART.

Взаємна повага та довіра: учасники взаємодіють на основі відкритого спілкування, активного слухання та поваги до різноманітних точок зору.

Спільне вирішення проблем: партнери колективно ідентифікують перешкоди та розробляють стратегії їх подолання.

Прийняття рішень: усі сторони активно беруть участь у процесі прийняття рішень, що стосуються супроводу дитини.

Постійне навчання та вдосконалення: готовність до професійного розвитку та адаптації сприяє ефективності взаємодії.

Сутність партнерської взаємодії між учасниками психолого-педагогічного супроводу дітей з ООП полягає у створенні гармонійної співпраці між фахівцями та батьками, спрямованої на забезпечення найкращих умов для розвитку дитини. Це вимагає не лише професійної компетентності, але й особистісної готовності до відкритого діалогу та спільного прагнення досягти цілей. Лише через таку співпрацю можна успішно реалізувати індивідуальні програми розвитку та створити сприятливі умови для навчання та соціалізації дітей з особливими освітніми потребами.

Список використаних джерел:

1. Нова Українська школа. Київ. МОН, 2016. 40 с.
2. Порошенко М.А. Інклюзивна освіта: навчальний посібник. Київ. ТОВ «Агентство «Україна», 2019. 300 с.
3. Технології психолого-педагогічного супроводу дітей з аутизмом в освітньому просторі: навчально-наочний посіб. / Укладач - Скрипник Т. Київ. ТОВ «Видавничий дім «Плеяди». 2015. 56 с.
4. Epstein J. School and Family Partnerships. In: School, Family, and Community Partnerships: Caring for the Children We Share. Phi Delta Kappa Educational Foundation, Bloomington, IN, 1995. P. 11-22.

О. А. Сорокіна, м. Київ,
o.sorokina@kubg.edu.ua

Т. С. Рубчинська, м. Київ,
tsrubchynska.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ В УМОВАХ ІНКЛЮЗИВНОГО НАВЧАННЯ В ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

Постановка наукової проблеми. У сучасному українському суспільстві

спостерігається зростання кількості дітей з особливими освітніми потребами (ООП), які потребують психологічного супроводу. Вчителям, професійна діяльність яких безпосередньо пов'язана з роботою із дітьми з особливими потребами в умовах інклюзивного навчання у загальноосвітніх закладах (далі - ЗЗСО), часто доводиться стикатися з різноманітними порушеннями у розвитку учнів, що ставить перед педагогічною спільнотою нові виклики, пов'язані з інтеграцією таких дітей у освітнє середовище, та вимагає впровадження інклюзивної освіти. Адже створення умов, за яких всі діти, незалежно від їхнього стану здоров'я, можуть отримати якісні освітні послуги, є важливим завданням. При цьому, психологічний супровід вчителями дітей з ООП відіграє ключову роль у їхній адаптації та сприянні процесу інтеграції в інклюзивному навчанні.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасні наукові дослідження висвітлюють загальні теоретичні та практичні аспекти проблеми психологічного супроводу дітей у ЗЗСО. Так, напрацювання Н. Алексєєвої [1] присвячені визначенню сутності і характеристиці поняття психологічного супроводу дітей з ООП в умовах інклюзивного навчання, у дослідженнях О. Матвєєвої [3] розкрито компоненти ефективного психологічного супроводу дітей, умови здійснення ефективного психологічного супроводу дітей досліджує у своїх працях К. Гавриловська [2] та ін. Проте, виявлення ролі вчителів у здійсненні психологічного супроводу дітей з ООП в умовах інклюзивного навчання у ЗЗСО вимагає ґрунтовного теоретичного, методичного і практичного вивчення, що і зумовило вибір теми нашого дослідження.

Мета роботи - теоретичне обґрунтування, розробка та апробація тренінгової програми, спрямованої на формування психологічної готовності вчителів до інклюзивного навчання та здійснення ними психологічного супроводу дітей з особливими потребами в умовах інклюзивного навчання у закладах загальної середньої освіти.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети використовувались наступні методи: теоретичний аналіз, синтез, узагальнення наявних теоретичних положень з досліджуваної теми; авторська анкета з метою визначення мотивації вчителів до здійснення психологічного супроводу дітей з ООП в умовах інклюзивного навчання у ЗЗСО, опитувальник для виявлення психологічної готовності вчителів до супроводу дітей з ООП потребами в умовах інклюзивного навчання у ЗЗСО, орієнтаційну адаптовану анкету Б. Басса для визначення спрямованості особистості вчителів; кількісний та якісний аналіз отриманих результатів. Вибірку склали 22 респонденти - вчителі Опорного закладу загальної середньої освіти «Цмінівський ліцей» Манєвицької селищної ради Волинської області (основна школа).

Виклад основного матеріалу. Ґрунтуючись на аналізі теоретичних джерел, наведемо авторське визначення досліджуваного поняття. Так, на нашу думку, психологічний супровід вчителями дітей з ООП в умовах інклюзивного навчання у ЗЗСО - це цілісний процес, що включає низку заходів з психологічної підтримки дітей цієї категорії, спрямованих на створення сприятливих умов для навчання, розвитку самооцінки та позитивних взаємин, які забезпечують повноцінну участь дітей в освітньому процесі. Вчителям відводиться особлива роль у досліджуваному процесі, адже психологічна готовність вчителів до супроводу дітей з ООП є

ключовим чинником у налагодженні взаєморозуміння з особливими дітьми, їх підтримки, виявлення у них особистісних освітніх можливостей.

Серед умов здійснення ефективного психологічного супроводу дітей з ООП в умовах інклюзивного навчання, виокремимо такі: індивідуальний підхід до кожної дитини; підготовка та підвищення кваліфікації вчителів; створення доступного та безбар'єрного середовища; тісна взаємодія з батьками; надання групової та індивідуальної підтримки; постійний моніторинг і оцінка прогресу розвитку; забезпечення психологічної безпеки; регулярний обмін інформацією та зворотний зв'язок між усіма учасниками освітнього процесу: вчителями, психологами, батьками та дітьми.

Для виявлення рівнів розвитку досліджуваного явища ми провели констатувальний етап емпіричного дослідження. Результати діагностики показали, що в групі досліджуваних високий рівень психологічної готовності не був виявлений, середній рівень продемонстрували 64,0% вчителів, а низький - 36,0%. Наведені результати стали основою для розробки тренінгової програми, спрямованої на формування психологічної готовності вчителів до інклюзивного навчання. Розроблена тренінгова програма була спрямована на підвищення рівня інформаційно-теоретичної компетентності вчителів, формування сталої мотивації до супроводу дітей з особливими потребами та розвиток емпатії у ставленні до таких дітей.

Висновки. Отже, виявлене нами теоретичне підґрунтя досліджуваного явища стало базовим для здійснення подальшого емпіричного дослідження, яке, в свою чергу, підтвердило, що запропонована та апробована нами тренінгова програма є ефективною комплексною практичною розробкою, яка може бути успішно використана для психологічного супроводу вчителями дітей з ООП у ЗЗСО в умовах інклюзивного навчання.

Список використаних джерел

1. Алексеева Н. Психолого-педагогічний супровід дітей із особливими освітніми потребами : поняття та зміст. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2021. Т. 1. Вип 4. С. 148-152.
2. Гавриловська К. Психологічний супровід у складних життєвих обставинах. *Актуальні проблеми психічного здоров'я : збірник наукових праць за матеріалами Всеукраїнської студентської інтернет-конференції (25 травня 2023 р.)* / Ред. колегія: К. Гавриловська, Ю. Дем'янчук, І. Загурська, Н. Портницька, І. Тичина / Житомирський державний університет імені Івана Франка. Житомир, Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2023. С. 229-232.
3. Матвеева О. Напрями психологічного супроводу дітей з особливими освітніми потребами у закладі загальної середньої освіти. *Rocenska Ukrajinsko-Slovenska*. 2020. С. 71-80.

О. Р. Ткачишина, м. Київ,
o.tkachyshyna@kubg.edu.ua

К. В. Кабай, м. Київ,
kvkabei.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВІВ БУЛІНГУ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ ЗАКЛАДІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

Постановка наукової проблеми. У сучасному українському суспільстві проблема булінгу в ЗЗСО набула важливого значення як соціально-психологічне та педагогічне явище, яке є результатом комплексу соціальних, психологічних та педагогічних проблем. Особливо актуальною ця проблема стає в підлітковому віці, коли відбувається психофізіологічне дозрівання біологічних структур організму дитини, інтенсивний особистісний розвиток, який призводить до формування та усталеності уявлень підлітка про себе як про особистість.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема психологічних особливостей проявів булінгу була предметом дослідження багатьох науковців, різні її аспекти вивчалися такими вченими: А. Джуська [1], Н. Лалак [3], у працях А. Килівник [2], О. Чопенко [4] та ін. розкрито психологічні особливості підлітків, схильних до булінгу тощо.

Виклад основного матеріалу. Слід зазначити, що булінг - це форма вияву агресії, міжособистісного конфлікту, за якої одна людина (або група людей) систематично здійснює агресивні дії, спрямовані на іншу людину з метою заподіяння шкоди, страху чи душевного болю [1, с. 27]. Такі дії можуть проявлятися у фізичному насильстві, вербальних нападах, погрозах, поширенні чуток, ізоляції та інших формах насилля. Чинники, що спонукають до проявів булінгу в освітньому середовищі ЗЗСО: індивідуально-особистісні та соціальні чинники [3, с. 34]. Підлітки, схильні до булінгу часто виявляють певні психологічні особливості: низька самооцінка, нестабільність емоцій тощо [4, с. 214]. Зазначені особливості підлітків можуть бути чинниками, які схиляють їх до участі у актах булінгу [2, с. 167].

Під час проведення емпіричного дослідження (констатувальний етап), яке ґрунтувалося на психологічних методиках, спрямованих на виявлення рівнів агресивності підлітків (Методика оцінки агресивності у відносинах А. Ассінгера (модифікована для підліткового віку)), конфліктності підлітків (Опитувальник «Конфліктна особистість» (модифікований для підліткового віку)), рівнів самоствердження підлітків (Шкала самоствердження Розенберга, (модифікована для підліткового віку)), ми з'ясували загальний рівень проявів булінгу в освітньому середовищі ЗЗСО. А саме, виявлені на констатувальному етапі дослідження результати розподілилися за рівнями таким чином: по контрольній групі (КГ) високий рівень виявили 22,3% підлітків, середній рівень виявили 57,7% підлітків; низький рівень виявили 20,0% підлітків. По експериментальній групі (ЕГ): високий рівень виявлено у 42,3% підлітків; середній рівень виявили 55,3% підлітків; низький рівень виявили 2,4% підлітків. Тобто, загалом, рівень прояву булінгу в

освітньому середовищі ЗЗСО у експериментальній групі є завеликим та потребує корекції. Отриманий результат спонукав нас розробити тренінгову програму, спрямовану на подолання булінгу в освітньому середовищі ЗЗСО.

Висновки. Таким чином, створення освітнього середовища ЗЗСО, вільного від насильства, сприяння розвитку та самореалізації підлітків, формуванню у них здорового, безпечного способу життя передбачає комплексну роботу з подолання та профілактики булінгу в ЗЗСО. При цьому необхідно враховувати конкретну категорію учнів, із якою взаємодіє педагог.

Список використаних джерел

1. Джуська А. В., Джуський В. В. Булінг - порушення права дитини на повагу до її гідності. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського*. 2019. №2. С. 26-33.
2. Килівник А. М. Індивідуальні особливості схильності підлітків до булінгу. *Наукові записки ВДПУ імені Михайла Коцюбинського*. 2019. № 58. С. 167-172.
3. Лалак Н. В. Булінг в освітньому середовищі сучасного закладу загальної середньої освіти : теоретичний аспект. *Науковий вісник Мукачівського державного університету*. 2019. №1 (9). С. 34-35.
4. Чопенко О., Чайкіна Н. Психологічний аналіз впливу булінгу на поведінку підлітків в залежності від психосоціальної адаптивності. *Scientific Collection «InterConf»*. 2022. №138. С. 212-215.

В. Улибін, м. Київ,
v.ulybin@kubg.edu.ua

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ДІЯЛЬНОСТІ ЖУРНАЛІСТА У КОНТЕКСТІ РОБОТИ З ЖЕРТВАМИ ВОЄННИХ ЗЛОЧИНІВ

Робота журналіста з жертвами воєнних злочинів часто асоціюється з роботою пов'язаною із травмою, з якою мають працювати психологи. У цьому контексті медійники стикаються з історіями про смерть, поранення, сексуальне насильство або погрозу ним тощо. Відтак, вони повинні мати значний емоційний ресурс та бути психологічно готовим надати жертвам мінімальну первинну психологічну допомогу та усвідомлювати, що це однозначно вплине на власний психологічний добробут журналіста.

Журналісти часто побоюються, що розмова про болісний досвід може викликати ретравматизацію людини. Однак багато експертів із психотравми вважають, що це поняття може скоріше заплутати, ніж допомогти прояснити ризики.

Не варто забувати, що журналістика, яка упродовж років сприймалася як професія, що вимагає, по-перше, особливих психологічних рис, по-друге, письменницького таланту, відшліфованого навчанням і практикою, по-третє, знання комунікаційних технологій, потрапляє під владу аматорів, які для власників медій привабливіші, ніж професіонали, бо не ставлять завищених вимог [3].

Висвітлення воєнних дій є тяжким випробуванням для будь-якого медіа чи окремого журналіста. Мова йде не тільки про реальну небезпеку для здоров'я і життя репортера. У професійній складовій цієї роботи вкрай складно оцінювати й

зважувати уривчасту та суперечливу інформацію; з'ясувати, що саме відбувається, і подати об'єктивну картину подій, особливо якщо мова йде про рідну країну самого репортера [1].

В порадах щодо роботи із жертвами воєнних злочинів вказується, що коли люди говорять про болючі події в минулому, вони з високою ймовірністю відчують дистрес, що проявляється у втраті концентрації, підвищеній емоційності або заціпенінні та інших труднощах. Якщо журналісти працюють відповідально, цей дистрес буде тільки природним побічним продуктом тих минулих (або нинішніх) подій, а не свіжою травмою [4].

До інтерв'ювання людей, які пережили серйозні травми (поранених і понівечених солдатів, людей, які пережили полон, сімей загиблих або біженців тощо) журналісту потрібно підходити із повною відповідальністю і усвідомленням того, що вони можуть бути найпершою людиною, кому жертви будуть розповідати про свій пережитий досвід. Про досвід, який пережили жертви воєнних злочинів однозначно буде важко їм переповідати.

На думку дослідників та практиків, при роботі з жертвами воєнних злочинів варто враховувати декілька аспектів:

1. Найкраще дозволити особі, в якій ви хочете взяти інтерв'ю, обирати місце та час для розмови. Можливо, не варто починати з питань. Запропонуйте їй розказати те, що вона хоче. Можливо, знадобляться кілька зустрічей. Пам'ятайте, що людина могла втратити довіру до світу, і їй потрібно заново вчитися довіряти, в тому числі і журналісту.

2. Не апелюйте до справедливості, до того що після матеріалу все буде вирішено і всі будуть покарані і т. д. Цим ви можете ще більше в майбутньому травмувати людину.

3. Не давайте порожніх обіцянок, в яких не впевнені. Не дозволяйте власним емоціям взяти гору - ваше завдання слухати.

4. Краще брати інтерв'ю не одразу після пережитої травми, а через деякий час, оскільки психіка людини може бути ще в неадекватному стані. Люди можуть мати проблеми з пам'яттю, тому що їхня свідомість не вписала травматичний досвід.

5. Будьте обережні, копаючи глибоко — людина може не знайти елемент і щоб виправдати ваші очікування, вигідає його. Будьте уважними. Адже, зрештою, питання полягає в тому, чия це відповідальність: ваша, як журналіста, який переповість цю історію, чи людини, яка перебувала в певному психічному стані [2, с. 57-58].

Разом із тим, є перелік дій журналістів, яких варто уникати: надмірне інтерв'ювання джерела багатьма журналістами; примушування до обговорення деталей, яких людина не хотіла б розкривати; відкидання або ігнорування емоційного стану джерела; відсутність прозорості щодо використання свідчень людини [4].

Список використаних джерел:

1. Військова журналістика. український аспект: становлення української військової журналістики; місце військової журналістики у медіапросторі в період воєнного стану; правові підстави діяльності військових журналістів під час

воєнних дій / Укл.: Копотун І. М., Коропатнік І. М., Микитюк М. А., Павлюк О. О., Пасіка С. П., Петков С. В. Київ. ВД «Професіонал», 2023. 676 с.

2. Журналістика в умовах конфлікту: передовий досвід та рекомендації: Посібник рекомендацій для працівників ЗМІ. К.: «Компанія ВАІТЕ», 2016. 118 с.

3. Кость С. Журналістика і війна: навч. посібник. Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2016. 414 с.

4. Різ Г. Розслідування воєнних злочинів: Опитування постраждалих і вцілілих. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://gijn.org/ua/resurs-ua/rozsliduvanna-voennih-zlociniv-opituvanna-postrazdalih-i-vcililih/>. Дата звернення: 29.09.2024.

Є. Ю. Юревич, Київ,
yyurevych.fpsrso23m@kubg.edu.ua

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ МОТИВАЦІЇ ДО РОЗВИТКУ

Згідно з дослідженням Gradus Research в рамках Всеукраїнської програми ментального здоров'я, 77% українців відчують високий рівень стресу і знервованості, а 52% зізнаються в почутті тривожності та напруги [1].

Багато хто намагається впоратися з негативними емоціями самотійно, вдаючись до перегляду медіа, спілкування з друзями або часу з сім'єю. Тим не менш, тільки 3% регулярно звертаються за психологічною допомогою, хоча 40% відчують потребу в професійній підтримці. Це вказує на критичну потребу в розширенні доступу до психологічних послуг та підвищенні обізнаності про них, особливо під час воєнних та повоєнних умов.

Профілактика психологічних проблем та розвиток ресурсів стійкості через освітні програми, семінари, тренінги та засоби масової інформації має стати пріоритетом у психологічній просвіті. Це включає підвищення обізнаності про психологічну допомогу, методи самопомоги та доступність професійних психологічних послуг.

Важливу роль в результатах навчання відіграє мотивація. Мотивація охоплює різні психологічні фактори, що визначають напрям дій особи, її інтенсивність та витривалість. Мотивація - це внутрішній процес, який спонукає людину до дії, направляє її поведінку та підтримує цю діяльність [2].

Згідно з теорією самовизначення, розробленою Едвардом Деці та Річардом Раяном, люди мають три основні внутрішні потреби: потребу в автономії (прагнення бути вільним у своїх діях), компетентності (відчуття ефективності та майстерності) та зв'язку (відчуття приналежності та зв'язку з іншими) [4]. Задоволення цих потреб є критично важливим для внутрішньої мотивації, яка сприяє вибору дій, наполегливості та загальному благополуччю.

З метою дослідження факторів, що впливають на задоволення цих трьох внутрішніх потреб, було проведено опитування серед 68 учасників програми кадрового розвитку, співробітників національної мережі АЗК. В опитуванні використовувався «Опитувальник внутрішньої мотивації» в контексті навчального досвіду. За результатами опитування для кожного учасника визначалися показники

за чотирма шкалами. Задоволення від діяльності, Докладені зусилля, Почуття компетентності, Почуття самодетермінованості.

Аналіз результатів показав середню позитивну кореляцію за методом Спірмана ($r = 0.414$, $p < 0.001$) між рівнем задоволення від діяльності та почуттям компетентності. Також була визначена слабка позитивна кореляція за методом Спірмана ($r = 0.266$, $p = 0.028$) між рівнем задоволення від діяльності та почуттям самодетермінованості.

Таким чином можна зробити висновки, що елементи задоволення, інтегровані в навчальні програми, позитивно впливають на внутрішню мотивацію, посилюючи їх відчуття компетентності і можливо самодетермінованості, що в свою чергу може підвищити ефективність навчання.

Для впливу на рівень задоволення учасників з метою підвищення ефективності при створенні освітніх програм психологічної просвіти автори можуть передбачити для учасників можливість обрати зручний формат контенту (аудіо, відео, текст, схеми тощо), забезпечити зв'язок контенту з інтересами та мотивами учасників, створити підтримуюче середовище, підкреслювати успіхи та результати, формувати рейтинги та сертифікати.

В той же час учасники також можуть впливати на свій рівень задоволення. Для цього вони можуть формувати власні досяжні цілі від процесу навчання, ділити великі цілі на менші, керовані завдання, щоб відчувати постійний прогрес, фіксувати власний прогрес та відмічаючи проміжні результати, та передбачити власні нагороди за їх досягнення.

Список використаних джерел:

1. Психічне здоров'я та ставлення українців до психологічної допомоги. | Gradus Research. URL: <https://gradus.app/uk/open-reports/mental-health-and-attitudes-ukrainians-towards-psychological-assistance-during-war/> (дата звернення: 30.09.2024).
2. Курс «Мотиваційний менеджмент». Навчально-інформаційний портал ВП НУБіП України "Ніжинський агротехнічний інститут". URL: <http://moodle.nati.org.ua/mod/book/view.php?id=5272&chapterid=1141> (дата звернення: 30.09.2024)
3. Лизьнова А., Чупріна В. Управління мотивацією персоналу на підприємстві. URL: https://confcontact.com/2014_04_25_ekonomika_i_menedgment/tom4/34_Lyz_nova.htm (дата звернення: 30.09.2024).
4. Self-Determination Theory of Motivation - Center for Community Health & Prevention - University of Rochester Medical Center. University of Rochester Medical Center | UR Medicine. URL: <https://www.urmc.rochester.edu/community-health/patient-care/self-determination-theory.aspx> (date of access: 30.09.2024).