



АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ ОСОБИСТОСТІ : ТЕОРІЯ, ДОСВІТ, ПРАКТИКА

МАТЕРІАЛИ

Всеукраїнської науково-практичної конференції
(28-29 квітня 2022 р., м. Одеса, Україна)

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Державний заклад
ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ імені К. Д. УШИНСЬКОГО (м. Одеса)
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ТА ДИФЕРЕНЦІАЛЬНОЇ
ПСИХОЛОГІЇ СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНОГО
ФАКУЛЬТЕТУ

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ ОСОБИСТОСТІ : ТЕОРІЯ, ДОСВІТ, ПРАКТИКА

МАТЕРІАЛИ

Всеукраїнської науково-практичної конференції
28-29 квітня 2022 року

Одеса

ФОП Белий А.Є.
2022

УДК 159.9: 37.015.3

ББК 88.4

А 43

Друкується згідно рішення Вченої ради Соціально-гуманітарного факультету Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (Протокол № 6 від 17.02.2022 р.)

Актуальні проблеми психології особистості :
А 43 **теорія, досвіт, практика :** Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (28-29 квітня 2022 р.). / відп. ред. О. П. Саннікова. Одеса :ФОП Бєлий А.Є., 2022. 168 с.

ISBN 978-617-7757-40-4

Редакційна колегія

- Саннікова О. П. – *доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри загальної та диференціальної психології; відповідальний редактор;*
- Василенко І. В. – *кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та диференціальної психології;*
- Меленчук Н. І. – *кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри загальної та диференціальної психології;*
- Санніков О. І. – *доктор психологічних наук, професор кафедри теорії та методики практичної психології.*
- Кривдик В. Г. – *здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти.*

Матеріали збірника містять результати теоретико - емпіричних досліджень, що здобуті в процесі науково-дослідної роботи студентів, аспірантів та науковців, які навчаються і працюють у закладах освіти України.

Для студентів, аспірантів, молодих науковців, психологів, педагогів та широкого кола зацікавлених осіб.

За зміст та помилки, що можуть зустрічатися в тексті статей, несуть відповідальність автори.

ISBN 978-617-7757-40-4

© Університет Ушинського, 2022

ім. О. О. Богомольця НАН України, Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних Сил України. 2006. 395 с.

9. *Практическая психодиагностика. Методики и тесты : [учеб. пособ.] / Под ред. Д. Я. Райгородского. Самара : Издат. дом «Бахрах», 1998. 672 с.*

10. *Рибалка В. В. Культурно-психологічна концепція особистості: спроба синтезу теоретичних уявлень вітчизняних та зарубіжних психологів про особистість. Теорії особистості у вітчизняній психології та педагогіці: [навч. посіб.]. Одеса : Букаєв В. В., 2009. С 485-563.*

УДК 159.98

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ СТУДЕНТІВ У ПЕРІОД КАРАНТИННИХ ОБМЕЖЕНЬ

Петрушко К. Т.

*здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти,
Університет Ушинського*

Емоційна сфера людини поєднує у собі відображення зовнішніх впливів, внутрішніх переживань, ставлень до об'єктів та явищ навколишнього середовища. Емоції допомагають людині оцінити важливість певних подій та спрямовують її дії в залежності від того, які вимоги висуває середовище.

Протягом життя особистість розвиває свою стійкість до стресу, отримуючи щодня новий досвід. Ця характеристика є індивідуальною й виражається у можливості протистояти гострому чи хронічному стресу.

Сучасний світ диктує багато вимог та щоденно створює нові виклики, що спричиняє сильне емоційне напруження, появу стресу, апатії, тривоги, роздратування, негативних настроїв, фрустрації.

У процесі соціалізації особистості емоційна сфера відіграє важливу роль. Приналежність до суспільства – база потреба людини. Ця потреба є вродженою. У зв'язку зі зміною способу життя, відсутністю можливостей задоволення бажань

та нагальних потреб, дефіциту спілкування та взаємодії з іншими людьми відбуваються зміни і емоційній сфері.

Вивченням особливостей впливу стресових умов на емоційну сферу займалась низка вітчизняних та зарубіжних дослідників, зокрема, В. Абабкова, Ф. Александер, П. Анохін, І. Бех, Ю. Гундертайло, О. Зазимко, С. Ковальова, Р. Лазарус, Р. Ланер, Г. Ложкін, А. Маклаков, С. Максименко, О. Саннікова, Г. Сельє, К. Судаков, О. Чебикін, Ю. Щербатих, та інші.

Емоційне благополуччя особистості залежить від наявності та характеру соціальних зв'язків. На їх основі формується почуття безпеки, захищеності, впевненості. Від народження людина формує все нові соціальні контакти, які впливають на її розвиток та сприйняття себе. Суспільство наділяє особистість характеристиками та якостями, що відрізняють її від інших та надають їй індивідуальності.

Юнацький вік є сенситивним для становлення та розвитку, самовизначення, зрілості, моральності, самосвідомості. Провідною діяльністю у цьому віковому періоді стає навчання за професійним спрямуванням. Л. Божович та багато інших вчених вважають цей вік найбільш значущим для пошуку свого місця, своєї ролі, визначення особистої позиції та світогляду [5]. За Е. Еріксоном, студентські роки припадають на кінець юності та початок ранньої зрілості. На його думку, головним завданням цього віку є формування своєї Его-ідентичності. На цьому етапі відбувається активний розвиток, персоналізація та переструктурування психіки. Тому соціальні контакти на цьому віковому етапі є надзвичайно важливими для особистості [4].

Пандемія COVID-19 стала причиною вводу карантинних обмежень, однією з умов була самоізоляція. Будь-які соціальні контакти обмежувались неживим спілкуванням. Вимушена довготривала відокремленість стала причиною порушень психологічного здоров'я значної кількості населення. Збільшилась поява депресій, тривожних станів тощо. Невизначеність та неможливість передбачити перебіг подій сформувала умови хронічного стресу. В таких умовах під загрозу потрапила можливість задоволення основних потреб людини, як функціонального так і духовного значення [1].

За своєю природою людина є соціальною істотою та не

може жити в ізоляції. Рівень взаємодії з соціумом кожна людина визначає для себе самостійно, зважаючи на свої потреби. Незалежно від цього, спілкування та взаємодія є необхідними для усіх індивідів. Кожен контакт з іншими особами має емоційне забарвлення, без якого спілкування немає змісту та не може виконати своє основне завдання.

Особливо важко відображається тривала ізоляція на емоційному стані соціально активних людей та молоді, для якої спілкування має важливе значення. Соціальні контакти для студента по-особливому важливі. Без них неможливе формування особистості як незалежної, наділеної власними переконаннями, поглядами, цінностями. У сучасному світі існує багато альтернатив живому спілкуванню. Незважаючи на існування соціальних мереж молоді важко без живого спілкування, що є не лише бажаним, а й необхідним для становлення особистості у цьому віці. В умовах пандемії це є безпечним для фізичного здоров'я, але несе загрозу для психологічного. Відсутність емоційних контактів змушує людину почувати себе самотньою, незважаючи на частоту та обсяг віртуального спілкування [4].

Особистість у цьому віковому періоді формує особливе бачення майбутнього та своєї ролі в ньому. Взаємодія та знайомство з новими людьми, які мають різні риси та особливості, є незамінними для студента. Більша частина молоді починає самостійне життя, що дає змогу зіштовхнутись з проблемними ситуаціями, вирішення яких є їхньою турботою. Незважаючи на можливість прийняття хибних рішень, юнак вчиться відчувати та розуміти свою відповідальність. Так формується незалежність, самостійність, індивідуальність людини, віра та впевненість у своїх можливостях.

Молодь під час навчання проходить етап персоналізації завдяки засвоєнню нових вмінь, якостей, знань та особистому бажанні розвиватись. Студент вчиться бути не лише професіоналом, а й самодостатньою особистістю.

У цьому сенсі карантинні обмеження стали на заваді повноцінному функціонуванню молоді людини в соціальному середовищі. Ефективність пошуку себе, свого місця, формування очікувань від життя залежить від мотивованості, самосвідомості, особливостей характеру, розвитку

індивідуальних якостей. Для успішного зростання молодь має володіти багажем наполегливості, прагнень, переконань та ресурсів.

С. Д. Максименко вважає, що пізнавальна сфера, творчість та прагнення до особистого зростання є основою для розвитку в умовах тотального карантину. Але тут важливий обсяг особистих ресурсів, який в умовах хронічного стресу важко збагачувати [3].

Карантинні обмеження створюють перешкоди для повноцінного розвитку студентства, особливо це стосується юнаків молодших курсів. Важливу частину процесу пошуку себе займають хобі, що отримали обмеження у доступі. Розваги та дозвілля обмежились помешканням та інтернет ресурсами. В таких умовах розвиток молоді, активної людини стає неможливим.

Отже, тривалі карантинні обмеження негативно впливають на емоційну сферу студентів. Основною причиною є відсутність живого спілкування, що є необхідним для особистого розвитку та переходу до наступного етапу становлення. Для покращення емоційних станів необхідно збільшувати обсяг ресурсів та моральної підтримки.

Література

1. Досвід переживання пандемії Covid-19: дистанційні психологічні дослідження, дистанційна психологічна підтримка: матеріали онлайн-семінарів 23 квітня 2020 року «Досвід карантину: дистанційна психологічна допомога і підтримка» та 15 травня 2020 року «Дистанційні психологічні дослідження в умовах пандемії Covid-19 і карантину» : [електронне видання] / [за наук. ред. М.М. Слюсаревського, Л.А. Найдьонової, О.Л. Вознесенської]. Київ : ІСПП НАПН України, 2020. 121 с.

2. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: [підручник]. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.

3. Психологія і педагогіка у протидії пандемії COVID-19: Інтернет-посібник / за наук. ред. В.Г. Кременя; [координатор інтернет-посібника В.В. Рибалка; колектив авторів]. Київ : ТОВ «Юрка Любченка», 2020. 243 с.

4. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія. Київ : Академвидав (Альма-матер), 2005. 360 с.

5. Ушакова І. М. Вікова психологія: курс лекцій. Харків : НУЦЗУ, 2016. 123 с.