

**АКТУАЛЬНІ
ПРОБЛЕМИ
ПРАКТИЧНОЇ
ПСИХОЛОГІЇ**

Збірник наукових праць

Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції

17 травня 2024 р., м. Одеса

**MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE
STATE INSTITUTION "SOUTH UKRAINIAN NATIONAL PEDAGOGICAL UNIVERSITY
NAMED AFTER K.D. USHYNsky"**

*(Department of General and Differential Psychology,
Department of Psychiatry, Medical and Special Psychology,
Department of Theory and Methods of Practical Psychology)*

MOLDOVA STATE UNIVERSITY

(Department of Psychology)

UNIVERSITY OF THE NATIONAL EDUCATION COMMISSION, KRAKOW

(Institute of Psychology)

VILNIUS UNIVERSITY

(Institute of Psychology)

JOHNS HOPKINS UNIVERSITY

(Department of Psychology & Brain Sciences)

ODESA NATIONAL ECONOMIC UNIVERSITY

(Department of Language and Psychological and Pedagogical Training)

KHARKIV NATIONAL PEDAGOGICAL

UNIVERSITY NAMED AFTER H. S. SKOVORODA

(Department of Psychology)

CLASSICAL PRIVATE UNIVERSITY

(Department of Practical Psychology)

VASYL' STUS DONETSK NATIONAL UNIVERSITY

(Department of Psychology)

ODESA ASSOCIATION OF PSYCHOLOGISTS

**ACTUAL PROBLEMS
OF PRACTICAL PSYCHOLOGY**

Collection of scientific works

International Scientific and Practical Internet Conference

May 17, 2024

Odessa – 2024

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД «ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ К. Д. УШИНСЬКОГО»**

*(кафедра загальної та диференціальної психології,
кафедра психіатрії, медичної та спеціальної психології,
кафедра теорії та методики практичної психології)*

ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ МОЛДОВИ

(кафедра психології)

УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ КОМІСІЇ НАРОДНОЇ ОСВІТИ В КРАКОВІ

(Інститут психології)

ВІЛЬНЮСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ

(Інститут психології)

УНІВЕРСИТЕТ ДЖОНСА ГОПКІНСА

(кафедра психології та досліджень про мозок)

ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

(кафедра мовної та психолого-педагогічної підготовки)

ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ

УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ Г. С. СКОВОРОДИ

(кафедра психології)

КЛАСИЧНИЙ ПРИВАТНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

(кафедра практичної психології)

ДОНЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА

(кафедра психології)

ОДЕСЬКЕ ТОВАРИСТВО ПСИХОЛОГІВ

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Збірник наукових праць

Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції

17 травня 2024 року

Одеса – 2024

**ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ТА ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО
ЗДОРОВ'Я ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІД ЧАС ВІЙСЬКОВОГО
КОНФЛІКТУ**

Помилуйко А.Ф.327

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ТРИВОЖНОСТІ В
ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ ТА ЇХ КОРЕКЦІЯ**

Санду О.С., Мельничук І. В.332

**КОРЕКЦІЯ ТРИВОЖНОСТІ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ МЕТОДАМИ АРТ-
ТЕРАПІЇ**

Сизова Л. В., Мітіна С. В.335

**ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЕМОЦІЙНО-ОСОБИСТІСНИХ
ОСОБЛИВОСТЕЙ НА МОТИВИ ТАТУЮВАННЯ**

Павлінова О.В, Чебикін О. Я338

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВИГОРАННЯ

Коршун І.О., Дідух М.Л.340

**ПРОБЛЕМА ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ
ПСИХОЛОГА КРИЗА ТА СПОСОБИ ЇЇ ПОДОЛАННЯ**

Слівінський О.Ю., Дідух М.Л.343

**СПРИЙНЯТТЯ СЕНСУ КАЗОК ЯК ПІДГРУНТЯ МОРАЛЬНИХ
НАВИЧОК У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Ткаченко А.А., Сидоріна О.В.347

**ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ НА МІЖОСОБИСТІСНІ ВІДНОСИНИ
ШКОЛЯРІВ МОЛОДШОГО ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ**

Шмаленко Ю.О., Денисенко А.О.349

**ВПЛИВ ОНЛАЙН-ПРОВЕДЕНОЇ ТЕХНІКИ САМОСПРЯМОВАНOSTІ
НА СУБ'ЄКТИВНЕ СПРИЙНЯТТЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО
БЛАГОПОЛУЧЧЯ**

Дубровська Ю.О.353

**ОСОБЛИВОСТІ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ПСИХОЛОГА В
КОНТЕКСТІ ПСИХОЛОГІЇ**

Квасильчук М.О.355

**ПРИЧИНИ ВИНИКНЕННЯ СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ В
ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ**

Іжикевич І.А.359

**САМООЦІНКА ЯК ЧИННИК ПОДОЛАННЯ КРИЗОВОГО СТАНУ У
МОЛОДІ**

Миронова Т.О., Ситнік С.В.362

**ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН
СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

Хекоян Е.А.366

ОСОБЛИВОСТІ ПОДРУЖНИХ КОНФЛІКТІВ ТА ЇХ ПСИХОКОРЕКЦІЯ

Яровенко Ж.О.369

1) емоційне виснаження, що проявляється у відчутті роздратованості від роботи та емоційній зневазі;

2) деперсоналізація або дегуманізація, виявляється в цинічному та негативному ставленні до оточуючих, внаслідок чого стосунки з колегами можуть деформуватись, і з'являється відчуття провини, зокрема людина уникає навантажень, обираючи автоматичний режим функціонування;

3) зменшення особистих досягнень, що проявляється у відчутті особистої некомпетентності та низькій оцінці власних успіхів, можливостей та службових переваг, що веде до низької самооцінки та відчуття незадоволеності.

У підсумку, виявлено, що фахівці, що працюють у сфері взаємодії людина-людина, виявляють найбільшу вразливість до розвитку синдрому емоційного вигорання. Це веде до психічного дискомфорту, зменшення задоволення від професійної діяльності та може призвести до появи психосоматичних порушень, що безпосередньо впливають на якість життя працівників [4].

Прогресування цього синдрому може спричинити втрату ключових складових професійно-особистісних компетенцій і досягнення фінальної стадії депресивної невротизації особистості. Чим більша впевненість особи у власній компетентності та здатність ефективно вирішувати життєві ситуації, тим менше ймовірність виникнення емоційного вигорання на робочому місці.

Таким чином, емоційне вигорання може еволюціонувати у професійне вигорання – глобальний негативний феномен, який охоплює всю сферу професійної діяльності особистості. Це стає критичним фактором для педагогічних працівників. Тому підтримка психологічного здоров'я цієї категорії працівників є вельми важливою задачею не лише у сфері освіти, але й для суспільства загалом.

Література

1. Дудяк В. Емоційне вигорання : Главник, 2007. 128 с.
2. Ананьев Б.Г. Избранные труды по психологии : Изд-во ЛГУ, 1974. С. 5- 8.
3. Піговська С. Профілактика синдрому професійного вигорання. *Психолог.* 2011. № 14-15. С. 49-54.
4. Думанська Г. Синдром емоційного вигорання у педагогів. *Психолог.* 2010. № 45. С. 3-5.

ПРОБЛЕМА ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПСИХОЛОГА КРИЗА ТА СПОСОБИ ЇЇ ПОДОЛАННЯ

Слівінський О.Ю., Дідух М.Л.

*Державний заклад «Південноукраїнський національний
педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»
(м. Одеса, Україна)*

Вивчення поняття професійної ідентичності охоплює широкий спектр наукових напрямків, включаючи філософію, психологію, соціальну психологію та соціологію. Для нашого дипломного дослідження важливо враховувати різні погляди та підходи до цього явища для отримання всебічного розуміння та розгляду його перспектив. Однак перед розглядом феномену професійної ідентичності слід розглянути визначення та сутність терміну "ідентичність" [1].

Існують різні визначення терміну "ідентичність" в різних наукових підходах, таких як функціоналізм, когнітивізм, символізм, інтеракціонізм та постструктуралізм, що пов'язані з різними концептуальними ракурсами, такими як сучасність та постмодернізм, які слід враховувати. Крім того, різні погляди виникають щодо ідентичності, як якості, яка формується в процесі суспільного відтворення за сучасними уявленнями, як запропоновано Дюркгеймом, або як конструкта, що змінюється протягом життя під впливом контекстуальних чинників, особливо в контексті постмодернізму.

Варіативність у розумінні концепту "ідентичність" через його зв'язок з такими конструктами, як я, дискурс, наратив, структура, агентура, відображення та емоційний аспект, призводить до високої складності цієї поняття. З метою кращого розуміння цієї проблеми, важливо переглянути зміст та сутність ідентичності.

Зараз ідентичність розглядається як набір символів, що не може бути статичним атрибутом конкретної особи, але представляє собою динамічний, реляційний та ситуативно-об'єктний умовивід. Кожна особа має кілька ідентичностей, які взаємодіють одна з одною, але їх основна ідентичність може змінюватися в різних контекстах залежно від обставин. Теорії ідентичності розглядають це явище з двох вимірів: особистість та колективність.

Особистість включає індивідуальний аспект, що відображається у внутрішніх переживаннях соціальних позицій та значень як частини структури Я, а також соціальний аспект, пов'язаний з впливом культурних цінностей та соціальних ситуацій на спілкування особистості з групою. Колективна ідентичність, з іншого боку, описує взаємодію між членами групи на рівні спільних дій та призначень.

Таким чином, розуміння ідентичності може бути представлене через "Три обличчя ідентичності", як це описують Оуенс, Робінсон і Сміт-Ловін [2].

При вивченні теорій ідентичності необхідно враховувати індивідуальний вимір, який асоціюється з інтеракціонізмом та відповідає за взаємодію між поняттям ідентичності та поняттям Я. Згідно з Мідом, розуміння ідентичності веде до розділення себе на дві складові: «я» і «не я». Перша складова відображає спонтанне та динамічне Я, яке сприймається як пізнаючий, тоді як друга складова відображає вивчені перспективи та включає в себе ставлення, яке інтегрує Я. Це підкреслює соціальний аспект ідентичності.

Як результат, Я є продуктом розуму людини, що виникає з рефлексивної дії та взаємодії з іншими. Його рефлексивний характер полягає в тому, що людина сприймає себе як об'єкт, який можна класифікувати або ідентифікувати відповідно до соціальних категорій чи класифікацій.

Процес формування ідентичності поділяється на дві складові: «самокатегоризацію» в теорії соціальної ідентичності та «ідентифікацію» в теорії ідентичності. Спочатку, соціальна ідентичність (пов'язана з ідентифікацією з групою) дозволяє визначити «хто є» конкретна особа. У той же час, теорія ідентичності (пов'язана з прийнятою роллю) визначає «що робить» ця

особа. З'єднання цих двох аспектів стає ключовою характеристикою ідентичності людини.

В результаті об'єднання "бути" та "робити", між сприйняттям та поведінкою, між рефлексією та свободою волі, відбувається саморозвиток через взаємодію з соціальним середовищем. Динаміка цих операцій визначається життєвими умовами, що залежать від індивідуальних рішень, а також від того, «ким бути», зокрема в контексті реконструктивних зусиль, які робить людина.

Активна участь в конструюванні ідентичності також вимагає мотиваційних процесів самоефективності (згідно з теорією ідентичності) та самооцінки (згідно з теорією соціальної ідентичності), яка в свою чергу залежить від зв'язку суб'єкта з соціальною роллю. Ця ідентифікація та рефлексія визначають центральну мотивацію для особистості, дозволяючи їй взаємодіяти з різними варіантами зобов'язань і дій. Через внутрішній діалог, суб'єкти розуміють свої минулі дії та здійснюють дії в сьогоденні, а також планують майбутнє, враховуючи як те, що вони роблять (пов'язане з роллю та з самоефективністю), так і те, ким вони є та ким хочуть бути (пов'язане з ідентифікацією та самооцінкою).

Ця концепція також тісно пов'язана з соціальним аспектом індивідуальної ідентичності, в який входять професійні ідентичності. Індивіди проектують свою ідентичність шляхом ідентифікації з професійною групою, використовуючи свою здатність обирати «що» вони хочуть робити в майбутньому (випереджувальна соціалізація) та «якими» вони хочуть бути (випереджувальна рефлексія). Сфард і Прусак описують ці ідентичності як «призначені», що відображає результат вибору ідентифікації особи з певною професійною групою.

Дана ідея визначених професійних ідентичностей вважається динамічним дискурсивним процесом, що включає постійну інтерпретацію та реінтерпретацію досвіду. Джебріл описує чотири етапи розвитку професійної ідентичності: перший етап включає підготовчий та пошуковий стадії, які відбуваються в дитинстві та підлітковому віці з активною роллю випереджувальної соціалізації; другий етап - навчальний, де особистість вперше починає ідентифікувати себе з обраною професією; третій етап - професійний, коли особистість починає поєднувати теорію і практику і використовує випереджувальне відображення для переосмислення минулого досвіду; четвертий етап – постпрофесійний, що відображає зміни у професійній ідентичності після реформ. Це розуміння професійної ідентичності включає соціальну ідентичність, коли особа ідентифікує себе з професійною групою і виконує відповідну роль, а також мобілізує спільну дію, коли відчувається спільність з групою через спільний досвід і емоції. Ця спільна дія відокремлює соціальну ідентичність від колективної ідентичності.

Колективна ідентичність виявляється у спільних діях та спільному використанні значень і соціальних уявлень, пов'язаних з певною професією, як на місцевому, так і на глобальному рівні. Ця концепція включає у себе ідею спільнот практики, де учасники діляться знаннями та сприяють формуванню колективу.

Дослідження вказують на сильну присутність авторів у символічному інтеракціонізмі та постмодерністській теорії, що базується на постструктуралізмі. Це спричинило глибокі зміни в сприйнятті ідентичності через глобалізацію, яка привела до нестабільності і невизначеності. Тепер ідентичність розглядається як постійно змінний, динамічний та фрагментований процес. В постмодерністській перспективі ідентичність вже не вважається сталою характеристикою особистості, але як результат постійних роздумів і промов про досвід, під впливом владних відносин у різних контекстах. Деякі автори також розглядають ідентичність з позицій інтеракціонізму, що дозволяє оцінити взаємодії між особистістю та середовищем. Однак, інші критикують функціоналізм, стверджуючи, що необхідно надати більше свободи особистості в прийнятті рішень, щоб уникнути однобокості впливів. Таким чином, постмодерністський погляд на ідентичність підкреслює нестабільність і вплив як зовнішніх, так і внутрішніх чинників на формування і вираження ідентичності.

У зв'язку з нестабільністю ідентичності, яка є результатом постійних змін в часі і просторі (різні контексти та ситуації), виникає питання про те, як людина сприймає себе та діє у різні моменти і у різних умовах. Відсутність чітких відповідей з сучасної і постмодерної перспективи на це питання веде до запропонованого Аккерманом і Меєром альтернативного підходу. Їхнє трактування ідентичності як діалогічного процесу між постмодернізмом і сучасними концепціями враховує різноманітність та постійні зміни, які відбуваються у взаємодії особистості з оточуючим світом. Людина усвідомлює, що залишається тією ж самою особою незважаючи на зміни, які відбуваються у взаємодії з іншими в різних соціальних, культурних та історичних контекстах. Цей підхід враховує взаємовпливи між індивідуальним та соціальним компонентами ідентичності, а також вплив контексту на формування і розвиток громадської ідентичності.

Таким чином, взаємодія між особою та конкретною групою, наприклад, професійною, через процес ідентифікації з культурним та ситуаційним контекстом, породжує соціальний аспект індивідуальної ідентичності. При розгляді професійної групи, побудова професійної ідентичності передбачає безперебійну інтеграцію внутрішніх та зовнішніх факторів у поведінці людини, що визначає професійне "Я" і сприяє ідентифікації з обраною професією. Ця інтеграція формує особистість та різні професійні ідентичності, які відображаються у вчинках та ставленні до професії. Цей процес розпочинається з дитинства через культурний вплив і досвід навчання, що сприяє випереджувальній соціалізації [4].

Література

2. Адлер А., Джеймс У., Парфіт Д., Кулі, Ч., Міддом Д., Краппман Л., Мухіна В. С. Теоретичні підходи до вивчення професійної ідентичності у психології. Харків. 2014. 257 с.
3. Case, P., Sparks, P., and Pavey, L. Identity appropriateness and the structure of the theory of planned behaviour. *Br. J. Soc. Psychol.* 2016. 55. Pp. 109–125.
4. Giddens A. *Modernidade e Identidade Pessoal*. 2nd ed. Oeiras: Celta Editora 1997. 259 p.

4. Phillips D, Fawns R, Hayes B. From personal reflection to social positioning: the development of a transformational model of professional education in midwifery. *Nurs Inq.* 2002; 9(4): Pp. 239-49.

СПРИЙНЯТТЯ СЕНСУ КАЗОК ЯК ПІДГРУНТЯ МОРАЛЬНИХ НАВИЧОК У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Ткаченко А.А., Сидоріна О.В.

Комунальний заклад «Прилуцький гуманітарно-педагогічний фаховий коледж ім. І.Я. Франка»

(м. Прилуки, Чернігівська обл.)

На думку багатьох сучасних психологів, молодший дошкільний вік є ідеальним для прищеплення моральних навичок та зразків етичної поведінки. Саме в цей період починає формуватись дитяча особистість. Цей процес тісно пов'язаний з розвитком емоційно-вольової сфери, із формуванням інтересів та мотивів поведінки, на яку впливають взаємини з дорослими. Важливим новоутворенням цього періоду є довільна поведінка, яка опосередкована нормами та правилами.

Джерелом емоційних переживань дитини є її діяльність, спілкування з світом, що її оточує. Важливе значення у формуванні моральних почуттів мають дитячі уявлення про взірці, що варті наслідування, які дозволяють передбачати емоційні наслідки власної поведінки: позитивні чи негативні. Дитина гостро переживає як невдачі, так і задоволення від подолання перешкод і труднощів. Таким чином, молодший дошкільний вік – це вже повноцінна маленька особистість, яка вчиться адаптуватися до будь-яких обставин та до будь-якого середовища.

У своїй праці «Емоційний інтелект у дитини» сучасний психолог Джон Готтман зазначає, що казка є «відмінним засобом емоційного виховання». Коли малюк слухає казку, у нього акцентується уява, формується образне мислення, що сприяє виникненню сильних емоцій та відчуттів щодо почутих подій. Процес сприйняття казки відбувається поступово, дитина з радістю і цікавістю занурюється в уявний нереальний світ, активно діє в ньому, творчо його перетворює, сприймає все, що відбувається, як реальні події, співпереживає персонажам. Дошкільник подумки бачить образи героїв, разом із ними переживає сюжет, тож починає вболівати за них, співчувати, радіти, відчувати відразу, страх чи гнів. Завдяки казці дитина пізнає світ не тільки розумом, а й серцем. Вона відгукується на події та явища навколишнього світу, показує своє ставлення до добра і зла. Без казки немає в дитини ні мрії, ні чарівної країни, де збуваються всі бажання. Таким чином, читання казок дітям – це процес, що залишає помітний та позитивний відбиток у психіці дитини, тому виступає потужним засобом для виховання позитивних рис характеру в молодших дошкільників.

Як зазначають психологи, від двох до п'яти років поступово здатність дитини образно уявляти та фантазувати, таким чином мозок малюка готовий до сприйняття чарівних казок. Діти вже дуже добре розуміють задум героя, якщо він проявляється безпосередньо в дії. У казках, де завдання героя дається в заборонах та даються вказівки іншим героям, діти чотирьох років легко