

**ПЕДАГОГІЧНИЙ АЛЬМАНАХ  
«АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ  
ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ:  
ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА»**

**Збірник матеріалів**

**V Всеукраїнської конференції  
здобувачів вищої освіти і молодих учених**

***(6 листопада 2025 року)***



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
Державний заклад  
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ  
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені К. Д. УШИНСЬКОГО»

ФАКУЛЬТЕТ ДОШКІЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ  
КАФЕДРА СІМЕЙНОЇ ТА СПЕЦІАЛЬНОЇ  
ПЕДАГОГІКИ І ПСИХОЛОГІЇ

**Збірник матеріалів**  
***V Всеукраїнської конференції***  
***здобувачів вищої освіти і молодих учених***

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ**  
**ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ:**  
**ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА**

**Випуск 5**  
6 листопада 2025 року

Одеса  
Видавництво ТОВ «Лерадрук»  
2025 рік

Рекомендовано до друку Вченою радою університету Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського» (протокол №5 від 30.10.2025).

**Рецензенти:**

**Листопад О. А.** – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри дошкільної педагогіки, ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»;

**Бабчук О. Г.** – кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології та педагогіки, Одеський державний університет внутрішніх справ.

Педагогічний альманах «Актуальні проблеми дошкільної освіти: теорія та практика»: збірник матеріалів V Всеукраїнської конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених (6 листопада 2025 року). Одеса: Видавництво ТОВ «Лерадрук», 2025. Вип. V. 284 с.

**ISBN: 978-617-7768-55-4**

**Організаційний комітет:**

Богуш А. М. – дійсний член НАПН України, доктор педагогічних наук, професор (голова);

Сторож В. В. – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри сімейної та спеціальної педагогіки і психології (заступник голови);

Кавиліна Г. К. – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри сімейної та спеціальної педагогіки і психології (відповідальний секретар);

Булгакова О. Ю. – доктор психологічних наук, доцент, декан факультету дошкільної педагогіки та психології;

Тубичко Ю. О. – старший викладач кафедри сімейної та спеціальної педагогіки і психології.

*Матеріали збірника відображають наукові дослідження і їх результати, здобуті в процесі науково-дослідної роботи студентів та молодих науковців, які навчаються у закладах вищої освіти України.*

*Відповідальність за зміст, точність цитат, прізвищ і представлених даних несе автор.*

|                                                                                                                                     |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| ronment in preschool institutions.....                                                                                              | 196 |
| <i>Tubychko Y. O. Peculiarities of communicative speech development of elder preschool children with moderate mental delay.....</i> | 202 |

#### **Розділ IV. Професійні якості майбутніх фахівців дошкільних закладів**

|                                                                                                                                        |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <i>Бабчук О. Г., Гонка В. В. Психологічне благополуччя особистості: сучасні підходи та методи його розвитку.....</i>                   | 210 |
| <i>Бабчук М. І., Гевчук В. Г. Роль індивідуально-особистісних особливостей у становленні комунікативної толерантності.....</i>         | 215 |
| <i>Бабчук М. І., Войнаровська Л. М. Психологічні особливості прояву нарцисизму особистості.....</i>                                    | 221 |
| <i>Демко Н. О. Проблема булінгу: психологічні, когнітивні та соціальні наслідки.....</i>                                               | 226 |
| <i>Бабчук М. І., Моспаненко С. В. Психологічні чинники віктимної поведінки.....</i>                                                    | 232 |
| <i>Кавиліна Г. К. Розвиток адекватної самооцінки у дітей старшого дошкільного віку в умовах ЗДО.....</i>                               | 237 |
| <i>Бабчук М. І., Самборик С. Г. Теоретичне осмислення феномену міжособистісних відносин у психології.....</i>                          | 243 |
| <i>Бабчук М. І., Стоянова А. А. Психологічні наслідки професійного стресу педагога: феномен фрустрації....</i>                         | 248 |
| <i>Бабчук М. І., Рябченко А. В. Психологічні особливості образу тіла особистості.....</i>                                              | 253 |
| <i>Babchuk M. I., Shlyakhtina O. V. Women's self-realization in the context of gender inequality: the psychological dimension.....</i> | 258 |
| <i>Гришук М. С. Психологічні особливості становлення агресивності в підлітковому періоді.....</i>                                      | 264 |
| <i>Дудаш М. Е. Емоційний інтелект як чинник особистісного розвитку та професійної самореалізації.....</i>                              | 268 |
| <i>Комарницька І. В. Психологічні аспекти готовності до саморозвитку та особистісних змін.....</i>                                     | 273 |
| <i>Мач Р. М. Роль музики у процесі емоційної саморегуляції.....</i>                                                                    | 278 |

*Актуальні проблеми психології*, 2021, Т. 10, № 6, С. 32–41.

7. Bradberry, T., & Greaves, J. *Emotional Intelligence 2.0*. TalentSmart, 2019.

8. Boyatzis, R. E., & McKee, A. *Resonant Leadership: Renewing Yourself and Connecting with Others Through Mindfulness, Hope, and Compassion*. Boston: Harvard Business School Press, 2005.

9. Caruso, D. R., & Salovey, P. *The Emotionally Intelligent Manager: How to Develop and Use the Four Key Emotional Skills of Leadership*. Jossey-Bass, 2004.

10. Cherniss, C. Emotional Intelligence: Toward Clarification of a Concept. *Industrial and Organizational Psychology*, 2010, 3(2), 110–126.

11. Goleman, D. *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books, 2011.

12. Maslach, C., & Leiter, M. P. *Burnout: The Cost of Caring*. Cambridge: Malor Books, 2016.

13. Mayer, J. D., & Salovey, P. What is Emotional Intelligence? In: P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications*. New York: Basic Books, 1997.

14. Reivich, K., & Shatté, A. *The Resilience Factor: 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life's Hurdles*. New York: Broadway Books, 2018.

## **ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ГОТОВНОСТІ ДО САМОРОЗВИТКУ ТА ОСОБИСТІСНИХ ЗМІН**

**Магістрантка І. В. Комарницька**

Проблема самозмінювання особистості, тобто її здатності до внутрішньої трансформації, саморозвитку та свідомого управління власними змінами, є однією з ключових у сучасній психологічній науці та практиці. Вона охоплює фундаментальні питання становлення суб'єктності, усві-

домлення власного потенціалу та здатності людини впливати на власну життєву траєкторію. У контексті глобалізації, швидких соціальних змін і зростання рівня невизначеності в сучасному світі саме здатність до самозмінювання стає важливим показником психологічної зрілості, життєстійкості та конкурентоспроможності особистості.

Український психолог І. Д. Бех у своїй концепції особистісного саморозвитку підкреслює, що прагнення до самозмінювання є показником суб'єктності людини, її здатності виступати активним творцем власного життя, а не пасивним об'єктом зовнішніх впливів [1]. Учений вважає, що головним чинником самозмін є морально-ціннісна самосвідомість, яка забезпечує особистості орієнтацію на смислові цілі, внутрішню узгодженість і відповідальність за власний розвиток. З позицій Беха, самозміна відбувається тоді, коли людина осмислює суперечності між тим, ким вона є, і тим, ким прагне бути, саме ця внутрішня напруга стимулює рух до вдосконалення.

Схильність до самозмінювання визначає рівень адаптаційних можливостей, тобто здатності людини ефективно пристосовуватися до нових умов, переосмислювати життєві ситуації, долати труднощі та зберігати внутрішню рівновагу. Вона тісно пов'язана з гнучкістю мислення, яка передбачає готовність змінювати когнітивні схеми, ставити під сумнів власні переконання, шукати нові способи вирішення проблем. Людина, схильна до самозмін, не сприймає помилки як невдачі, а трактує їх як можливості для навчання і розвитку.

Вагомий внесок у дослідження самозмінювання зробив С. Д. Максименко, який у своїй генетико-моделюючій теорії розвитку особистості розглядає самозміну як результат інтеграції зовнішніх впливів і внутрішніх закономірностей становлення психіки [2]. Учений стверджує, що психологічними чинниками, які сприяють самозмінюванню, є рефлексивність, усвідомленість, внутрішня мотивація та креативність. Здатність до рефлексії дозволяє людині

осмислювати власний досвід, коригувати поведінку та створювати нові життєві стратегії, що й забезпечує розвиток суб'єктності.

Водночас цей процес неможливий без саморегуляції уміння усвідомлювати власні емоційні стани, контролювати поведінкові імпульси та зберігати цілеспрямованість навіть у ситуаціях фрустрації. Саморегуляція виступає базовим механізмом внутрішньої гармонії, що забезпечує узгодженість між думками, емоціями й діями. Вона формує підґрунтя для самореалізації, тобто вміння реалізовувати власні цінності, здібності й життєві цілі в реальних соціальних умовах [5].

Наукова школа Т. М. Титаренко розглядає самозмінювання крізь призму психології життєтворчості. Дослідниця наголошує, що потреба у самозміні виникає у процесі подолання життєвих криз і пов'язана з умінням надавати нових смислів власному досвіду [3]. На її думку, важливим чинником є екзистенційна гнучкість – здатність приймати невизначеність, шукати нові форми самореалізації та розширювати межі власного «Я».

Самозмінювання – це не одноразовий акт, а тривалий динамічний процес, у якому взаємодіють когнітивні, мотиваційно-вольові, емоційні та ціннісно-сміслові компоненти. Когнітивна складова забезпечує усвідомлення потреби у змінах, аналіз власного досвіду та формування нових стратегій поведінки. Мотиваційно-вольова – сприяє актуалізації внутрішніх ресурсів, постановці цілей і наполегливості в їх досягненні. Емоційна регулює ставлення до самого процесу самозміни, підтримує впевненість, віру у власні сили. Ціннісна сфера задає смислову орієнтацію, визначаючи, заради чого відбуваються зміни та які життєві пріоритети стоять за цим процесом.

Схильність до самозмінювання також тісно пов'язана з мотиваційною сферою особистості. Американські психологи Е. Десі та Р. Раян у своїй теорії самодетермінації (Self-Determination Theory) визначили, що основою внутрішньої мотивації є задоволення трьох базових психологі-

чних потреб автономії, компетентності та пов'язаності з іншими людьми [6]. Якщо ці потреби задоволені, особистість має більшу схильність до самозмін, адже відчуває контроль над власним життям, упевненість у своїх можливостях і соціальну підтримку.

Згідно з концепцією А. Бандури, важливим предиктором самозмінювання є самоефективність переконання людини у власній здатності досягати поставлених цілей і впливати на події свого життя [7]. Високий рівень самоефективності формує готовність діяти в умовах невизначеності, приймати виклики й долати труднощі, тоді як її низький рівень призводить до уникання змін і пасивності. Таким чином, розвиток самоефективності виступає одним із провідних механізмів самозмінювання.

Д. Карвер і М. Шайер у своїй моделі саморегуляції поведінки підкреслюють, що здатність до змін визначається функціонуванням системи самомоніторингу – процесу оцінювання розбіжностей між поточним і бажаним станом [8]. Якщо особистість усвідомлює ці розбіжності й має внутрішню установку на досягнення мети, вона активізує вольові механізми, спрямовані на самокорекцію. Відповідно, розвиток саморегуляційних процесів є необхідною умовою успішного самозмінювання.

Український дослідник В. О. Москалець зазначає, що схильність до самозмінювання залежить від рівня рефлексивності та смисложиттєвих орієнтацій. Особи з високим рівнем рефлексивності демонструють здатність до усвідомлення власних життєвих стратегій і готовність до корекції поведінки. Смисложиттєві орієнтації визначають ціннісні підстави самозміни: чим чіткіше людина усвідомлює свої життєві цілі, тим більша її внутрішня мотивація до саморозвитку [4].

На думку К. Роджерса, процес самозмінювання є проявом тенденції до самоактуалізації – природного прагнення людини реалізувати свої потенційні можливості [9]. Він підкреслював, що для цього необхідне створення середовища психологічної безпеки, у якому особистість може

відкрито висловлювати почуття, не боячись осуду. Самозміна, за Роджерсом, можлива лише тоді, коли людина приймає себе й водночас усвідомлює потребу у розвитку.

Таким чином, самозмінювання можна розглядати як інтегративну характеристику особистісного розвитку, що поєднує усвідомлення власних меж, здатність їх розширювати та прагнення до гармонізації внутрішнього світу з вимогами зовнішнього середовища. Вона є показником не лише інтелектуальної зрілості, але й емоційної стабільності, духовності та соціальної відповідальності.

Саме тому вивчення психологічних чинників, які впливають на схильність до самозмінювання, має особливе значення для розуміння закономірностей особистісного зростання, формування життєвої компетентності та психологічного благополуччя. Адже готовність до самозміни – це, по суті, готовність до життя у світі постійних викликів, де успішною стає та людина, яка здатна не лише пристосовуватись, а й активно творити власну реальність.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Бех І. Д. Виховання особистості: у 2 кн. Кн. 1: Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади. Київ: Либідь, 2018. 392 с.

2. Максименко С. Д. Генетико-моделююча теорія розвитку особистості. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2020. 254 с.

3. Титаренко Т. М. Психологія життєвих криз і трансформацій. Київ: ТОВ «КММ», 2019. 304 с.

4. Москалець В. О. Рефлексивність і смисложиттєві орієнтації як чинники саморозвитку особистості. *Психологічний часопис*. 2021. № 4. С. 58–67.

5. Пов'якель Н. І. Психологічні ресурси особистісного самозмінювання: смисловий і мотиваційний аспекти. *Психологічні перспективи*. 2022. № 39. С. 71–82.

6. Deci, E. L., & Ryan, R. M. Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development,

and Wellness. New York: Guilford Press, 2017. 756p.

7. Bandura, A. Self-Efficacy: The Exercise of Control. New York: W. H. Freeman, 1997. 604 p.

8. Carver, C. S., & Scheier, M. F. On the Self-Regulation of Behavior. Cambridge: Cambridge University Press, 1998. 476 p.

9. Rogers, C. R. On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin, 1961. 420 p.

10. Deci, E. L., Ryan, R. M., & Niemiec, C. P. Beyond the Self: Integrating Self-Determination and Self-Change Perspectives. *Journal of Positive Psychology*. 2020. Vol. 15, № 3. P. 245–259.

## **РОЛЬ МУЗИКИ У ПРОЦЕСІ ЕМОЦІЙНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ**

**Магістрантка Р. М. Мач**

Музика з давніх часів розглядається як один із найпотужніших засобів впливу на емоційний стан людини, що використовувався у ритуалах, лікувальних практиках, військових і трудових процесах, а також у побуті для підтримання психологічної рівноваги. Її регулятивний потенціал підтверджується як у класичних психологічних теоріях, так і в сучасних нейрофізіологічних дослідженнях, які демонструють, що музика здатна викликати широкий спектр емоцій – від глибокого смутку до піднесеної радості, – модифікувати настрій, сприяти емоційній катарсисній розрядці та змінювати рівень фізіологічного збудження організму [9]. Вона є багатовимірним феноменом, дія якого поєднує психологічний, фізіологічний і соціокультурний виміри, що робить її ефективним засобом впливу на емоційний стан у найрізноманітніших контекстах – від особистої саморегуляції до терапевтичних і психокорекційних програм.

З позицій афективної нейронауки, музичний вплив

**Збірник матеріалів**  
**V Всеукраїнської конференції**  
**здобувачів вищої освіти і молодих учених**

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ**  
**ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ:**  
**ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА**

Випуск 5

6 листопада 2025 року

*Виготовлено з готового оригінал-макету*  
*Технічне редагування матеріалів збірника – О.І. Кисельова.*

Підписано до друку 03.11.2025 р. Папір офсетний. Формат 60×90/16.  
Гарнітура «Times New Roman». Ум.-друк. арк. 17,8.  
Тираж 300 прим. Зам. № 37.

---

Видавництво ТОВ «Лерадрук»  
Свідоцтво ДК № 2645 від 11.10.2006 р.  
м. Роздільна, вул. Європейська, 44.  
E-mail: leradruk@gmail.com