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)
UNSVERSITY 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

ПСИХОЛОГІЧНІ ВИКЛИКИ МОТИВАЦІЇ НАВЧАЛЬНОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ У ПЕРІОД ВОЄННОГО НАПРУЖЕННЯ
Стеблина А.О., Дідух М.Л. ...283
ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ШКОЛЯРІВ ДО НАВЧАННЯ
Плавкова Л.С. ...285
ПРОЯВ ТРИВОЖНОСТІ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА САМООЦІНКУ У МОЛОДІ
Чекан М.О. ...289
ЗНАЧЕННЯ ВПЛИВУ БАТЬКІВ ТА ВЧИТЕЛІВ НА САМООЦІНКУ ПІДЛІТКІВ
Урбанович А. П. ...292
ДИТЯЧИЙ СТРАХ ЯК ОСОБЛИВИЙ ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН
Іванькова А. Г., Денисенко А.О. ...294
УСПІШНІСТЬ НАВЧАННЯ АНГЛІЙСЬКІЙ МОВІТА ЇЇ ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ
Бондар К.В., Денисенко А.О. ...297
ПРОЯВ КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЙ МІЖ ДІТЬМИ ТА БАТЬКАМИ ТА УМОВИ ЇХ ПРОФІЛАКТИКИ
Павутницька А. С. ...301
ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ В СІМ'Ї ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ЕМОЦІЙНИЙ РОЗВИТОК ДІТЕЙ
Кускова О. В., Чебикін О.Я. ...304
ВЗАЄМОЗ'ЯЗОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ З УСПІШНІСТЮ В НАВЧАННІ
Бебіна О.М. ...309
ПРОЯВИ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ В МІЖОСОБИСТІСНИХ ВІДНОСИНАХ В ОНЛАЙН-СЕРЕДОВИЩІ ПІДЛІТКІВ
Солод Є.Є. ...317

Секція V.

ОСНОВНІ НАПРЯМКИ У РОБОТІ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА У СУЧАСНИХ РЕАЛІЯХ

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ФОРМУВАННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ
Скалецька Є., О., Карпич І. А. ...321
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВПРОВАДЖЕННЯ ПОЗИТИВНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ У ПАЦІЄНТІВ З ПСИХОСОМАТИЧНИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ
Гапатин С.В., Чугуєва І. Є. ...323
ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА СІМ'ЯМ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ
Овощнікова М., Бабаян Ю.О. ...325

Дослідження мотивації та стимулювання у структурі особистості та діяльності людини можна узагальнити наступним чином:

1. У сучасній психології мотивація розглядається як фактор, що має глибокі зв'язки з іншими аспектами особистості, особливо з потребою. Індивідуальні мотиви визначаються широким спектром символів, які стимулюють активність особистості та вказують на процес формування мотивації. Таким чином, мотиви визначають спрямованість та активність особистості, є ключовим фактором у людській діяльності.

2. Формування мотивації особистості залежить від різноманітних чинників, включаючи внутрішні та зовнішні, біологічні та соціальні, типи діяльності, ієрархію потреб, адекватність умов, суспільну значущість, а також рівень психічного здоров'я.

Щодо психологічних проблем мотивації, можна вжити наступні заходи:

- створення безпечного навчального середовища, що включає психологічну підтримку та консультування, для допомоги студентам у керуванні стресом та тривогою;

- розвиток резилієнтності студентів через тренування стресостійкості та психотерапевтичну підтримку;

- формування групової підтримки через створення спільнот та форумів для обміну досвідом та підтримки один одного;

- адаптація навчального процесу, включаючи гнучкість у графіку занять та дистанційне навчання, для врахування особливостей воєнних умов та потреб студентів [4].

Література

1. Бадюк І. Мотивація як чинник професійного зростання вчителя. *Директор школи. Шкільний світ*. 2019. № 2. С. 51–55.
2. Микитюк С. Особливості та умови формування мотивів навчання у студентів. *Психолого-педагогічні проблеми вищої і середньої освіти в умовах сучасних викликів: теорія і практика* : матеріали ІІІ Міжнар. наук.-практ. конф., м. Харків, 10 квіт. 2018 р. ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, Жешув. ун-т, Пед. ун-т Чендус. ун-ту ; [редкол.: О. А. Андрущенко та ін.]. Харків : ХНПУ, 2018. С. 278–281.
3. Прохоренко Л. Суб'єктно-когнітивна концепція саморегуляції навчання школярів із затримкою психічного розвитку Особлива дитина: навчання і виховання. 2018. № 4. С. 32–39.
4. Практикум з психології : навчальний посібник / укл. : Г. М. Дубчак, Н. Г. Рудюк. Чернівці : Рута, 2006. 360 с.

ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ШКОЛЯРІВ ДО НАВЧАННЯ

Плавкова Л.С.

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

У межах основних наукових шкіл, таких як інтеракціонізм, біхевіоризм, необіхевіоризм, соціально-когнітивна теорія, психоаналітична теорія, екзистенційна теорія, феноменологічна теорія, теорія мультимодального консультування, теорія когнітивного дисонансу та інші, концепція адаптації

особистості збігається з поняттям соціальної адаптації. Наприклад, у рамках необіхевіористичного підходу адаптацію розуміють як процес, що призводить до досягнення гармонійного стану, коли вимоги середовища і потреби індивіда знаходять баланс, або як стан, коли відбувається гармонія між індивідом і середовищем. Необіхевіористи розглядають адаптацію в узькому розумінні - як здатність задовольняти потреби індивіда і підтримувати гармонію з навколишнім середовищем. Відповідно до біхевіористів, адаптація пов'язана зі змінами в соціальному середовищі, а поняття соціальної адаптації описує адаптацію груп, а не індивідів. Вони також відзначають важливість механізмів навчання і запам'ятовування в формуванні якостей особистості і здобутті адаптивних здібностей в процесі соціалізації [1].

У рамках біхевіористичного підходу Р. Хенкі зосереджено увагу на тому, що соціальна адаптація – це процес, через який група та індивід досягають соціальної рівноваги та відсутності конфліктів з середовищем. Це визначення, хоча й не без недоліків, загалом відповідає сутності. Д. Вотсон стверджує, що людина, подібно до тварини, адаптується до навколишнього середовища завдяки природженим здібностям та звичкам, що формуються під впливом зовнішніх стимулів. Стимул, що викликає реакцію, походить від об'єктів середовища. Крім того, на людину впливають стимули, що виникають у внутрішньому середовищі організму. Зовнішні та внутрішні стимули викликають реакції, що змушують організм змінюватися до такої міри, що стимули перестають викликати реакцію.

Таким чином, можна стверджувати, що біхевіористи порівнюють процес адаптації людини з подібними процесами у тварин, не розрізняючи їхніх механізмів, ігноруючи роль свідомої діяльності людини у її адаптації, не виділяючи групову адаптацію від адаптації конкретної особи у групі. Таке положення, на наш погляд, не відповідає дійсності, оскільки адаптація групи - це результат адаптивної діяльності та можливостей її членів. У цьому випадку психологічні механізми внутрішньогрупової адаптації індивідів не можуть бути аналогічними механізмам групової адаптації [2].

З погляду інтеракціоністського напряму, адаптація визначається психологічними та соціальними факторами і відбувається, коли особистість відповідає вимогам соціального середовища. Це означає прийняття та реакцію на соціальні очікування, пов'язані зі статусом, віком та соціальним положенням, а також здатність до гнучкої та ефективної адаптації до нових або потенційно небезпечних умов. У другому випадку адаптація розглядається як здійснення особистими цілями та пристрастями для досягнення бажаного результату, що може мати місце у будь-якій сфері життя. Цей тип адаптації включає ініціативу, успішне прийняття рішень та чітке спрямування на майбутнє. Таке розуміння адаптації відображає домінанту особистісної активності, творчі здібності та соціальну відповідальність, а також моральну зрілість. Люди, що використовують цей тип адаптації, планують своє майбутнє, активно використовуючи проблемні ситуації для досягнення життєвих цілей. Особливістю інтеракціоністського підходу є розрізнення понять «адаптація» та «пристосування». Загальна адаптація в цьому контексті визначається як

результат ситуативних адаптацій до повторюваних ситуацій, що мають спільні риси.

Із погляду психоаналітиків, адаптація – це процес, а адаптованість - його результат. Вони вважають адаптованою людину, яка є продуктивною і може насолоджуватися життям, маючи психічну рівновагу. Адаптація призводить до змін як у самій особистості, так і у її оточенні, і це призводить до встановлення відносин адаптованості між особистістю і середовищем. При цьому соціально-психологічна адаптація не завжди означає конформізм. Представники психоаналітичного напряму вважають, що конформізм – лише одна з можливих стратегій адаптації; вони вважають, що успішність і адаптованість – це різні явища. Неофрейдисти розрізняють такі види адаптації:

1) алопластичну, яка передбачає зміни в зовнішньому світі, необхідні для задоволення потреб особистості;

2) аутопластичну, пов'язану зі змінами в самій структурі особистості, що необхідні для адаптації до середовища;

3) пошук середовища, яке сприяє продуктивному функціонуванню особистості.

Психоаналітики підкреслюють важливість соціальної адаптації особистості, вважаючи, що ця проблема виникає з моменту народження людини. Оточуюче середовище стає об'єктом для її адаптації, при цьому саме воно формує умови цієї адаптації, активно беручи участь у соціальному житті. Успішність адаптації залежить від соціальної структури та соціального статусу людини у суспільстві. Соціальна структура визначає, через навчання та виховання, які форми поведінки сприяють адаптації. Наприклад, Г. Гартман визначає поняття "соціальної поступливості" як вплив соціального середовища на нахил особистості до дезадаптаційної поведінки, що свідчить про те, що психоаналітики співвідносять процес адаптації як з внутрішніми, так і з зовнішніми змінами, що характеризує цей процес як складне соціально-психологічне явище.

Згідно з поглядом А. Елліса, який представляє соціально-когнітивну теорію особистості, у житті людини виникає низка проблем, пов'язаних із соціальною адаптацією. Він вважає, що вчителеві належить важлива роль у вирішенні цих проблем, оскільки він намагається розвивати навички самодопомоги та раціонального мислення, що сприяє досягненню поставлених цілей. Успішність адаптації, яка сталася під впливом вчителя, є результатом такої дії. До ознак соціально адаптованої особистості вчений включає: особистий інтерес, гнучкість, творчий потенціал, толерантність тощо [3].

Яскравий представник теорії мультимодального консультування, А. Лазарус, зазначає, що адаптація є результатом взаємодії генетичного фонду, соціального навчання та впливу середовища.

Віктор Франкл, який є основоположником екзистенційної теорії особистості, стверджує, що в процесі адаптації в суспільстві особистість, почуваючи безпорадність, порушення традицій і цінностей, а також неможливість зробити реальний вибір, переживає глибоку моральну кризу.

Неспроможність знайти життєвий сенс або його втрата призводять до екзистенційного вакууму, що, в свою чергу, може спричинити ноогенні неврози. Курт Левін, досліджуючи фактори соціально-психологічної адаптації, вводить поняття "валентності". Він підкреслює, що адаптація особистості розвивається у різних ключових сферах її життя, таких як спілкування, самосвідомість і т. д., і на неї постійно впливають фактори валентності, які можуть бути як позитивними, так і негативними. За думкою Карла Роджерса, в поведінці особистості у суспільстві відображається сприйняття нею свого оточення. Розвинена здатність до самовдосконалення, на думку Роджерса, є запорукою успішної адаптації. Абрахам Маслоу вказує на регулювання поведінки людини в суспільстві шляхом ієрархії потреб. Феноменологи вважають, що соціальна адаптація та розвиток особистості відбуваються через безперервний пошук особистісного зростання та самореалізації, оскільки особистість завжди шукає можливості досягнення вершин самовдосконалення. Тому адаптація в рамках цього наукового напряму не зводиться лише до пристосування до умов середовища, а відбувається у динаміці.

Леон Фестінгер, автор теорії когнітивного дисонансу, стверджує, що процес адаптації викликає складні зміни у структурі особистості, оскільки нова інформація та уявлення особистості про предмети та явища тісно пов'язані між собою. Якщо соціальні сигнали відповідають уявленням, що вже сформувалися у особистості, то це призводить до психологічного комфорту, позитивно впливаючи на емоційний стан та світосприйняття. Натомість, виникнення "когнітивного дисонансу" трапляється, коли соціальні сигнали не узгоджуються з поглядами або переконаннями особистості, спричиняючи негативні емоції та невпевненість. Це може активувати потребу в адаптації, яка сприяє зняттю напруги між внутрішніми мотиваціями та зовнішніми соціальними умовами. Захисні механізми особистості стають основними інструментами адаптації, особливо у випадках, коли конфлікт загрожує розвитку особистості та збереженню її ідентичності та самосвідомості [4].

Жан Піаже, зі свого боку, вніс вагомий внесок у розуміння механізмів особистісної адаптації. Він розглядає адаптацію як гармонійне поєднання процесів акомодації та асиміляції. Акомодація – це зміна схем дій відповідно до нових вимог, тоді як асиміляція – процес включення нової ситуації у вже сформовані схеми. Адаптація включає у себе зміну норм поведінки для відповідності середовищу та модифікацію середовища для відповідності потребам особистості. У цьому підході психічна діяльність розглядається як прояв адаптивної активності особистості.

Література

1. Таргоній І. Соціологічний та соціально-психологічний виміри адаптації особистості в сучасних умовах. *Scientific Collection «InterConf»* 2022. 134 с.
2. Федорова Є. В. Методи дослідження крос-культурної адаптації в зарубіжній крос-культурній та етнічній психології. *Дослідження особистості та групи в етнічній і крос-культурній психології.* 2016. 90 с.
3. Охременко О. Р. Психологічні закономірності адаптації особистості до особливих умов діяльності: дис.... д-ра психол. наук : 19.00.01. Харків, 2005. 360 с.

4. Попович О. В. Сутність і зміст адаптації: філософський аналіз. *Гуманітарний вісник Запорізької державної інженерної академії.* 2014. С. 228-239.

ПРОЯВ ТРИВОЖНОСТІ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА САМООЦІНКУ У МОЛОДІ

Чекан М.О.

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

Проблематика тривоги та тривожності залишається актуальною у психології протягом тривалого періоду. Декілька дослідників вивчали аспекти, пов'язані з виникненням тривоги в студентському віці, серед яких Б. Барчі, Т. Ковальків, Т. Колтунович, В. Крайнюк, О. Мілашина, А. Мудрик, Л. Помиткіна, О. Халік, Я. Цекова та ін.

Тривожний стан виникає у ситуаціях невизначеної небезпеки та проявляється через очікування неблагополучного розвитку подій. Цей емоційний стан, відомий як тривога, може виникнути, коли особа сприймає ситуацію або подразники як потенційну загрозу, небезпеку чи шкоду [1].

Вважається, що тривога не представляє собою ізольований та однорідний феномен. Вона представляє собою комбінацію різних переживань, таких як сум, страх, гнів, провина, сором та інтерес. Особливо згадують про переживання сорому чи провини, описуючи свій стан тривоги. Психологи вважають, що ці емоційні явища можуть виникати через те, що дорослі навчають дітей приховувати свій страх, особливо це стосується хлопчиків. Таким чином, в почутті провини і сорому виникає через страх та необхідність уникати виявлення цього страху. Оскільки тривожність та страх не сприяють ефективній соціальній взаємодії, соматичному здоров'ю, сприйняттю, роздумам та поведінці, вони вважаються шкідливими для психічного здоров'я людини. Характерною особливістю для тривоги є можливість виникнення невпевненості у собі, своїх силах, відчуття безпорадності та вразливості перед зовнішніми викликами, а також перебільшення їхньої загрози та сили. Зазначено, що існують ситуації, коли тривога може виявитися позитивним емоційним переживанням, таким як радісне хвилювання та очікування.

Коли особа очікує наступ розвитку подій, який є небажаним, або коли вона передбачає можливі загрози, виникає емоційний дискомфорт, відомий як тривога. Психологи розглядають страх як реакцію на конкретну загрозу, тоді як тривога включає переживання невизначеної та неявної загрози, супроводжується почуттями побоювання, туги та стурбованості. Тривога може бути пов'язана з очікуванням невдач у соціальних взаємодіях, спілкуванні та інших джерелах можливої небезпеки, які не завжди свідомо сприймаються.

Науковці відзначають дві форми тривоги - ситуативну та особистісну. Ситуативна тривога вказує на емоційний стан людини в конкретний момент часу, описуючи її теперішні переживання. Особистісна тривога, натомість, визначається як властивість особистості, проявляючи постійний стан постійного відчуття реальної чи уявної небезпеки. Особистісна тривожність є базовим аспектом, що формується та закріплюється в ранньому дитинстві.