

**АКТУАЛЬНІ
ПРОБЛЕМИ
ПРАКТИЧНОЇ
ПСИХОЛОГІЇ**

Збірник наукових праць

Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції

16 травня 2025 р., м. Одеса

**MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE
STATE INSTITUTION "SOUTH UKRAINIAN NATIONAL PEDAGOGICAL
UNIVERSITY NAMED AFTER K.D. USHYNsky"
MOLDOVA STATE UNIVERSITY
UNIVERSITY OF THE NATIONAL EDUCATION COMMISSION, KRAKOW
VILNIUS UNIVERSITY
JOHNS HOPKINS UNIVERSITY
ODESA NATIONAL ECONOMIC UNIVERSITY
KHARKIV NATIONAL PEDAGOGICAL
UNIVERSITY NAMED AFTER H. S. SKOVORODA
CLASSICAL PRIVATE UNIVERSITY
VASYL' STUS DONETSK NATIONAL UNIVERSITY**

**ACTUAL PROBLEMS
OF PRACTICAL PSYCHOLOGY**

Collection of scientific works
International Scientific and Practical Internet Conference

May 16, 2025

Odesa – 2025

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД «ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ К. Д. УШИНСЬКОГО»
ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ МОЛДОВИ
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ КОМІСІЇ НАРОДНОЇ ОСВІТИ В КРАКОВІ
ВІЛЬНЮСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ
УНІВЕРСИТЕТ ДЖОНСА ГОПКІНСА
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ Г. С. СКОВОРОДИ
КЛАСИЧНИЙ ПРИВАТНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ДОНЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА**

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ
ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

Збірник наукових праць
Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції

16 травня 2025 року

Одеса – 2025

UDK 001+159.9 (063)
ВБК 72+88.4

ВПЛИВ НЕСПРИЯТЛИВИХ ЖИТТЄВИХ ЯВИЩ У ДИТИНСТВІ НА ВИНИКНЕННЯ ПСИХІЧНИХ РОЗЛАДІВ У ДОРΟΣЛИХ	
Савіцька Ю.О., Мітіна С.В.	59
ЕТІОПАТОГЕНЕЗ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ВИНИКНЕННЯ ТА РОЗВИТКУ КОНСТРУКТИВ АЛЕКСИТИМІЇ. ДЕПРЕСИВНОСТІ ТА ТЕМПЕРАМЕНТУ	
Скідан О.В., Савенкова І.І.	62
ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОЯВИ ТА ХАРАКТЕРИСТИКИ ПОРУШЕННЯ ХАРЧОВОГО ІНСТИНКТУ	
Славіогло І.А., Савенкова І.І.	65
СОЦІАЛЬНИЙ ЗМІСТ ВИКЛАДАННЯ НЕЙРОПСИХОЛОГІЇ В УКРАЇНСЬКИХ УНІВЕРСИТЕТАХ: ВИКЛИКИ СЬОГОДЕННЯ	
Спиця Н.В.	68
АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХІЧНОЇ ТРАВМИ ТА ЇЇ НАСЛІДКІВ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗСУ	
Баранова В.І., Таран О.П.	71
ДЕТЕРМІНАНТИ КРИТИЧНОГО МИСЛЕННЯ ЛЮДИНИ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД ВІКУ І УМОВ ЖИТТЯ	
Калініна А.О. Головська І.Г.	73
КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ЯК МЕХАНІЗМ ПОПЕРЕДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	
Зуєв О.В., Поспелова І.Д.	77
ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ФАКТОР ВИБОРУ КОПІНГ- СТРАТЕГІЙ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	
Зуєва С.Ф., Поспелова І.Д.	81
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ МЕДІАЦІЇ ЯК АЛЬТЕРНАТИВНИЙ СПОСІБ ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТІВ	
Писар О.М., Сизоненко О.В.	84
ВИВЧЕННЯ РІВНЯ ОСОБИСТІСНОЇ ТА СИТУАТИВНОЇ ТРИВОЖНОСТІ У ПАЦІЄНТОК ІЗ ДОНОШЕНОЮ ВАГІТНІСТЮ НАПЕРЕДОДНІ ПОЛОГІВ	
Побережник Т. О., Венгер Г.С.	87
ПСИХОСИМПТОМАТИКА ПСИХІЧНИХ РОЗЛАДІВ ВНАСЛІДОК УШКОДЖЕННЯ АБО ДИСФУНКЦІЇ ГОЛОВНОГО МОЗКУ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	
Фугалевич Д.О., Мельничук І. В.	90
ПРОГНОСТИЧНА РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА АДАПТИВНОСТІ У ПОПЕРЕДЖЕННІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ	
Березюк П.Б., Головська І.Г.	94
ІШТУЧНИЙ ІНТЕЛЕКТ У ПРАКТИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ: МОЖЛИВОСТІ ТА ВИКЛИКИ ДЛЯ ФАХІВЦЯ	
Бекчив М. П.	99
ПСИХОСИМПТОМАТИКА НЕВРОТИЧНИХ, ПОВ'ЯЗАНИХ ЗІ СТРЕСОМ, ТА СОМАТОФОРМНИХ РОЗЛАДІВ	
Коренькова О.А.	100

2. Міністерство охорони здоров'я України. Звіт про психічне здоров'я ветеранів війни. Київ : МОЗ України, 2023. 36 с. URL: <https://armyinform.com.ua/2023/02/28/stan-psyhichnogo-zdorovya-vijskovosluzhbovcziv-znachno-girshyj-nizh-sered-reshty-naselennya/>
3. Міністерство оборони України. Стан психологічної підтримки в ЗСУ: аналітичний огляд. Київ : Міністерство оборони України, 2024. 28 с. . <https://mod.gov.ua/news/minoboroni-praczuuye-nad-stvorenniam-sistemi-psiologichnoyi-pidtrimki-dlya-vijskovosluzhbovcziv>
4. Підтримка ментального здоров'я в часи війни. Національний інститут стратегічних досліджень. Коментарі експертів.
<https://niss.gov.ua/news/komentari-ekspertiv/pidtrymka-mentalnoho-zdorovya-v-chasy-viyny>
(дата звернення 27.06.2023)
5. Центр психічного здоров'я «Психічна стійкість». Ефективність EMDR-терапії у лікуванні ПТСР: результати пілотного дослідження. Київ, 2023. 24 с.
6. Чабан. О. С., Лекція «Моральна травма – невидима перепона лікування постстресових розладів» 2024.
URL: <https://www.youtube.com/watch?v=r6SHTFMvmo4>

ДЕТЕРМІНАНТИ КРИТИЧНОГО МИСЛЕННЯ ЛЮДИНИ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД ВІКУ І УМОВ ЖИТТЯ

Калініна А.О., Головська І.Г.

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

Ключові слова: критичне мислення, психокорекція, вікові особливості, емоційний інтелект, рефлексія, когнітивна зрілість.

Критичне мислення (КМ) є однією з ключових компетентностей, яка необхідна для ефективної адаптації людини до швидкого змінюваного світу. Процес формування та розвитку критичного мислення залежить від багатьох факторів, серед яких важливими детермінантами є вік і умови життя індивіда. Враховуючи різні вікові групи, можна спостерігати відмінності в способах мислення, рівнях когнітивних навичок та здатності до самостійного аналізу ситуацій. Це питання є актуальним в контексті розвитку освіти та психології, адже відомо, що критичне мислення є основою для ефективного прийняття рішень та вирішення проблем у житті.

Критичне мислення — це здатність індивіда обґрунтовано аналізувати інформацію, ухвалювати зважені рішення, виокремлювати логічні помилки й будувати раціональні судження. Сучасна освітньо-соціальна дійсність вимагає від індивідів не лише академічних знань, а й високого рівня когнітивної гнучкості, що тісно пов'язана із віком, соціальними умовами та рівнем емоційної зрілості.

Згідно з дослідженнями, критичне мислення є важливою складовою успішного навчального процесу та розвитку особистості (Белкіна-Ковальчук, 2018). Сучасні стратегії розвитку КМ в освіті включають інтеграцію методик, що стимулюють учнів до аналізу, оцінки та аргументації, що важливо для кращого засвоєння знань. Освітні практики вимагають включення таких стратегій як «5 стратегій розвитку критичного мислення» (2021), серед яких виділяються методи, орієнтовані на розв'язування проблем, аналіз різноманітних точок зору та прийняття рішень на основі доказів.

У сфері освіти критичне мислення є важливою умовою освітньої зрілості. Згідно з Пометун О.І. (2018), розвиток критичного мислення учнів і студентів сприяє активному засвоєнню знань, формуванню умінь самотійно навчатися, аргументувати власну думку, працювати з інформаційними потоками. У професійній сфері, особливо в умовах Четвертої промислової революції, критичне мислення входить до переліку ключових **Soft Skills**, які визначають здатність до адаптації, прийняття рішень, розв'язання проблем і командної взаємодії.

Критичне мислення не є вродженою здатністю, а розвивається в процесі навчання та життєвого досвіду. Різні етапи розвитку особистості — дитинство, юність, зрілий вік — супроводжуються формуванням різних рівнів КМ. Так, у молодших школярів спостерігається розвиток первинних когнітивних навичок, що вимагають подальшого вдосконалення на етапах підліткового і дорослого віку. В свою чергу, психологічні особливості встановлення установки на критичне мислення у дорослих залежать від рівня освітньої підготовки та рівня стресової адаптації (Громова, 2015; Бурбан, 2019).

Останні дослідження також показують, що вік є важливим фактором, що впливає на розвиток критичного мислення. Наприклад, у молодших школярів і підлітків КМ розвивається в основному через навчання і практичні вправи, які включають аналіз ситуацій, роботу в групах і вирішення проблем. Шквир О. В. (2019) підкреслює, що в ранньому віці важливо сприяти формуванню базових навичок критичного аналізу, щоб у дорослому віці людина могла застосовувати ці навички в більш складних ситуаціях.

У зрілому віці КМ набуває більш комплексних форм, часто пов'язаних із професійною діяльністю та життєвим досвідом. Це підтверджується дослідженнями, в яких зазначено, що в процесі роботи над розв'язанням практичних завдань людина постійно взаємодіє з новою інформацією, що дозволяє їй виробляти навички критичного аналізу та оцінки ситуацій (Пометун, О., 2016).

Для проведення детального аналізу та поглибленого вивчення психологічних чинників, які визначають розвиток критичного мислення було обрано 3 вікові категорії: молодь, юнаки та зрілого віку.

У якості основного інструментарію для діагностики людей різного віку були використані перевірені в психологічній практиці методики, а саме:

1. Методика діагностики рівня розвитку рефлексивності А. Карпова;
2. Методика оцінки емоційного інтелекту (EQ) Н. Холла ;
3. Тест «Критичне мислення» Л. Старкі .

За результатами проведеної роботи зроблено кореляційний аналіз між типами рефлексії та рівнем критичного мислення.

Типи рефлексії	Молодь (18–25 р.)	Дорослі (26–45 р.)	Люди зрілого віку (46–65 р.)
Ситуативна рефлексія	$r = -0,415^*$	$r = -0,438^*$	$r = -0,456^*$
Ретроспективна рефлексія	$r = 0,532^{**}$	$r = 0,568^{**}$	$r = 0,590^{**}$

Перспективна (прогностична) рефлексія	$r = 0,487^{**}$	$r = 0,505^{**}$	$r = 0,476^*$
--	------------------	------------------	---------------

Примітки:

– кореляція є статистично значущою на рівні $p < 0,05$; ** – на рівні $p < 0,01$.

Опис результатів

Кореляційний аналіз дозволив виявити закономірності зв'язку між різними типами рефлексії (за методикою А. Карпова) та рівнем критичного мислення (за методикою Л. Старкі) у вибірках, розподілених за віком.

Ситуативна рефлексія в усіх вікових групах демонструє негативний помірний зв'язок із критичним мисленням (від $r = -0,415^*$ до $r = -0,456^*$). Це свідчить про те, що надмірна зосередженість на поточних емоційних станах і неусвідомлене реагування на ситуацію може заважати формуванню рефлексивного та аналітичного стилю мислення. Такий тип мислення більше характерний для емоційно-залежного або імпульсивного прийняття рішень.

Ретроспективна рефлексія має стійкий позитивний зв'язок з рівнем критичного мислення в усіх групах, який посилюється з віком (від $r = 0,532^{**}$ у молоді до $r = 0,590^{**}$ у зрілих людей). Це означає, що здатність осмислювати попередній досвід, аналізувати помилки та робити висновки є важливим чинником формування когнітивної зрілості та критичного підходу до інформації. Перспективна рефлексія також має позитивну кореляцію з критичним мисленням у всіх категоріях, хоча в зрілому віці вона дещо слабша ($r = 0,476^*$), ніж у молодших групах. Це свідчить про важливість вміння прогнозувати результати власних дій та мислити стратегічно у процесі прийняття рішень.

Статистично значущі кореляції між типами рефлексії та критичним мисленням після психокорекційної програми (за віковими категоріями)

Типи рефлексії	Молодь (18-25 р.).	Дорослі (26-45 р.).	Зрілого віку (46-65)
Ситуативна	$r = -0,312^*$	$r = -0,336^*$	$r = -0,352^*$
Ретроспективна	$r = 0,560^{**}$	$r = 0,589^{**}$	$r = 0,603^{**}$
Перспективна (прогностична)	$r = 0,525^{**}$	$r = 0,537^{**}$	$r = 0,498^{**}$

Примітки:

– кореляція є статистично значущою на рівні $p < 0,05$; ** – на рівні $p < 0,01$.

Опис результатів після психокорекційної програми

Після завершення психокорекційної програми, спрямованої на розвиток критичного мислення, спостерігаються позитивні зміни в характері взаємозв'язків між типами рефлексії та рівнем критичного мислення:

Негативна кореляція між ситуативною рефлексією та критичним мисленням зберігається, проте показники зменшилися у порівнянні з доекспериментальними значеннями (від $-0,415$ до $-0,312$), що свідчить про зниження залежності учасників від емоційних імпульсів і підвищення здатності до контрольованого осмислення подій.

Ретроспективна рефлексія демонструє стійку позитивну кореляцію з критичним мисленням у всіх вікових групах. Зростання коефіцієнтів після програми (до $r = 0,603^{**}$ у зрілих респондентів) свідчить про ефективність вправ, спрямованих на розвиток навичок аналізу минулого досвіду.

Перспективна рефлексія також має високу позитивну кореляцію, особливо у молоді ($r = 0,525^{**}$) та дорослих ($r = 0,537^{**}$), що вказує на покращення здатності до стратегічного планування та мислення на випередження, тобто ключових когнітивних компонентів критичного мислення.

Після впровадження психокорекційної програми відзначено посилення позитивних кореляцій між ретроспективною та перспективною рефлексією і критичним мисленням, що підтверджує ефективність тренінгових і розвивальних заходів. Одночасно спостерігається зниження негативного впливу ситуативної рефлексії, що дозволяє учасникам переходити до більш усвідомленого, раціонального аналізу та прийняття рішень. Результати свідчать про системне покращення когнітивної компетентності у всіх вікових категоріях.

Висновки аналізу даного дослідження

Залежність розвитку критичного мислення від віку та умов життя

Критичне мислення розвивається у людини протягом її життя, причому вікові особливості мають значний вплив на його рівень і якість. У ранньому віці, зокрема у підлітковому, відбувається активний розвиток когнітивних здібностей, що забезпечує формування базових елементів критичного мислення, таких як здатність до аналізу і оцінки інформації. Водночас, у дорослому віці критичне мислення набуває глибших і складніших форм, зокрема завдяки досвіду вирішення реальних життєвих завдань. У старшому віці хоча й відзначається певне сповільнення когнітивних процесів, але завдяки накопиченому життєвому досвіду, люди зберігають високу здатність до прийняття обґрунтованих рішень.

Проблеми, що впливають на розвиток критичного мислення

Серед основних перешкод у розвитку критичного мислення можна виділити недостатню освітню підготовку в певних соціальних групах, особливо серед молоді та людей з обмеженими можливостями доступу до якісної освіти. Додатково, соціокультурні стереотипи та когнітивні упередження можуть заважати об'єктивному сприйняттю інформації, що знижує ефективність критичного мислення. Вплив інформаційних технологій та соціальних мереж також є двояким: з одного боку, технології надають нові можливості для доступу до знань, а з іншого — створюють інформаційний шум та ускладнюють оцінку достовірності джерел.

Рекомендації для подальших досліджень

Подальші дослідження повинні зосереджуватися на вивченні специфіки розвитку критичного мислення в різних вікових групах та соціальних умовах, а також на розробці ефективних педагогічних стратегій для покращення цих навичок. Особлива увага має бути приділена розробці програм медіаграмотності та інформаційної безпеки, а також удосконаленню методів розвитку критичного мислення у освітньому процесі, з урахуванням сучасних технологій та викликів.

Загальний висновок: Критичне мислення є важливим інструментом для ефективної адаптації людини в сучасному світі. Його розвиток залежить від вікових змін, соціальних умов, доступу до освіти та технологій. Для того, щоб

критичне мислення стало потужним інструментом для вирішення реальних життєвих проблем, необхідно створювати умови, що стимулюють його розвиток через інтерактивне навчання, медіаосвіту та широке використання сучасних технологій у процесі навчання.

Література:

1. Белкіна-Ковальчук О. В. Роль критичного мислення в сучасній освіті // Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми. – 2018. – Вип. 52. – С. 219–224.
2. Бурбан Н. В. Психологічна діагностика адаптаційних здібностей до стресу // Практична психологія та соціальна робота. – 2019. – № 1. – С. 105–116.
3. Громова Н. Психологічні особливості установки на критичне мислення. – К. : Інститут психології ім. Г. С. Костюка, 2015. – 120 с.
4. Дементієвська Н. П. Формування навичок критичного оцінювання веб-ресурсів і проблема безпеки учнів в Інтернеті // Педагогічна освіта: теорія і практика. – 2017. – Вип. 22(1). – С. 66–70.
5. Пометун О. І. Навчаємо мислити критично. – К. : Ліра, 2016. – 176 с.
6. Макаренко Н. М. Курс «Медіапсихологія» як засіб розвитку критичного мислення студентів // Філософія освітнього простору. – 2022. – Вип. 28. – С. 184–219.

КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ЯК МЕХАНІЗМ ПОПЕРЕДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Зуєв О.В., Поспелова І.Д.

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

У сучасних умовах війни з підвищеною бойовою готовністю та надмірним психоемоційним навантаженням професійна діяльність військовослужбовців пов'язана з постійними стресогенними чинниками. Тривале перебування в умовах високої небезпеки та високі моральні вимоги сприяють зростанню ризику емоційного вигорання. Синдром, що супроводжується емоційним виснаженням, зниженням професійної мотивації та відчуттям внутрішньої спустошеності, негативно впливає як на психологічне здоров'я військовослужбовців, так і на ефективність виконання службових обов'язків [1 та ін].

Зазвичай у психології питання профілактики емоційного вигорання вивчалось у контексті професій, що передбачають інтенсивну міжособистісну взаємодію (педагоги, психологи, соціальні працівники тощо) [2, 3 та ін.]. Але специфіка професійної діяльності військовослужбовців потребує окремого аналізу, оскільки вони функціонують у ситуаціях постійного ризику, обмежених ресурсів та підвищеної відповідальності.

Один із важливих ресурсів подолання стресу та збереження психологічного балансу в умовах постійного навантаження високої інтенсивності є використання ефективних копінг-стратегій як способів подолання стресових ситуацій [4 та ін]. Вибір копінг-стратегій може як сприяти зниженню рівня емоційного вигорання, так і, навпаки, підвищувати його, якщо переважають неадаптивні підходи до реагування на стрес [5 та ін].

У зв'язку з цим, актуальним є дослідження копінг-стратегій як механізму попередження емоційного вигорання саме в умовах військової служби.