

**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

ПРОБЛЕМА ФОРМУВАННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ СУЧАСНИХ ПІДЛІТКІВ

Бойків А. С.317

МОДЕЛЬ ОПИТУВАННЯ ПРО ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН «ТРИ ЦЕНТРИ ЛЮДИНИ» В ПРОЦЕСІ ПСИХОРЕАБІЛІТАЦІЇ УЧАСНИКІВ/УЧАСНИЦЬ БОЙОВИХ ДІЙ

Борисова О.О.321

ОСОБЛИВОСТІ РАННІХ СЕКСУАЛЬНИХ СТОСУНКІВ У СТАРШОМУ ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Панченко М. О., Денисенко А.О.324

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ТА ТРИВОЖНОСТІ У ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

Набока О. О.327

Секція V.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ – ВЗАЄМОДІЯ ПСИХОЛОГА, УЧИТЕЛЯ І БАТЬКІВ.

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПРОЯВУ КОНФЛІКТНОСТІ У ПІДЛІТКІВ

Багулова В., Оверчук В.330

РОЛЬ ЕКЗОГЕННИХ ФАКТОРІВ У ФОРМУВАННІ НЕГАТИВНОГО ДИТЯЧОГО ДОСВІДУ

Бичко К.А., Таран О.П.336

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ПІДЛІТКІВ У СУЧАСНИХ РЕАЛІЯХ

Гончаренко І. О., Макаренко Н. М.339

БАТЬКІВСЬКА ЛЮБОВ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКІ ВЗАЄМИНИ

Калюжна П.І., Денисенко А.О.341

РЕАКЦІЯ НА ВАЖКИЙ СТРЕС І ПОРУШЕННЯ АДАПТАЦІЇ У ДІТЕЙ В УМОВАХ ВІЙНИ ТА ШЛЯХИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ

Кириченко В. А., Мітіна С. В.344

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВІВ ТА ПРОЯВІВ СХИЛЬНОСТІ ДО БРЕХНІ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Ліпецька Л.О.346

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ І ТРИВОЖНОСТІ У СТУДЕНТІВ ПЕРШОКУРСНИКІВ ПІД ЧАС ВОЄННОГО ЧАСУ

Панасюгіна В., Оверчук В.351

ВПЛИВ ДИТЯЧОЇ ПСИХОТРАВМИ НА ФОРМУВАННЯ ДИСФУНКЦІЙНИХ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ

Пестерева К.С., Чугуєва І.Є.357

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ АВА-ТЕРАПІЇ В РОБОТІ З ДІТЬМИ З РАС

Погрібний Г.С., Грек О.М.359

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ТА ТРИВОЖНОСТІ У ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

Набока О. О.

Національний університет цивільного захисту України

Вступ. Актуальність даного дослідження зумовлена сучасними соціально-психологічними викликами, пов'язаними із масовим переміщенням населення внаслідок військових конфліктів, політичної нестабільності та інших кризових ситуацій. Внутрішньо переміщені особи часто стикаються з високим рівнем стресу, втратами, невизначеністю та психологічними труднощами, що впливає на їхню здатність до адаптації й емоційної стабільності. Саморегуляція відіграє ключову роль у подоланні важких життєвих ситуацій, сприяє зниженню рівня тривожності і покращенню психологічного стану. Вивчення взаємозв'язку цих психологічних аспектів сприятиме розробці більш ефективних програм психологічної підтримки, реабілітаційних заходів і профілактичних заходів для внутрішньо переміщених осіб, що є особливо актуальним у сучасних умовах невизначеності та соціальної нестабільності [1; 4; 6].

Мета роботи. Метою даної роботи є виявлення та дослідження взаємозв'язку саморегуляції та тривожності у внутрішньо переміщених осіб.

Методи дослідження. Дослідження саморегуляції було проведено за допомогою методики «Стиль саморегуляції поведінки» В. І. Моросанової. Дослідження тривожності було проведено за допомогою двох відповідних методик: «Шкала оцінки рівня реактивної (ситуативної) та особистісної тривожності» (Ч.Д. Спілбергер, Ю.Л. Ханін) та «Особистісна шкала прояву тривоги» Дж. Тейлор (в модифікації В.Г. Норахідзе), статистичну обробку даних було здійснено за допомогою кореляційного аналізу (критерій Пірсона) [2; 3].

Результати та обговорення.

Дослідження проводилося в 2024-2025 році на базі БФ «ГУМАНОШ», в дослідженні взяли участь 40 внутрішньо переміщених осіб. Дослідження проводилося у дистанційному режимі.

Для оцінки статистичної значущості взаємозв'язку між показниками саморегуляції та тривожності, проведено кореляційний аналіз (аналізувалися коефіцієнти кореляції Пірсона). Обробка даних проводилася за допомогою програми Statistica 10 for Windows.

Коефіцієнти кореляції показників саморегуляції та тривожності внутрішньо переміщених осіб представлено у табл.1.

Таблиця 1

Взаємозв'язок показників саморегуляції та тривожності у внутрішньо переміщених осіб

Показники саморегуляції	Показники тривожності		
	Ситуативна тривожність	Особистісна тривожність	Рівень тривоги
Планування	0,280*	0,303**	0,400**
Моделювання	***	0,276*	***
Програмування	0,370**	0,450**	0,290*
Оцінка результатів	0,279*	0,280*	0,388**
Самостійність	***	0,400**	0,279*
Гнучкість	-0,281*	***	***
Надійність	0,404**	0,290*	0,389**
Загальний рівень саморегуляції	***	0,404**	0,290*

Примітки: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p > 0,05$

Результати, наведені в таблиці 1, показують статистично значущий кореляційний зв'язок між багатьма показниками саморегуляції та тривожності у внутрішньо переміщених осіб. Показники саморегуляції «Планування», «Програмування», «Оцінка результатів» та «Надійність» показали прямий кореляційний зв'язок із всіма показниками тривожності.

Показник «Планування» має прямий кореляційний зв'язок із усіма формами тривожності - ситуативною, особистісною та загальним рівнем тривоги. Це означає, що люди, які більше орієнтовані на планування своїх дій, зазвичай мають або підвищений, або нижчий рівень тривожності залежно від ситуації, а також можуть бути більш або менш схильні до особистісної тривожності. Водночас, ефективне планування може допомагати знижувати ситуативну тривожність, дозволяючи краще передбачити розвиток подій.

Показник «Програмування» також має прямий кореляційний зв'язок із тривожністю. Це означає, що здатність систематично організовувати і програмувати свої дії пов'язана із рівнем тривожності. Люди з високим рівнем цього показника, здатні краще керувати своїми емоціями і ситуаціями, уникаючи або зменшуючи тривожні прояви, або навпаки, цей показник може свідчити про підвищену тривожність через прагнення контролювати ситуацію.

Так само пряма кореляція із показниками тривожності спостерігається у показника «Оцінка результатів». Це означає, що здатність об'єктивно і реалістично оцінювати свої досягнення та результати також пов'язана з рівнем тривожності. Люди, які компетентні в цьому аспекті, зазвичай краще

справляються із тривогою, але у тих, хто надмірно критично або негативно оцінює свої результати, рівень тривоги є вищим.

Показник «Надійність» демонструє здатність бути стабільним і послідовним у своїх вчинках. Виявлено, що він також має прямий кореляційний зв'язок із тривожністю. Люди з високим рівнем надійності, мають нижчий рівень тривоги, оскільки відчують себе більш впевненими в своїх силах і діях, тоді як ті, хто менш надійний, можуть бути більш схильні до тривожності через страх зробити помилку або бути неспроможним у своїх діях.

У цілому, усі ці показники саморегуляції мають позитивний взаємозв'язок із показниками тривожності, що підкреслює важливість розвитку та зміцнення навичок планування, програмування, оцінки результатів та формування надійності для зниження рівнів тривоги та покращення емоційного стану внутрішньо переміщених осіб.

Висновки. Дослідження доводить існування статистично значущого прямого взаємозв'язку між більшістю показниками саморегуляції та рівнями тривожності у внутрішньо переміщених осіб. Це означає, що розвиток навичок саморегуляції може бути корисним для зниження тривожності та підвищення емоційної стабільності. Водночас, високий рівень самоорганізації сприяє кращому керуванню емоціями і зменшенню тривожних проявів у складних життєвих ситуаціях. Отже, програми психологічної підтримки внутрішньо переміщених осіб мають орієнтуватися на розвиток саморегулятивних навичок. Це наближає до можливості формування більшої психологічної стійкості та адаптивної поведінки в умовах соціальної та психологічної кризи.

Література:

1. Галієва О. М. Теоретичний аналіз поняття «тривожність». Теорія і практика сучасної психології : зб. наук. пр. Запоріжжя : Класич. приват. ун-т., 2018. № 5. С. 107–111.
2. Гнатюк М. І. Саморегуляція психічних процесів: механізми та розвиток. Київ: Академперіодика, 2009. 128 с.
3. Дмитрієва С. М., Мачушник О. Л. Психологічні детермінанти підліткової тривожності. *Вісник*. 2018. № 3 (37). С. 13-18.
4. Кардаш Н. О. Саморегуляція особистості: психологічний аспект. Київ: Видавничий дім "Слово", 2015. 241 с.
5. Мельникова Н. І., Дзюба Т. О. Саморегуляція поведінки: психологічний аспект. Київ: Либідь, 2013. 192 с.
6. Пархоменко Ю. В. Психологія саморегуляції особистості. Київ: Основи, 2008. 251 с.