

**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

UDK 001+159.9 (063)
BBK 72+88.4
Z-41

It is printed by the decision of the Academic Council of the State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (protocol No. 17 dated 06/27/2024).

ORGANIZING COMMITTEE

Heads of the organizing committee

Krasnozhon Andriy Vasylyovych – Doctor of Historical Sciences, Professor, Rector of the State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Myzichenko Hanna Vyacheslavivna – Doctor of Political Sciences, Professor, Vice-Rector for Research of the State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Prof. Abramciów Rafał – Doctor Ph. D in Psychology, Associate Professor, Director of the Institute of Psychology, University of the National Education Commission (Krakow).

Potang Angela – Associate Professor, PhD in Psychology Faculty of Psychology, Education Sciences, Sociology and Social Work, Moldova State University (Kishenev).

Jusienė Roma – Professor, PhD in Psychology, Director of Psychology Institute, Vilnius University (Lithuani).

Bedny Marina – Assistant Professor, Department of Psychological and Brain Sciences Johns Hopkins University (USA).

Deputy Heads

Prof. Krzywoszański Łukasz – Doctor PhD in Psychology, Associate Professor at the Institute of Psychology, Director of the Centre for Research on Neurocognitive Functions and Self-Regulation. Head of the Neurocognitive Psychology Department, University of the National Education Commission (Krakow).

Bondarenco Olga – PhD in Psychology, Faculty of Psychology, Education Sciences, Sociology and Social Work, Moldova State University (Kishenev).

Cerlat Raisa – Associate Professor, PhD in Psychology, Faculty of Psychology, Education Sciences, Sociology and Social Work, Moldova State University (Kishenev).

Asieieva Yuliia Oleksandrivna – Doctor of Psychological Sciences, Head of the Department of Language and Psycho-Pedagogical Training, Odesa National Economic University (Odesa).

Vdovichenko Oksana Volodymyrivna – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Dean of the Social and Humanitarian Faculty, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Zaritska Valentyna Vasylivna – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Practical Psychology Department, Classical Private University (Zaporizya).

Kazanzhy Maria Yosypivna – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of General and Differential Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Overchuk Victoria Anatolivna – Doctor of Economic Sciences, Candidate of Psychological Sciences, Professor, Head of the Psychology Department, Vasyl Stus Donetsk National University (Vinnytsia).

Savenkova Irina Ivanivna – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Psychiatry, Medical and Special Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Sitnik Svitlana Volodymyrivna – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Theory and Methodology of Practical Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Fomenko Karina Ihorivna – Doctor of Psychological Sciences, Professor of the Psychology Department, Kharkiv National Pedagogical University named after H. S. Skovoroda (Kharkiv).

Members of the organizing committee:

Symonenko Svitlana Mykolaivna – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor Department of Theory and Methodology of Practical Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Kondratieva Iryna Pavlivna – PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Psychiatry, Medical and Special Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Kosianova Olena Yuriivna – PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Theory and Methodology of Practical Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Lazorenko Tetiana Mykolaivna – PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Theory and Methodology of Practical Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Grekh Olena Mykolaivna – PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Theory and Methodology of Practical Psychology, State Institution

«South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Golovska Iryna Georgivna – PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Theory and Methodology of Practical Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Melnychuk Iryna Valentinivna – PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Theory and Methodology of Practical Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Maistrenko Tetiana Mykolaivna – PhD student in Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Actual problems of practical psychology: Collection of scientific works of International Scientific and Practical Internet Conference(17 May 2024, m. Odessa). Odessa, 2024. 425 P.

The collection contains materials from an international scientific and practical conference dedicated to addressing current issues in practical psychological science. The scientific works primarily focus on theoretical and practical aspects of modern psychological science.

Attention to all applicants, post-graduate students, and young scientists from psychological and pedagogical universities.

ОСОБЛИВОСТІ ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ АДАПТАЦІЇ ЖІНОК-БІЖЕНОК ЗА КОРДОНОМ

Арефнія С.В.....	62
ЕМОЦІЙНО-ОСОБИСТІСНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ФОРМУВАННЯ СИНДРОМУ САМОЗВАНЦЯ	
Корнієнко А. С., Симоненко С.М.....	63
ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ РЕФЛЕКСІЇ В ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ	
Зарицька В.В.....	68
COMPARATIVE ANALYSIS OF GENDER-RELATED DIFFERENCES IN FRUSTRATION TOLERANCE LEVELS AMONG EARLY SCHOOL-AGE CHILDREN	
Şterbeţ R., Potâng A.....	72
CAREER COUNSELING AND PLANNING – CONCEPTUAL CLARIFICATIONS DEFINITIONS, ASSUMPTIONS, THEORIES	
Ovidiu F.	76
ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCES, INTERNALISING DIFFICULTIES, IDENTITY AND REFLECTIVE FUNCTION IN ADOLESCENCE WITHIN THE CONTEXT OF SOMATIC COMPLAINTS	
Mikučionytė D.	81
THE PSYCHOLOGY OF FANATICISM AMONG CULT FOLLOWERS	
Cheng P.	82

Секція II.

ОСОБИСТІСТЬ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ

ПРОФЕСІЙНЕ ВИГОРАННЯ У ПРАЦІВНИКІВ ГУМАНІТАРНОГО СЕКТОРУ В УМОВАХ ВІЙНИ

Шершун Т., Мітіна С.В.	85
ПСИХОЛОГІЧНІ ЗНАННЯ ЯК ЧИННИК ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ	
Грицик О.Ю., Головська І.Г.....	88
ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ У РЯТУВАЛЬНИКІВ	
Юрса М. А., Афанасьєва Н.Є.....	92
ПРОФЕСІЙНИЙ СТРЕС У МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ	
Келеман Л. О.	95
ВПЛИВ ВІЙНИ НА УЯВЛЕННЯ СТАРШИХ ШКОЛЯРІВ ПРО СВОЄ МАЙБУТНЄ	
Баранова А. П., Симоненко С.М..	98
РЕАКЦІЯ НА ВАЖКИЙ СТРЕС І ПОРУШЕННЯ АДАПТАЦІЇ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ В ПЕРІОД ВІЙНИ	
Детільє Л.М., Розіна І.В.	101

Література

1. Бохонкова Ю.О., Кім О.В. Формування захисних реакцій у психолога та професійне вигорання. Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2019. № 2 (49), 2019. С. 170-181.
2. Леонтьєва О.М., Коробко І.Г. Психологія особистості : книга. Київ, 2019. 432 с.
3. Циганчук Т.В. Психологія стресу : навч. посіб. Київ, 2016. 216 с.

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ У РЯТУВАЛЬНИКІВ

Юрса М. А., Афанасьєва Н.Є.

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

В останні роки значно підвищився інтерес до питань, пов'язаних із стресом і механізмами формування стресостійкості людини у різних професіях. Професійна діяльність рятувальників здійснюється під впливом несприятливих, іноді екстремальних чинників, в умовах дефіциту часу, невизначеності подій, складної оперативної ситуації і супроводжується високим ступенем відповідальності за життя інших людей, усвідомленим почуттям загрози життю і здоров'ю тощо. Це може викликати різноманітні порушення фізичного та психологічного здоров'я фахівців, одним з проявів яких є професійний стрес [1; 3; 5].

Проблему професійного стресу фахівців екстремального профілю діяльності розглядали такі українські вчені, як М. Корольчук, С. Миронець, А. Косенко, В. Осьодло, Н. Мілорадова, І. Ушакова, К. Балабанова, О. Тимченко, С. Яковенко, Н. Оніщенко, І. Приходько, О. Колесніченко, О. Сафін, В. Крайнюк, Г. Гребенюк та інші.

У дослідженні брали участь рятувальники м. Одеси, кількістю 68 осіб. Всі досліджувані були розділені на дві групи відповідно до стажу роботи. У першу групу ввійшли рятувальники із стажем роботи до 3-х років (36 осіб), у другу – із стажем роботи понад 5-ть років (32 особи). Такий розподіл обумовлений закономірностями професійного розвитку і етапами формування різних компонентів професійного стресу [2].

Для дослідження ступеня вираженості професійного стресу використовувалася методика «Професійний стрес» Н. Водоп'янової. Отримані результати представлені у таблиці 1.

Таблиця 1

Показники професійного стресу у рятувальників
з різним стажем роботи (бали)

Шкала	1-ша група	2-га група	t	p-рівень
Професійного стресу	2,2±0,7	3,8±1,0	2,1	≤0,05

Отримані результати вказують на те, що у рятувальників із стажем роботи до 3-х років (1-ша група) показники професійного стресу значущо нижче ($p \leq 0,05$ за критерієм Ст'юдента), ніж у рятувальників із стажем роботи понад 5-ть

років (2-га група). Отже, чим більше стаж професійної діяльності, тим вище рівень професійного стресу.

Виникнення професійного стресу у рятувальників, на нашу думку, пов'язано з високим емоційним, соціальним напруженням, інформаційними перевантаженнями, що виникають у процесі виконання діяльності, перевтомою, неправильним розподілом часу, його нестачею, недостатньою кваліфікацією, високою відповідальністю, особливостями організації спілкування та діяльності тощо.

Негативний вплив стресу на рятувальників викликає у них стан напруги, який створює бар'єр у міжособистісному спілкуванні, негативно позначається на фізичному і психічному здоров'ї, стресостійкості особистості; виникає тривожність перед вирішенням нових завдань, невідповідністю професійного рівня очікуванням оточуючих.

Психологічна специфіка стресу залежить як від зовнішніх впливів на людину, так і від особистісного сенсу мети діяльності, оцінки ситуації. Виходячи з цього і професійна діяльність, і конкретна ситуація можуть бути причиною для виникнення у людини стресового стану. Справжні причини стресу часто приховані в особистісних особливостях самого суб'єкта професійних стосунків: світогляді, установках, стереотипах сприйняття, потребах, мотивах і цілях. Безпосередніми причинами можуть послужити такі події, як конфлікт з керівництвом, дефіцит часу, складність завдань, проблемні ситуації в процесі комунікації і т. д., наслідком яких є розвиток психічної напруженості та стресу. Найчастіше безпосередні причини пов'язані із складністю завдання та умовами професійної діяльності. Головні причини виникнення стресу пов'язані з індивідуальними особливостями людини – психологічними, фізіологічними, професійними. Практично будь-який аспект професійної діяльності може стати причиною стресу, якщо він розглядається суб'єктом діяльності як переважаючий його можливості та ресурси. Додаткові фактори життя людини можуть також вплинути на виникнення або посилення стресу. До них відносять зростання безробіття, злочинність, економічні, політичні, військові кризи, тобто глобальні чинники, що впливають на виникнення стресу; та особистісні фактори, такі як фінансові або юридичні проблеми, сімейні конфлікти, вікові та життєві кризи, втрата близьких, зниження працездатності тощо [4].

Далі була проведена оцінка стресових ознак, самооцінка стресу досліджуваними за допомогою методики «Інвентаризація симптомів стресу» Т. Іванченко. Отримані результати представлені у таблиці 2.

Таблиця 2

Показники рівня вираженості симптомів стресу у рятувальників з різним
стажем роботи (бали)

Шкала	1-ша група	2-га група	t	p-рівень
Стрес	34,7±8,1	51,6±11,4	2,2	≤0,05

Отримані дані свідчать про те, що досліджувані 2-ї групи діагностують у себе значущо більшу кількість симптомів стресу і оцінюють свій рівень стресу,

як досить високий ($p \leq 0,05$), в той час як у досліджуваних 1-ї групи рівень стресу і кількість його симптомів оцінюються як середньо-низькі.

Коли людина помічає у себе ознаки стресу, то, в першу чергу, необхідно виявити його причини, що б було простіше з ним боротися. Тому що, коли стрес триває довго, він виснажує захисні сили організму і сприяє розвитку різних захворювань.

Далі був досліджений рівень психологічного стресу за допомогою «Шкали психологічного стресу» PSM–25 Лемура-Тесьє-Філліон, отримані результати – у таблиці 3.

Таблиця 3

Показники психологічного стресу у рятувальників з різним стажем роботи
(у балах)

Шкала	1-ша група	2-га група	t	p-рівень
Психологічний стрес	133,5±17,4	172,1±22,7	2,4	$\leq 0,05$

Отримані дані вказують на те, що у досліджуваних 1-ї групи рівень психологічного стресу значущо нижче, ніж у досліджуваних 2-ї групи ($p \leq 0,05$). Тобто у рятувальників із стажем роботи більше 5-ти років діагностується високий рівень стресу, що свідчить про стан дезадаптації і психічного дискомфорту, необхідності застосування спеціальних засобів і методів для зниження нервово-психічної напруженості, психологічного розвантаження, зміни стилю мислення і життя.

Психологічний стрес – стан високої психологічної напруги, що негативно впливає на стани, поведінку і діяльність людини. Він безпосередньо пов'язаний з соціально-економічними проблемами – безробіттям, національними та регіональними конфліктами і війнами, шкідливими звичками, головними з яких є алкоголізм і наркоманія тощо. Одним з його різновидів є внутрішньо-особистісний стрес, що відображає нереалізовані амбіції, незадоволені потреби і часто супутнє їм відчуття безцільності існування. А також стрес, пов'язаний зі складністю, небезпекою, відповідальністю виконання робочих завдань і постійними порушеннями в організації та умовах праці. І, нарешті, завжди існував і продовжує існувати сімейний психологічний стрес, який включає всі внутрішньо-сімейні проблеми – подружні проблеми і обов'язки, конфлікт з дітьми, вимушена взаємодія з родичами і багато інших проблем. Затяжні негативні емоції і переживання, викликані психологічним стресом, призводять до утворення у мозку вогнища застійного збудження, що, в свою чергу, сприяє розвитку нервово-психічних, психосоматичних і багатьох інших захворювань [4]. Зокрема, цей вид стресу може запускатися не тільки реально діючими, а й ймовірнісними подіями, які ще не відбулися, але настання яких суб'єкт боїться, оскільки людина реагує не тільки на дійсну небезпеку, а й на загрозу або нагадування про неї.

У численних дослідженнях показано, що активна життєва позиція та/або усвідомлення можливості впливати на стресові чинники призводить до активації, переважно, симпатичного відділу вегетативної нервової системи, у той

час як пасивна роль суб'єкта в ситуації, що створилася, зумовлює переважання парасимпатичних реакцій. Ступінь вираженості ознак стресу залежить від ряду факторів: очікувань, мотивації, установок, минулого досвіду тощо. Очікуваний прогноз розвитку подій модифікується відповідно до вже наявної інформації і установок, після чого відбувається підсумкова оцінка ситуації. Якщо свідомість (або підсвідомість) оцінює ситуацію, як небезпечну, то розвивається стрес. Паралельно цьому процесу відбувається емоційна оцінка події. Первинний запуск емоційної реакції розвивається на підсвідомому рівні, а потім до нього додається ще емоційна реакція на підставі раціонального аналізу [1].

Результати дослідження ступеня вираженості професійного стресу вказують на те, що у рятувальників із стажем роботи до 3-х років показники професійного стресу значно нижчі, ніж у рятувальників із стажем роботи понад 5-ть років. Отже, чим більше стаж професійної діяльності, тим вище рівень професійного стресу.

Література

1. Балабанова К. В. Психологічні особливості життєздатності працівників ДСНС України : дис. ... канд. псих. наук: 19.00.09. Харків, 2019. 203 с.
2. Мілорадова Н. Е. Ретроспективний аналіз науково-психологічних концепцій професіогенезу фахівця. Scientific Light. 2017. №8. С.18–23.
3. Неурова А. Б. Психологічні особливості емоційної стійкості рятувальників : дис. канд. псих. наук: 19.00.09. Івано-Франківськ, 2016. 402 с.
4. Сіпко Л. О., Півторацька І. Ю. Соціально-психологічні чинники виникнення професійного стресу у працівників Державної служби з надзвичайних ситуацій. Вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. 2018. Вип. 1, Т. 1. С. 169–173.
5. Ушакова І. М., Коробейник М. А. Мотиваційні фактори ефективності професійної діяльності рятувальників ДСНС. Теорія і практика сучасної психології. 2019. № 6, Т.2. С. 177–183.

ПРОФЕСІЙНИЙ СТРЕС У МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ

Келеман Л. О.

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

У сучасному світі стрес є важливою психо-соціальною проблемою, що впливає на стабільність поведінки особистості, її професіональну сферу і на життя загалом. Більшість ситуацій, що спричиняють нервові напруження, пов'язані саме з фізичними та емоційними перевантаженнями в професійній діяльності, з високим темпом і обсягом роботи. Безперечно, професійний стрес є надзвичайно поширеним явищем та одним з головних факторів, що впливає на зниження працездатності, плинність кадрів, появу фізіологічних змін в організмі та призводить до погіршення якості життя. У наукових працях професійний стрес розглядається як комплекс фізіологічних і психологічних реакцій, пов'язаних з робочими моментами.

Людина будь-якої професії, яка працює в колективі, стикається з різними негативними почуттями та переживаннями оточуючих. Однак, імовірність