

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Державний заклад
«Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського»
Національний університет «Чернігівський колегіум
імені Т. Г. Шевченка»
Professional association of kinetotherapists and manual therapist from
republic of Moldova
Uniwersytet Szczeciński (Polska)
University of Bucharest (Romania)
Навчально-науковий інститут фізичної культури, спорту та
реабілітації
Кафедра фізичної реабілітації, біології і охорони здоров'я

АДАПТАЦІЙНІ МОЖЛИВОСТІ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ

З Б І Р Н И К
НАУКОВИХ ПРАЦЬ
XV МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ,
присвяченої
105-річчю з дня заснування кафедри фізичної реабілітації,
біології і охорони здоров'я та
60-річчю створення лабораторії функціональної діагностики
імені професора Т. М. Цонєвої
19–20 вересня 2024 року
м. Одеса
Частина 2
Одеса – 2024

УДК 796611.7–053.67(063)

Рецензенти:

- **С. П. Гвоздій** – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри фізіології, здоров'я і безпеки людини та природничої освіти Одеського національного університету імені І.І. Мечникова;
- **І. Л. Ганчар** – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри спортивних дисциплін Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького

Головний редактор

Босенко Анатолій, доктор педагогічних наук, кандидат біологічних наук, професор

Редакційна колегія:

Коробейніков Георгій	доктор біологічних наук, професор (Німеччина-Україна)
Лизогуб Володимир	доктор біологічних наук, професор (Україна)
Магльований Анатолій	доктор біологічних наук, професор (Україна)
Михалюк Євгеній	доктор медичних наук, професор (Україна)
Носко Микола	доктор педагогічних наук, професор (Україна)
Орлик Надія	кандидат біологічних наук, доцент (Україна)
Потоп Володимир	доктор педагогічних наук, професор (Румунія)
Приймаков Олександр	доктор біологічних наук, професор (Польща)
Топчій Марія	кандидат біологічних наук, доцент (Україна)
Холодов Сергій	Кандидат педагогічних наук, доцент (Україна)

Адаптаційні можливості дітей та молоді: збірник наукових праць XV Міжнародної науково-практичної конференції, присвяченої 105-річчю з дня заснування кафедри фізичної реабілітації, біології і охорони здоров'я та 60-річчю створення лабораторії функціональної діагностики імені професора Т. М. Цонєвої Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (Одеса, 19–20 вересня 2024 року, Ч. 2) / голов. ред. А. І. Босенко. Одеса: Університет Ушинського, 2024. 328 с.

У збірнику наукових праць конференції представлені роботи широкого кола фахівців з сучасних проблем фізичного виховання і спорту. В статтях розкриваються медико-біологічні, фізіолого-гігієнічні, психолого-педагогічні та валеологічні основи розширення адаптаційних можливостей дітей та молоді, зміцнення їх здоров'я, а також питання підготовки фахівців за відповідними напрямками.

Рекомендовано до друку вченою радою ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (*протокол № 3 від 31.10.2024 року*)

УДК: 796611.7–053.67(063)

Носко М. О., Дейкун М. П., Мехед О. Б.

Технології змішаного навчання при підготовці фахівців з громадського здоров'я: поєднання онлайн і традиційних методів..... 234

Пісоцька Л. А., Глухова Н. В., Дукач Л. М.

Комп'ютерно-інтегрована технологія скринінгової діагностики виявлення адаптаційних резервів організму..... 241

Подрігало О. О., Подрігало Л. В., Го Сяохун

Застосування психофізіологічних тестів для контролю стану спортсменів-танцюристів..... 252

Приймаков О. О., Sawczuk M., Омельчук О. В., Мазурок Н. С.

Структура та взаємозв'язки параметрів фізичного розвитку і фізичної підготовленості єдиноборців високої кваліфікації..... 257

Самокиш І. І.

Моніторинг фізичного розвитку студентів ЗВО методами антропометричних індексів 267

Сергета І. В., Дреженкова І. Л., Стоян Н. В. Шевчук Т. В.,

Теклюк Р. В., Гончарук Т. І.

Особливості взаємозалежності показників, які визначають специфічність функціональних можливостей організму студентів з різними підходами до організації рухової діяльності..... 272

Степанова В. С., Трапезнікова С. С., Годзієв М. А., Гуца С. Г., Плакіда О. Л.

Застосування інноваційних технологій в системі абілітації дітей із затримкою психомовного розвитку..... 281

Trandafiresc E-A., Potop V.

The hidden game in women's football: a comparative analysis of perceptual, cognitive, psychomotor, and physical skills by positional role..... 286

Хорошуха М. Ф., Босенко А. І., Борщенко В. В.

Взаємозв'язок смертей молодих спортсменів зі спрямованістю тренувального процесу..... 297

Холодов С. А., Михайлюк І. М.

Застосування методу динамічної пропріоцептивної корекції у фізичній реабілітації дітей з порушеннями психофізичного розвитку..... 303

Якуба І. П., Гвоздій С. П.

Особливості викладання вибіркового курсу «Стійкість рослин до абіотичних факторів» з використанням інноваційних технологій навчання..... 308

Яремчишин М. М.

Психологічні стратегії адаптації молоді під час реабілітації їх родичів – працівників МВС після поранення та взяття у полон..... 314

Наші автори 320

Яремчишин М.М.

(Україна, м. Львів)

ПСИХОЛОГІЧНІ СТРАТЕГІЇ АДАПТАЦІЇ МОЛОДІ ПІД ЧАС РЕАБІЛІТАЦІЇ ЇХ РОДИЧІВ ПРАЦІВНИКІВ МВС ПІСЛЯ ПОРАНЕННЯ ТА ВЗЯТТЯ У ПОЛОН

***Анотація.** Під час повномасштабної війни в Україні особливе значення має розвиток питань психологічного характеру. Особливо питання адаптаційних можливостей людей та молоді в контексті війни у випадках, коли вони є членами родин працівників МВС, які виконують свої обов'язки в зоні ведення бойових дій. Розвинуті адаптаційні можливості молоді дають змогу не тільки до самозбереження, а й є фактором в системі психосоціальної підтримки працівників МВС під час їхньої реабілітації, після поранення чи полону.*

***Ключові слова:** Адаптаційні можливості молоді, психосоціальна підтримка членів родин працівників МВС, психологічна адаптація, реабілітація після поранення та взяття у полон працівників національної поліції.*

Актуальність: Питання адаптації молоді при реабілітації членів сімей родичів працівників МВС після виконання останніми своїх обов'язків в зоні ведення бойових дій потребує більшої кількості наукового розвитку даного питання, оскільки потребує кращого осмислення в контексті переживання війни.

Мета: проаналізувати психологічні стратегії адаптації молоді в контексті реабілітації їх родичів працівників МВС після поранення та взяття у полон.

Завдання: дослідити Психологічні стратегії адаптації молоді під час реабілітації їх родичів працівників МВС після поранення та взяття у полон.

Результати дослідження. Питання адаптаційних можливостей людей в умовах війни є доволі актуальним, оскільки сучасний етап перебігу повномасштабної війни впливає на її переживання та нових контекстів існування. Серед них варто приділити увагу саме адаптаційним можливостям членів сімей працівників МВС, які безпосередньо виконують свої обов'язки на території ведення бойових дій. Самі ж адаптаційні моделі можуть впливати на реабілітацію наприклад працівників поліції, які проходять реабілітацію після полону або поранення. Саме адаптаційна здатність їхніх членів сім'ї має позитивні тенденції на реабілітацію.

Під час бойових конфліктів різні верстви населення України переживають адаптивний чи дезадаптивний процеси. Саме пристосування до життя відбувається через особистий чи колективний контекст [1]. Людина є членом спільноти, а отже на неї впливають тенденції колективного несвідомого та сучасного перебігу існування, в нашому випадку під час активних бойових дій. Навіть не будучи безпосередньо на лінії фронту людям, особливо молоді властиво переживати більш гостро ту чи іншу ситуацію. Оскільки фактор переживання стресу та стресостійкості індивіда є ключовими факторами того, наскільки людина здатна до розвитку адаптаційних стратегій. На це впливають різні чинники, від інформаційного зараження, до безпосереднього контакту з наслідками війни. У цьому контексті мова йде про здатність до розвитку адаптивності молоді членів сімей працівників МВС, які проходять реабілітацію після поранення чи взяття у полон. В таких випадках діти таких працівників більш гостро сприймають нову реальність в контексті сімейного мікроклімату, оскільки процес реабілітації поліцейських після поранення або полону може тривати дуже довго. На це в основному впливають особистісні показники особистості. На адаптаційні можливості молоді (дітей працівників МВС) окрім фактору війни та колективного переживання стресу додатково впливає сімейний контекст нової реальності. В якому їхнє переживання війни стає більш гострим, оскільки її наслідки вони проживають через систему взаємовідносин у сім'ї. Це

може бути тенденція, яка зашкоджує адаптивному процесу молоді, що впливає на розвиток особистості, оскільки певні кризові ситуації, які така людина буде сприймати більш гостро можуть відобразитись у неадекватну поведінку або психічні проблеми в майбутньому.

Розвитку здатності до адаптивності сприяє психосоціальна підтримка. Вона є найефективнішим інструментом забезпечення психічного здоров'я. Ця підтримка є різносторонньою, адже різні люди мають властивість гостро переживати певні непередбачувані події. Актуальність питання утворення стресу, його перебігу, наслідків спонукає багатьох звертати все більшу увагу на техніки та засоби забезпечення саморозвитку у питаннях психічної стабільності.

Розуміючи особливості аспектів роботи національної поліції та інших відомств МВС, які діють безпосередньо у зоні бойових дій для суспільства, члени сімей працівників органів міністерства внутрішніх справ, мають володіти ефективними та дієвими навичками подолання кризових ситуацій і стресу. Адже, вони мають високі ризики стикнутись з неочікуваними для них кризовими ситуаціями вперше. Для зниження ризику негативних проявів стресових ситуацій на людину, перш за все, варто дати їй сприйняття різних аспектів психіки, якщо та стикається з новими неочікуваними обставинами для індивіда. Ознайомлення людини з аспектами психічного сприйняття та методами саморегуляції негативних психічних станів, що впливають на людину і мають властивість виражатись у більш серйозних психічних проявах у разі хронічного перебігу, буде сприяти розвинутих навичкам до розуміння себе, підвищеної здатності до адаптивності та регуляції саме у контексті тої кризової ситуації, у випадку, якщо член їхньої родини, працівник МВС, проходить реабілітацію, чи поранений або потрапив у полон.

На розвиток адаптивності молоді великий вплив має саме родинне оточення, отже будь-які зміни взаємодії між членами родини впливають на здатність молодих людей більш адекватно сприймати себе, свої почуття та емоції. Задля уникнення психічного дискомфорту підлітка в умовах, коли його

член родини, поліцейський, проходить реабілітацію після полону варто розвивати у ньому насамперед здатність до розвитку емоційного інтелекту. Оскільки, під час процесу реабілітації його члена родини, який виконував обов'язки на передовій, той може мати нові стійкі патерни поведінки, наприклад підвищена агресивність. Отже, в таких умовах, які ускладнюються переживанням стресу та періодичними змінами його пікового стану підліток швидше за все буде мати дезадаптивність тенденції, саме тому, психосоціальна підтримка зі сторони спеціалістів та членів родини буде позитивно впливати на розвиток адаптивності, в першу чергу, через розвиток емоційного інтелекту, підґрунтям якого, буде пережитий новий досвід молодою людиною, під час реабілітації наприклад його бать поліцейського після поранення.

Найбільшим викликом для розвитку адаптивності у молоді є боротьба з тривожністю. Однією з ефективних стратегій її переживання є сукупність технік психосоматичного розвитку індивіда. У свою чергу, це певна сукупність різноманітних ефективних стратегій та методів адаптації молоді до тривожності під час війни, які виражаються від особистісного психо-соматичного розвитку до соціально-орієнтованого. Серед таких стратегій можуть бути: психоедукація, підтримка соціальних зв'язків, фізична активність, професійна психологічна допомога (психосоціальна підтримка), формування позитивного мислення, тобто світосприйняття та розвиток навичок стресостійкості [2].

Висновки

Отже, психологічні стратегії адаптації молоді під час реабілітації їх родичів працівників МВС після поранення та взяття у полон є різноманітними та мають ознаки взаємопов'язаних, оскільки орієнтуються на краще розуміння індивідом себе та осмислення нових контекстів, які його оточують, самостійно та за допомогою соціальної взаємодії. Існування молодих людей під час реабілітації їх родичів працівників МВС після поранення та взяття у полон передбачає приділення їм більшої уваги у зв'язку з їхнім переживанням цієї кризової ситуації. Насамперед варто почати з психоедукації, як початкового

елементу загального розвитку адаптивності. Оскільки вона є тим елементом, який краще закріпить позитивний вплив психосоціальної підтримки та допомоги спеціалістів. Оскільки, молода людина буде більш відкритою до нового розуміння себе та усвідомлення нюансів перебігу реабілітації його родича. Для цього процесу необхідні внутрішні ресурси та вміння їх знайти. Саме на цьому етапі краще розкривається вплив соціальних зв'язків як елементу, який сприяє певному відстороненню від проблем та переживань пов'язаних зі стресом. Передумовою ефективності цієї стратегії є соціально-орієнтований аспект індивіда, який окрім прагнення залучення в певну соціальну групу також прагне до того, щоб шукати свою зону комфорту, в якій він може відновити внутрішні ресурси, які є чинник попередження вигорання, що підсилить загальне протікання стресу. Разом з тим позитивне підкріплення зв'язків у родині пришвидшить реабілітацію після поранення чи взяття й полон родича поліцейського.

Розвиток позитивного мислення варто розглядати як механізм, який здатен сприяти подоланню негативних емоцій та переживань пов'язаних з важливими для індивіда питаннями. В умовах війни та при безпосередній участі в реабілітації родича, який зазнав поранень чи пройшов полон позитивне мислення буде мати заразний у позитивному ключі характер. Сам же феномен позитивного мислення є цікавий тим, що він здатен розвиватись незалежно від оточуючих факторів, що негативно впливають на особистість. Наприклад, концепція психологічного розвитку особистості В. Франкла говорить, що прагнення пошуку сенсу – первинна сила в житті людини. Він вказував, що у концтаборах здебільшого ті люди, які знаходили у цьому сенс, попри всі нелюдські умови. Таким чином, питання сенсожиттєвих цінностей у період війни є умовою виживання [3]. Сенс життя або його пошук впливає на формування позитивного мислення у людини, оскільки цей процес підвищує рівень самоусвідомлення через пізнання навколишнього при різних обставинах. Також, це може бути механізмом саморегуляції.

Список використаних джерел

1. Спільнота в умовах воєнного конфлікту: психологічні стратегії адаптації : колективна монографія / за наук. ред. Л.М.Коробки /Л.М.Коробка, В. О. Васютинський, В. Ю. Вінков та ін. ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2019 286 с. с. 7
2. Горенко, Мар'яна. Тривожність молоді під час війни: психологічні аспекти та стратегії адаптації. *Věda a perspektivy*, 2023, 12 (31). С. 185.
3. Романова, О. В. Розвиток резильєнтності учасників освітнього процесу в умовах війни. In The 10 th International scientific and practical conference “*Science and technology: problems, prospects and innovations*”(July 6-8, 2023) CPN Publishing Group, Osaka, Japan. 2023. 254 p. (p. 128). С. 137

Yaremchyshyn M. M.

PSYCHOLOGICAL STRATEGIES OF ADAPTATION OF YOUNG PEOPLE DURING THE REHABILITATION OF THEIR RELATIVES - EMPLOYEES OF THE MINISTRY OF INTERNAL AFFAIRS AFTER BEING WOUNDED AND CAPTURED

Abstract. *During a full-scale war in Ukraine, the development of psychological issues is of particular importance. Especially the issue of adaptive capacities of people and youth in the context of war in cases where they are family members of MIA employees who perform their duties in the combat zone. Developed adaptive capacities of young people allow not only for self-preservation, but also are a factor in the system of psychosocial support for MoIA employees during their rehabilitation, after injury or captivity.*

Key words: *Adaptive capabilities of youth, psychosocial support of family members of the Ministry of Internal Affairs, psychological adaptation, rehabilitation after injury and capture of national police officers.*

Наукове видання

АДАПТАЦІЙНІ МОЖЛИВОСТІ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

XIV Міжнародної науково-практичної конференції,
присвяченої
105-річчю з дня заснування кафедри фізичної реабілітації,
біології і охорони здоров'я та
60-річчю створення лабораторії функціональної діагностики
імені професора Т. М. Цонєвої

19–20 вересня 2024 року
м. Одеса

Частина 2

Матеріали зверстані з електронних носіїв, наданих авторами публікацій.
Відповідальність за наукову достовірність матеріалів та відсутність плагіату
несуть автори

Головний редактор А. І. Босенко
Технічні редактори: О. В. Бобро
Дизайн обкладинки А. І. Босенко, Н. А. Орлик, М. С. Топчій
(фото Н. А. Орлик)