

**Рівненський державний
гуманітарний університет**

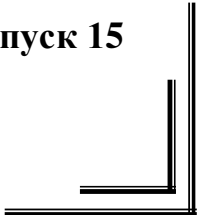


**Актуальні питання
психологічної науки**

**Альманах студентського наукового
товариства**

Випуск 15

Рівне - 2021



ББК 88

А 43

УДК 159.9

Актуальні питання психологічної науки: Альманах студентського наукового товариства. Рівне, 2021. Вип. 15. 140 с.

Головний редактор:

Ямницький В.М. – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри практичної психології та психотерапії РДГУ.

Редакційна колегія:

Воробйов А.М. – кандидат педагогічних наук, професор, завідувач кафедри загальної психології та психодіагностики РДГУ;

Главінська О.Д. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної психології та психодіагностики РДГУ;

Павелків В.Р. – доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри загальної психології та психодіагностики, декан психолого-природничого факультету РДГУ;

Павелків Р.В. – доктор психологічних наук, професор, академік АВШ, завідувач кафедри вікової та педагогічної психології, директор Інституту психології та педагогіки РДГУ, перший проректор РДГУ;

Хупавцева Н.О. – доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри загальної психології та психодіагностики РДГУ;

Романюк В.Л. – кандидат біологічних наук, доцент кафедри загальної психології та психодіагностики РДГУ;

Савицька О.Г. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної психології та психодіагностики РДГУ.

Друкується за рішенням вченої ради РДГУ (протокол № 12 від 29 грудня 2021 р.)

За достовірність фактів, дат, назв тощо відповідальність несуть автори матеріалів.

3. Кудрявцев Т. В. Развитие личности дошкольника \ Т.В.Кудрявцев. - М.: Наука, 2005. - 312 с.
4. Маркова А.К. Формирование мотивации до обучения в дошкольном возрасте. / А.К.Маркова // Вопросы психологии. - 2006. - № 5. - С. 46-54.

УДК 159.923.4

АДАПТАЦІЙНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ЛЮДИНИ: ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ

Бажинська Діана, здобувач ОС «бакалавр», 4 курс, РДГУ

Керівник: Романюк В.Л., кандидат біологічних наук, доцент

Адаптація в науці розглядається у двох аспектах – статичному і динамічному. Статичне поняття адаптації відображає властивість (стан) біосистеми, її стійкість до умов середовища – рівень її адаптованості. Іншими словами, це властивість адаптивності та визначення якій пропонує В.І. Гарбузов: «Адаптивність – це природжена та набута здатність до адаптації, тобто пристосування до всієї багатоманітності життя при будь-яких умовах». Динамічне поняття адаптації відображає сам процес пристосування біосистеми, у т.ч. людини та особистості до мінливих умов середовища, тобто зміна біосистеми в часі і просторі, що забезпечує її життєдіяльність в даних умовах. При цьому, насамперед, визначаються механізми пристосування відповідної біосистеми, їх функціональні особливості, системні принципи регулювання тощо [1, 2].

Визначення процесу адаптації з урахуванням принципу цілеспрямованості залежатиме від вихідних критеріїв, які були систематизовані В.П. Казначеевим (1986).

1. Біологічні критерії. Згідно з ними адаптація – це процес збереження і розвитку біологічних властивостей популяції, який забезпечує прогресивну еволюцію біологічних систем в адекватних умовах середовища.

2. Фізіологічні критерії. З цієї позиції адаптація – це процес підтримки функціонального стану гомеостатичних систем і організму в цілому, який забезпечує збереження, розвиток, працездатність, максимальну тривалість життя організму в адекватних і неадекватних умовах середовища. Саме фізіологічні критерії є мірою індивідуального здоров'я людини, у т.ч. фізичного і психічного здоров'я.

3. Термодинамічні критерії. Згідно них адаптація – це процес підтримки оптимального рівня рівноваги біологічної системи в адекватних і неадекватних умовах середовища.

4. Кібернетичні критерії. Характеризують адаптацію як процес самозбереження функціонального рівня системи, яка самоорганізовується, в адекватних і неадекватних умовах середовища та як вибір функціональної стратегії, що забезпечує оптимальне досягнення головної мети поведінки біологічної системи.

Загалом усі методи, які використовуються для вивчення адаптаційного потенціалу людини та особистості є морфо-функціональними, психофізіологічними та психологічними, у т.ч. на основі вимірювання та співставлення певних морфологічних (ріст, маса тіла) і фізіологічних (пульс, артеріальний тиск) показників, а також бланкових методів психодіагностики (методи самооцінки функціональних станів). Такі методики дозволяють безпосередньо оцінювати рівень адаптивних можливостей організму за станом тих чи інших систем органів і систем. Найчастіше оцінюють стан серцево-судинної системи як однієї з ключових морфо-функціональних систем організму людини при різних функціональних станах, у т.ч. в умовах фізіологічного і психологічного стресу.

На сьогоднішній день у якості основного показника, що відображає адаптаційний потенціал організму людини, використовується індекс функціональних змін (ІФЗ) за Р.М. Баєвським [3]. Методика визначення ІФЗ не потребує додаткових фізичних навантажень для досліджуваного, є доволі простою у використанні та водночас адекватно визначає функціональний стан серцево-судинної системи та її адаптивні можливості при різних формах діяльності.

Міждисциплінарні дослідження свідчать, що адаптаційний потенціал людини має індивідуально-типологічні та вікові і статеві особливості. Так, в загальному адаптаційний потенціал у дівчат вищий, ніж у хлопців, що може бути пов'язано із специфікою діяльності їх серцево-судинної системи, а також особливостями їх емоційної та когнітивної сфери тощо. Окрім того, адаптаційний потенціал студентів, що проживають на території з підвищеним радіаційним фоном, нижчий, ніж у студентів, що проживають на території з природнім радіаційним фоном. Отже, потенційно підвищене радіаційне забруднення середовища існування зменшує адаптивні можливості організму людини, що потребує окремої уваги фахівців біології, медицини, психології.

Для оцінки психологічних аспектів адаптації застосовують тести щодо оцінки стресостійкості особистості, реактивної та особистісної тривожності тощо. Перспектива наукових досліджень – визначення психофізіологічних особливостей адаптаційного потенціалу як складової фізичного і психічного здоров'я студентів із врахуванням їх вікових і статевих особливостей в умовах навчального процесу.

Список використаних джерел:

1. Агаджанян Н.А. Адаптация и резервы организма / Н.А. Агаджанян. – М. : ФиС, 1982. – 176 с.
2. Адаптивність та адаптаційні можливості [Електронний ресурс]. – Режим доступу : URL : <http://studentam.net.ua/content/view/10798/86/> . – Назва з екрана.
3. Практикум по психології здоров'я / Под ред. Г.С. Никифорова. – СПб: Питер, 2005. 351 с.

УДК 159.9.07**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОЕФЕКТИВНОСТІ
МОЛОДІ****Бернік Анна, здобувачка ОС «бакалавр» РДГУ***Керівник: Главінська О.Д., кандидат психологічних наук, доцент*

Сьогодення ставить перед молоддю багато складних завдань, вирішення яких вимагає від неї високого рівня розвитку вольових, інтелектуальних та моральних особистісних якостей. До найважливіших варто віднести такі якості як: впевненість у собі, рішучість, самостійність, наполегливість у досягненні мети, креативність, мобільність, життєва компетентність. Усі ці риси є складовими такої психологічної властивості як самоефективність особистості.

У психології самоефективність розглядається як переконання людини у своїй здатності ефективно (успішно) діяти в тій чи іншій ситуації і діяльності, яка має для неї певну цінність. У сучасних психологічних дослідженнях рівень розвитку самоефективності виступає критерієм прогнозування успішності діяльності та побудови взаємодії між суб'єктами. Рівень самоефективності, на думку вчених, впливає на цілі і прагнення людини. Під його впливом особистість встановлює для себе цілі і визначає необхідну кількість зусиль, потрібних для їх досягнення.

Автор теорії соціального наuczіння А. Бандура вважав, що ефектвене використання особистістю навіть посередніх здібностей дозволить їй досягти поставленої мети. Даний феномен, на думку автора, є специфічним конструктом самосвідомості особистості, який формується під впливом соціальних умов, ґрунтуючись на когнітивних параметрах особистості. А. Бандура акцентував увагу на тому, що самоефективність дає можливість суб'єкту соціальної взаємодії аналізувати і оцінювати свої можливості в процесі виконання діяльності, базуючись на актуальних цінностях і потребах особистості, її емоціях і, як наслідок, безпосередньо визначає

Зміст

Вступ	3
Артемова О. Психологічні аспекти грамотного і безпечного використання інтернету	4
Артемова О. Формування ціннісно-сислової сфери здобувачів освіти	6
Камінська О. Вплив дистанційного навчання на соціально-психологічну адаптацію першокурників	11
Романюк В. Сигнальні системи та психогенні розлади особистості	14
Рудюк О. Дослідження особистісних цінностей суб'єктів освітнього процесу у вищій школі	16
Антонюк Н. Психологічний аналіз мотиваційної готовності дитини дошкільного віку до школи	18
Бажинська Д. Адаптаційний потенціал людини: психофізіологічні аспекти	21
Бернік А. Психологічні особливості самоефективності молоді	23
Болюх Т. Профілактика емоційного вигорання молоді	25
Вітрук Д. Психологічний аналіз креативності сучасних підлітків та юнаків	28
Галушко О. Психологічна профілактика паніки та засоби її подолання	30
Глотова М. Мобінг як фактор прояву агресивності у підлітковому віці	32
Горбатюк О. Вплив міжособистісних стосунків на вирішення конфліктних ситуацій у сучасній молоді	35
Гук В. Розвиток стресостійкості у дітей молодшого шкільного віку як необхідної складової у формуванні соціальної компетентності особистості шляхом використання методів арт-терапії	38
Доля Т. Психологічні особливості проявів прокрастинації у дорослому віці	41
Зайчук Т. Виховні можливості ігрової діяльності у розвитку самостійності в дітей старшого дошкільного віку	43
Захарова Н. Теоретико-методологічні засади проблеми мотивації до лідерства у студентської молоді	46
Замківський І. Метод піскової терапії у сучасній психологічній науці	48
Калюш Р. Особливості мотиваційної сфери майбутніх психологів	55
Камінський А. Стресостійкість як професійно важлива якість психолога	57
Карпова А. Булінг в шкільних колективах: причини виникнення та методи профілактики	60
Кобзар З. Психологічні особливості емпатії студентської молоді	62
Ковтун О. Психологічні особливості поведінки підлітків у ситуаціях булінгу	64
Ковтун С. Особливості емпатійності у підлітковому віці: гендерний	

аспект.....	67
Корчак А. Психологічні особливості впливу емоційної напруги на психосоматику юнаків.....	69
Кот С. Психологічні особливості особистісної конфліктності студентської молоді.....	71
Кохно Т. Освітнє середовище як чинник розвитку стресостійкості студентів.....	73
Лапюк А. Емоційні складові стресостійкості у студентської молоді.....	75
Максимчук М. Вплив тривожності на розвиток комунікативних здібностей у підлітковому віці.....	78
Маркова І. Психологічні особливості розвитку ціннісних орієнтацій у підлітковому віці.....	80
Мартинюк Т. Дослідження темпераменту у студентської молоді.....	83
Мартинюк Т. Тривожність та психічне здоров'я особистості.....	85
Матейук О. Емпатія як психологічне особистісне утворення.....	87
Микитюк В. Теоретичний аналіз проблеми професійного самовизначення у психологічній парадигмі.....	90
Михайлюк Ю. Чинники особистісної конфліктності і способи поведінки юнаків в ситуації міжособистісних конфліктів.....	92
Мягка О. Генезис емоційного інтелекту підлітків.....	94
Новосад Т. Проблеми формування комунікативної компетентності майбутніх фахівців в процесі професійної підготовки у закладах вищої освіти.....	96
Онищук Д. Мотиваційні чинники розвитку креативності у майбутніх психологів.....	99
Онищук Т. Вплив сімейних конфліктів на особистісний розвиток підлітків.....	102
Подерня Н. Індивідуально-типологічні чинники формування локус контролю.....	105
Полонська В. Спілкування і розвиток особистості.....	107
Посохова Л. Психологічні особливості ціннісних орієнтацій студентської молоді.....	108
Самойдук А. Психологічні особливості соціальної емпатії особистості.....	110
Самчук І. Психологічні особливості виникнення та корекції особистісної тривожності у ранньому юнацькому віці.....	112
Смаглюк А. Особливості розвитку мислення у молодшому шкільному віці.....	114
Сокотун К. Розробка програми розвитку емоційного інтелекту.....	116
Стрихарчук М. Психологія розвитку міжособистісного спілкування.....	118
Ткачук Л. Психолого-педагогічні особливості навчальної неуспільності.....	

молодших школярів	124
Угнієва С. Психологічний аналіз тривожності у підлітків	126
Царук С. Мотивація та особливості навчальної діяльності у студентської молоді	129
Шоха Т. Психологічні чинники розвитку мотиваційної сфери в молодшому шкільному віці	131
Юсенко В. Роль комунікативної компетентності у розвитку лідерських якостей особистості	133
Зміст	137

Електронне видання

Актуальні питання психологічної науки.
Альманах студентського наукового товариства

Випуск 15

Наукове редагування – проф.. Камінська О.В.
Відповідальний за випуск – проф. Воробйов А.М.

Формат 60x80/16. Гарнітура Times New Roman
Умовн. друк арк. 7,5.

вул. С. Бандери, 12, м. Рівне
Редакційно-видавничий відділ
Рівненського державного гуманітарного університету