



**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.

концепції та результати емпіричного дослідження, українська дослідниця В. Корольчук так визначає сутність стресостійкості: «...структурно-функціональна, динамічна, інтегративна властивість особистості, як результат трансактного процесу зіткнення індивіда зі стресогенним фактором, що включає в себе когнітивну репрезентацію, об'єктивну характеристику ситуації та вимоги до особистості» [3].

Студент, вступаючи до вищого освітнього закладу, у процесі інтеграції до нової соціальної групи та опанування професії переживає низку стресів, пов'язаних насамперед із новим оточенням. Ситуації педагогічної та міжособистісної взаємодії нерідко зумовлюють труднощі, що спричинюють переживання стресового стану.

Студентське життя наповнене стресовими та фруструючими ситуаціями (наприклад, під час сесії), частина з яких, за тих чи інших причин, можуть стати для молоді людини травмуючими подіями, які глибоко проникають у свідомість і часто впливають на подальшу долю. Ці ситуації викликають підвищену емоційну напругу і можуть негативно впливати на життєві плани, спосіб життя, кар'єру, відносини із значущими людьми, загальне благополуччя особистості тощо.

Тому важливою є проблема вивчення детермінант поведінки студентів у стресових та фруструючих ситуаціях, визначення шляхів активізації їх вольових та інтелектуальних зусиль в цих умовах.

Список використаних джерел:

1. Выготский Л. С. Педагогическая психология / Под ред. В. В. Давыдова. М.: Педагогика-Пресс, 1999. 536 с.
2. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. М.: Наука, 1983. 386 с.
3. Корольчук В. М. Психология стресостійкості особистості: автореф. дис... д-ра психол. наук: 19.00.0. К., 2009. 40 с.

УДК 159.91

ЕМОЦІЙНІ СКЛАДОВІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Лапюк Анна, здобувач ОС «бакалавр», 4 курс, РДГУ

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

Стресостійкість – системна психофізіологічна властивість особистості, яка характеризується низьким рівнем тривожності, емоційною стабільністю, високим рівнем саморегуляції, психологічною готовністю до

стресу та є основою ефективної соціальної взаємодії у відповідних умовах діяльності.

Стресостійкість студента визначається наявністю стресогенних чинників під час навчального процесу, у т.ч. в нових умовах соціальної адаптації, під час теоретичних і практичних занять, у період заліків та іспитів, а також необхідністю самовизначення щодо майбутньої професійної діяльності. Таким чином, специфічний стан хронічного і гострого стресу та його клінічні складові і наслідки становлять серйозну загрозу щодо психічного здоров'я студентів під час навчання.

У зв'язку з цим основною метою даного дослідження було вивчення особливості психофізіологічних механізмів стресостійкості у студентської молоді в умовах навчального процесу.

Для психологічного і психофізіологічного аналізу поняття «стрес» у сучасній науковій літературі цей термін використовується у трьох значеннях. По-перше, поняття «стрес» визначається як будь-які зовнішні стимули чи події, що викликають у людини дискомфорт. По-друге, стрес відноситься до суб'єктивної реакції та відображає внутрішній психічний стан напруги і збудження; він інтерпретується як емоції та захисні реакції, що відбуваються у самій людині. По-третє, за У. Кенноном і Г. Сельє, стрес може бути фізичною реакцією організму на запропоновану вимогу чи шкідливий вплив середовища існування. Функцією таких системних фізіологічних реакцій, ймовірно, є підтримка відповідних психічних процесів та поведінкових дій щодо подолання даного специфічного стану [1]. При цьому Р.С. Немов трактує поняття «стрес» як «негативний емоційний стан, що виникає в результаті фрустрації або серйозних невдач в житті людини і полягає в неадекватній і дезадаптованій поведінці».

Логічним продовженням теорії У. Кеннона і Г. Сельє стала концепція психологічного стресу Р. Лазаруса, який вважав, що адаптацію до середовища існування визначають емоції, інтенсивність та силу яких, в свою чергу, зумовлюють когнітивні процеси [1]. У цілому аналіз праць Г. Сельє і Р. Лазаруса дозволив визначити, що стрес є об'єктивною та суб'єктивною реакцією особистості на різку зміну звичних умов у певному природному і соціальному середовищі, що відображається на фізіологічній і психологічній ефективності життєдіяльності організму.

Навчальна діяльність студентів завжди була пов'язана з високим рівнем стресогенного навантаження, а вплив стресорів сучасного природного і соціального середовища додатково збільшує дане функціональне навантаження. В сучасного студентства досить часто порушується когнітивний та емоційний, поведінковий і мотиваційний

компоненти діяльності, які суттєво пов'язані із підвищеним рівнем стресу та, відповідно, зниженням показників стресостійкості.

Зокрема О.М. Матвеева та інші встановили, що в період іспитів студенти можуть мати виражені порушення вегетативної регуляції, насамперед, серцево-судинної системи, що проявляються в підвищенні пульсу і артеріального тиску, зростанні рівня м'язової та психоемоційної напруги тощо [2]. Такі серйозні соматичні зміни в діяльності організму, особливо під час заліків та іспитів пов'язані не лише з особливостями юнацької психіки, але й з новими вимогами і стандартами сучасної університетської освіти та відповідними інформаційними впливами.

У сучасному трактуванні поняття «стресостійкість» можна виділити два блоки системних показників, що складають цей феномен: 1) психофізіологічний блок, який включає емоційну стабільність або нестабільність, рухливість процесів збудження і гальмування та силу нервової системи; 2) соціально-психологічний блок, у т.ч. екстраверсія, інтроверсія, тип і спрямованість поведінкових реакцій та комплекс особистісних якостей, що проявляється в стресі [3].

У цілому психологічний портрет стресостійкої особистості представлений такими характеристиками як врівноваженість, емоційна стійкість, відповідальність, стриманість, активність і життєрадісність. Сьогодні виділені компоненти стресостійкості, що охоплюють такі параметри, як здатність до розбудови ефективних міжособистісних відносин, вираженість самоактуалізації та соціальна адаптованість [1]. Як підкреслював С.С. Корсаков, чим «більш гармонійно поєднані всі існуючі властивості, складові особистості, тим більше вона стійка, урівноважена та здатна протистояти впливам, які прагнуть порушити її цілісність».

Таким чином, емоційний компонент та його психофізіологічні механізми можна вважати одним із ключових елементів щодо розвитку стресостійкості у студентів. Перспектива наукових досліджень – розробка міждисциплінарних теоретичних і практичних складових стресостійкості, а також пошук ефективних методів психокорекції і психопрофілактики щодо збереження психічного здоров'я у студентської молоді в умовах навчального процесу.

Список використаних джерел:

1. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление / В.А. Бодров. Москва : ПЕРСЭ, 2006. С. 352.
2. Современные методы диагностики межпредметных связей / О.М. Матвеева, И.С. Матвеева, Л.А. Матвеева, Д.А. Романов //

Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. № 9 (163). 2018. С. 203-207.

3. Судаков К.В. Системные основы стресса / К.В. Судаков, П.Е. Умрюхин. Москва : Гетар-Медиа, 2010. С. 112

УДК: 159.942:159.922.8

ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ НА РОЗВИТОК КОМУНІКАТИВНИХ ЗДІБНОСТЕЙ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Максимчук Михайло, здобувач ОС «бакалавр», 4 курс, РДГУ

Керівник: Сторож О.В., кандидат психологічних наук, доцент РДГУ

Підлітковий вік є одним із найскладніших та найвідповідальніших періодів становлення і розвитку психіки людини. Цей вік, що в загальному займає межі 13-16 років, є віком допитливого розуму, жагучого пізнання світу, пошуку свого призначення в ньому, бурхливої комунікативної активності. Особлива роль у цьому віковому періоді надається спілкуванню з однолітками, а провідною діяльністю стає саме інтимно-особистісне спілкування. Важливу роль у процесі комунікації відіграє становлення «Я» підлітків, розвиток процесів їхньої самооцінки та становлення особистісної рефлексії. Для успішного перебігу та реалізації описаних потреб здійснюється активне залучення наявного потенціалу комунікативних здібностей підлітків. Одним із чинників, що впливає на розвиток комунікативних здібностей є тривожність. Процеси впливу тривожності на подальший розвиток комунікативних здібностей є важливою, хоча недостатньо розробленою проблематикою психологічної науки.

Дослідженням природи феномену тривожності займалися такі вчені як Б.Г. Ананьєв, Е.Г. Ейдемільер, Є.М. Заможна, К. Ізард, А. Качєв, А.М. Прихожан, В.Є. Сорочинська, Ч. Спілбергер, З. Фрейд, Ю. Ханін, К. Хорні, Н.Ф. Шевченко та ін.

Здійснивши аналіз та узагальнення психологічних праць цих авторів, ми можемо стверджувати, що феномен *тривожності* є багатозначним явищем що може виявлятися як: недовготривала емоційна реакція слабовираженого страху, що безпосередньо впливає на судження особистості та її рішення; комплексний психічний стан особистості, що виникає в ситуації невизначеності; адаптивний механізм особистості, що вирішує компенсаторні та регуляційні завдання; властивість особистості, яка сприяє певним проявам станів та реакції тривожності. Існує декілька класифікацій тривожності як явища. Виділяють адаптивну та дезадаптивну, стійку та загальну, відкриту та приховану, компенсаторну та культивовану,

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 першокурсників	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 сучасної 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 неуспешності.....	

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