

**Рівненський державний
гуманітарний університет**

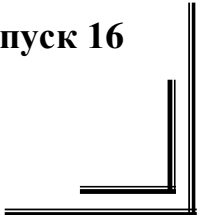


**Актуальні питання
психологічної науки**

**Альманах студентського наукового
товариства**

Випуск 16

Рівне - 2022



ББК 88

А 43

УДК 159.9

Актуальні питання психологічної науки: Альманах студентського наукового товариства. Рівне: РДГУ, 2022. Вип. 16. 120 с.

Головний редактор:

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

Редакційна колегія:

Воробійов 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;

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

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

Друкується за рішенням вченої ради РДГУ (протокол № 5 від 26 травня 2022 р.)

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

© Рівненський державний гуманітарний університет, 2022

ПСИХОСОЦІАЛЬНА ДОПОМОГА В УМОВАХ КРИЗИ **Артемова Ольга, кандидат педагогічних наук, доцент, РДГУ**

Соціально-психологічна напруженість в світі, викликана війною, економічною нестабільністю робить особливо актуальним питання психосоціальної допомоги тим, хто її потребує. Війна, крім фізичних ушкоджень, спричиняє складнощі з психологічним здоров'ям, включаючи стрес, депресію, тривожність. Стикаються з такими проблемами діти, дорослі, бійці, цивільне населення, люди, які виїхали і люди, які залишилися. Важливо знати, що навіть у надзвичайно важкі часи, в кризовій ситуації є речі, які можна зробити для того, щоб принести полегшення собі, нашим сім'ям, нашим громадам.

Розвиток і надання психосоціальної підтримки почалось у 2014 році із початком збройного конфлікту на Сході, який спричинив значне порушення життєдіяльності людей, великі людські втрати, значні матеріальні збитки, що вкрай негативно позначилось на кожній родині. Втрата домовки, матеріальних та соціальних зв'язків, а в деякого і втрата близьких, спричинила велику потребу не лише у матеріальній підтримці, а й в психосоціальній, задля допомоги людям у знятті стресу, пошуку найкращих шляхів психологічної адаптації, налагоджені нових соціальних зв'язків та пристосуванні до життя у нових умовах.

Станом на сьогодні психосоціальна підтримка надається людям, які переживають кризові події задля допомоги їм справлятися із ними. Вчасна і якісна психосоціальна допомога може допомогти особі, сім'ї чи спільноті відновитись від впливу кризової події значно швидше та мінімізує ризик виникнення серйозних психологічних проблем.

Криза, як правило, несподівана та неконтрольована, дуже часто загрожує особистим планам на майбутнє, вселяє безнадію, відчай. Разом із тим потрібно знати, що кризи в житті людини позначають одночасно як ненадійну ситуацію, так і потенційну можливість справитися, піднятися на вищий рівень, оскільки ті шляхи, які використовує суб'єкт для подолання кризи, надалі визначають його стійкість. Саме тому так важлива Психосоціальна підтримка людини у ситуації кризи.

Мета публікації полягає у висвітленні питань психосоціальної допомоги населенню в кризових ситуаціях, оскільки на сьогоднішній день все більше людей потребує психологічної допомоги та підтримки кваліфікованих соціальних працівників та практичних психологів.

Далеко не кожна людина здатна самостійно справитися з кризовою ситуацією і в цьому випадку все більше людей звертається за необхідною допомогою фахівця. Запит на психосоціальну допомогу в кризових

ситуаціях висуває високі вимоги до якості підготовки фахівців, які повинні володіти всіма необхідними професійними компетенціями, гуманітарними технологіями і здатні здійснювати свою діяльність у нестандартних умовах. Дуже важливо вміти підбирати адекватні методи психологічного супроводу і психокорекційної роботи відповідно до особливостей особистості та соціально-психологічних характеристик груп, що опинилися у кризовій ситуації; здатністю взаємодіяти з фахівцями, що беруть участь у наданні допомоги кризовій особистості; готовності вирішувати типові задачі у сфері здійснення професійної допомоги.

Психосоціальна допомога – це дії спрямовані на задоволення як психологічних, так і соціальних потреб окремих осіб, сімей та спільнот. Це також дії, спрямовані на полегшення страждань осіб, які перебувають у важкій життєвій ситуації, та відновлення їхнього психосоціального благополуччя [1]. Психосоціальна допомога полягає в емоційній, смисловій та екзистенціальній підтримці людини або співтовариства у важких ситуаціях, які виникають у ході їх особистісного чи соціального буття.

Психосоціальна підтримка надається як групам так і індивідуально. Для груп проводяться заходи у форматі груп підтримки, занять з елементами творчості, сімейних заходів, занять для дітей, активних ігор, заходів з метою соціальної згуртованості тощо. Дані заходи мають на меті підвищити стійкість окремих людей, сімей та спільнот, знизити рівень стресу, зняти емоційну напругу та навчити як можна самому потурбуватись як про себе, так і про своїх рідних. Індивідуальна допомога надається людям під час візитів волонтерів до них додому, а також під час телефонних розмов.

Психосоціальна допомога від фахівців – це вміння вислухати, підтримати і передати практичні навички, які допоможуть впоратися зі стресом, депресією, тривожністю. Навіть перед обличчям величезних труднощів можливо знайти сенс, мету життя та життєві сили. Заслужують на увагу аудіо вправи на розвиток обізнаності, вправи на заземлення, на уважність, як зіскочити з гачка недобрих думок, як створити простір для важких думок замість того, щоб боротися з ними, а також як проявити доброту до себе [2]. Важливо заохочувати здоровий спосіб життя: здорове харчування, пиття води, здоровий сон. Людина представлена на арені життєвих пристрастей у своїй цілісності, що припускає в складній ситуації необхідність задіяти всі резерви людського організму та особистості: фізичну активність, правильне харчування, духовний розвиток, використання гумору. Увага до усіх сторін людської особистості дозволяє активізувати такі здатності до відновлення людини, які були приховані навіть від неї самої.

Психосоціальна допомога включає групи підтримки дорослих і дітей, які переживають горе, зняття фобічних реакцій за допомогою роботи з травматичними образами та індивідуальні методи психологічної допомоги і підтримки. Особливе місце в системі психосоціальної допомоги займають спеціально створені методи кризового втручання (психологічний та психобіографічний дебрифінг тощо). Для того, щоб ефективно вибрати стратегію взаємодії з клієнтом і методи дії на нього, на початковому етапі потрібно провести поглиблену співбесіду, при необхідності із застосуванням психодіагностичних методик. Для виходу людини з кризового стану має значення соціальне оточення, на кого може людина розраховувати. Сюди слід віднести наявність мережі груп самопомоги. Ефективна бібліотерапія, коли людина має власні ресурси до відновлення, але віднаходить їх за допомогою книг і/чи статей. Створення інформаційного поля дозволяє усвідомити, що її переживання та труднощі не унікальні, «нормальні» в ситуації, що склалася, і це дає їй можливість здійснити самопідтримку.

Список використаних джерел:

1. Психосоціальна підтримка [Назва з екрану]. URL: <https://redcross.org.ua/mhpss/>
2. Як допомогти психіці техніками «заземлення» [Назва з екрану]. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=OnusOprxHel>

РОЛЬ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ У СПРИЙМАННІ РОМАНТИЧНИХ ВЗАЄМИН ЧОЛОВІКАМИ ТА ЖІНКАМИ

Бабак Костянтин, кандидат психологічних наук, доцент, РДГУ

На сьогодні існує численна низка різних підходів до теми любові та романтичних взаємин. Мета дослідження полягає в здійсненні огляду існуючих психологічних теорій щодо ролі типу прив'язаності у сприйманні романтичних взаємин людьми протилежної статі.

Першою теорією емоцій, в основі якої розглядається ранній розвиток особистості, була психоаналітична. З.Фрейд, активно вивчаючи емоційну сферу людини, надавав першочергово значення постаті матері та її позиції для гармонійного розвитку дитини. Ці ідеї знайшли своє продовження у межах концепції об'єктних відносин М.Кляйн і, останнім часом, у руслі теорії прив'язаності Дж. Боулбі. При цьому увага вченого звертається на прив'язаність та здатність формувати стійкі зв'язки зі значущими людьми. В основі цього прагнення зосереджений еволюційний принцип, глибоко

Зміст

Вступ	3
Артемова О. Психосоціальна допомога в умовах кризи	4
Бабак К. Роль прив'язаності у сприйманні романтичних взаємин чоловіками та жінками.....	6
Главінська О. Особливості психологічного супроводу призовників строкової служби.....	8
Романюк В. Механізм боротьби або втечі як модель поведінки: психофізіологічні та клінічні аспекти.....	9
Рудюк О. Ціннісні пріоритети суб'єктів освітнього процесу у вищій школі.....	13
Савуляк В., Камінський А., Чичук Ю. Використання групового фокусованого інтерв'ю при підготовці соціальних проєктів для внутрішньо переміщених осіб.....	16
Савуляк В., Курята Н., Бабак А. Порівняльний аналіз ефективності кількісних і якісних методів соціально-психологічних досліджень	20
Андрійчук М. Особистісно-професійне самовизначення у ранній юності	25
Апостол М. Основні напрямки вивчення самореалізації особистості у психологічній науці.....	27
Бабак А. Психологічні чинники виникнення інтернет-адикції в підлітковому віці	30
Байдак В. Волонтерська діяльність студентської молоді	33
Балаушко О. Психологічні особливості виникнення шкільної дезаптації у дітей молодшого шкільного віку.....	34
Вінярська М. Особистісне самовизначення студентів у освітньому процесі.....	36
Воробей О. Психологічні особливості дітей підліткового віку та їх урахування в педагогічному процесі	39
Гамчук М. Психокорекційна робота з батьками, які виховують дітей з особливими потребами.....	42
Грицюк К. Психологічні особливості подолання тривожності студентів-психологів в умовах війни	43
Гурінчук Д. Професійне самовизначення: теоретичний аналіз.....	46
Гуцало Д. Психологічні особливості соціально-психологічної адаптації вимушено переселених осіб	48
Дереженко С. Психокорекція соціально-психологічного клімату в групі підлітків.....	51
Зайчук О. Військові дії як чинник міжособистісного конфлікту в	

підлітковому віці	53
Касянчик Л. Емпіричне дослідження психологічних чинників девіантної поведінки дітей підліткового віку	56
Кобець Д. Проблема креативності в психологічній науці	58
Козенюк М. Співвідношення емоційного інтелекту та комунікативної компетентності студентської молоді	60
Козенюк М. Теоретичний аналіз проблеми комунікативної компетентності студентської молоді	64
Конончук А. Психологічні особливості розвитку юнацького віку	66
Крук Я. Психологічні чинники підвищеної агресивності у дітей молодшого шкільного віку	69
Куришко А. Психологічні чинники подолання інтернет-залежності у підлітків	71
Курята Н. Дослідження життєстійкості як умови професійного зростання студента психолога	73
Левандовська А. Психологічні дослідження емоційного інтелекту у сучасній науці	75
Микитюк В. Психологічні особливості прояву агресивної поведінки у підлітковому віці	78
Мельникович І. Психологічні особливості прояву тривожності у підлітковому віці	80
Мовчко О. Вплив зовнішніх та внутрішніх факторів на виникнення депресивних станів	83
Осіпчук А. Особливості формування гендерної ідентичності особистості у підлітковому віці	85
Парчук Т. Емоційний інтелект як чинник саморегуляції студентської молоді	88
Подерня Н. Психологічні чинники успішної адаптації особистості у соціальному середовищі	93
Пшенична Л. Емпатія як чинник розвитку міжособистісних відносин	95
Радчук О. Вплив емоційного інтелекту на розвиток міжособистісних стосунків сучасної молоді	98
Романюк О. Психологічні особливості впливу емпатії на розвиток комунікативної компетентності студентів	100
Сова Я. Психологічні проблеми вимушених трудових мігрантів	102
Хома О. Психологічні підходи до вивчення феномену академічної прокрастинації у студентському віці	105
Хомюк І. Психологія конфлікту у сучасній науці	108
Цицюра Д. Експериментальне дослідження проявів булінгу в освітньому середовищі	111

Цицюра О. Самоактуалізація майбутніх психологів у процесі професійної підготовки	114
Шуріна В. Психологічна корекція комунікативних навичок студентів	116
Зміст	118

Електронне видання

Актуальні питання психологічної науки.
Альманах студентського наукового товариства

Випуск 16

Наукове редагування – доц. Романюк В.Л.
Відповідальний за випуск – проф. Воробйов А.М.

Формат 60x80/16. Гарнітура Times New Roman
Умовн. друк арк. 5,9.