

**Рівненський державний  
гуманітарний університет**

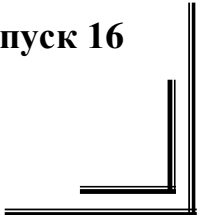


**Актуальні питання  
психологічної науки**

**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:**

**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;

**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.

- використання арт-терапевтичних методик, бесіди, психологічні групові дискусії;
- надання необхідної інформації про нову для військовослужбовця соціальну ситуацію розвитку та норми військово-професійної поведінки;
- психологічна підтримка під час виконання нових обов'язків.

Досягти таких умов, щоб призовник узяв на себе відповідальність за те, що з ним відбувається, – основне завдання психолога, оскільки переважна більшість військових, що звернулися до психолога звинувачують зовнішні обставини у проблемах [2, 59]. Тому, не менш важливим є компетентність та професіоналізм самого психолога, що працює з військовими. Окрім професійних знань та вмінь спеціаліст має володіти значущими особистісними якостями: любити людей, бути проникливим, добрим, терплячим, відповідальним і комунікабельним [3, 148].

Отже, психологічний супровід призовників строкової служби, певною мірою, є визначним фактором її успішності, адже перш за все він зосереджений на успішній соціальній адаптації особистості та її мотивації. Завдання психолога полягає у створенні умов для успішної взаємодії призовників з групою, офіцерами, командуванням. Зробити службу солдата якомога комфортнішою - основна мета психологічного супроводу військовослужбовця.

#### **Список використаних джерел:**

1. Адаптація дитини до школи. Упоряд.: С. Максименко, К. Максименко, О. Главник. Київ: Мікрос-СВС, 2003. 24 с.
2. Мозговий В. І. Дослідження поняття психологічного супроводу військовослужбовців на різних етапах службової діяльності. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Психологія». Вип. 63. 2017. с. 58-63.
3. Ліпатов І. І. Психологічна адаптація військовослужбовців до бойової діяльності: навч. посібник. Харків: ХВУ, 1999. 148 с.

#### **МЕХАНІЗМ БОРотьБИ АБО ВТЕЧІ ЯК МОДЕЛЬ ПОВЕДІНКИ: ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ТА КЛІНІЧНІ АСПЕКТИ** **Романюк Володимир, кандидат біологічних наук, доцент, РДГУ**

Волтер Кеннон (19.10.1871 р. – 01.10.1945 р.), видатний американський фізіолог і психофізіолог, у 1915 році відкрив функціональне

та клінічне значення гормону адреналіну, сформував концепцію про симпато-адреналову систему, визначив фізіологічні механізми емоційної поведінки (робота «Зміни в тілі під час болю, голоду, страху і гніву») [1], а також у руслі вчення про гомеостаз обґрунтував один із основних еволюційних механізмів адаптації у людини і тварин – поведінковий механізм боротьби або втечі, який проявляється у складних умовах існування або в умовах гострого стресу.

На думку Волтера Кеннона, емоції пов'язані із суттєвими вегетативними змінами в організмі через посилення діяльності певних органів і систем, у т.ч. серцево-судинної та опорно-рухової системи. При емоційному збудженні, що має зовнішні ознаки, всередині організму відбувається посилений синтез гормону адреналіну, якого Волтер Кеннон назвав **гормоном «боротьби та втечі»** [3]. Адреналін оперативно мобілізує функціональні резерви організму в умовах реальної та потенційної загрози для ефективної дії; при цьому втеча розглядається як відмова від боротьби. Окрім того, адреналін сприяє швидкій перебудові функцій організму, яка спрямована на підвищення його активності та дієвості або працездатності. З часом продуктивна ідея Волтера Кеннона щодо гормону адреналіну трансформувалася в універсальний поведінковий механізм боротьби або втечі у світі людини і тварин, а також доповнилася функціональним і клінічним значенням інших гормонів щодо поведінкової норми і патології, у т.ч. норадреналіну і кортикостероїдів.

Окремої уваги фахівців біології і медицини, психології і педагогіки потребують теоретичні і практичні дослідження щодо реалізації механізму боротьби або втечі у людини в умовах біологічної загрози (епідемія, пандемія), а також в умовах війни і воєнних дій, у т.ч. росії проти України. При цьому механізм боротьби або втечі розглядається складовою реактивності організму у поєднанні із стресом як загальним адаптаційним синдромом (Ганс Сельє, 1936).

Мета публікації полягає у висвітленні психофізіологічних та клінічних аспектів поведінкового механізму боротьби або втечі.

Поведінка як специфічна форма активності у людини і тварин спрямована на збереження гомеостазу у певному середовищі існування. Рушійною силою поведінки визначають потреби: у людини – біологічні (матеріальні), соціальні та духовні (ідеальні) потреби, у тварин – біологічні та соціальні потреби. У цілому специфіка поведінки обумовлена особливостями ендокринної та нервової регуляції функцій організму у взаємодії із природним і соціальним середовищем існування.

Механізм боротьби або втечі є складовою реактивності організму, тобто швидкістю реагування живого організму, а також його тканин, органів

і систем, насамперед, на різноманітні зовнішні впливи (ге – проти, актіо – дія). Окрім того, механізм боротьби або втечі морфологічно та функціонально поєднаний із відповідними стадіями стресу як загального адаптаційного синдрому (Ганс Сельє, 1936) [4]: 1) стадія тривоги із відповідною фазою шоку (зниження захисних механізмів) і фазою протишоку (посилення захисних механізмів); домінують процеси катаболізму (дисиміляції); у цілому – стадія мобілізації функціональних ресурсів організму, у т.ч. через зростання синтезу катехоламінів (насамперед, адреналіну і норадреналіну); стадія тривоги супроводжується як посиленням, так і зниженням механізмів клітинного імунітету організму; 2) стадія опору (резистентності, стійкості) – стадія ефективної адаптації до нових умов існування; домінують процеси анаболізму (асиміляції); у цілому – стадія стабілізації функціональних ресурсів організму, у т.ч. через зростання синтезу кортикостероїдів (насамперед, глюкокортикостероїдів); стадія опору супроводжується зниженням механізмів гуморального імунітету організму; 3) стадія виснаження – неефективність адаптаційно-компенсаторних механізмів, дезадаптація та суттєве порушення гомеостазу; домінують процеси катаболізму (дисиміляції); у цілому – стадія втрати функціональних ресурсів організму; стадія виснаження супроводжується значним ослабленням клітинного і гуморального імунітету організму.

Таким чином, перша стадія стресу у більшості реалізується через механізм боротьби або втечі. Окрім того, силу реакції боротьби або втечі використовують для характеристики стресової реактивності. У цілому механізм боротьби або втечі є спадковим механізмом із відповідними особливостями безумовно-рефлекторної або інстинктивної діяльності. При цьому в онтогенезі механізм боротьби або втечі активно доповнюється індивідуальним досвідом через неасоціативні, асоціативні та когнітивні складові навчання, у т.ч. через особливості інструментальної та умовно-рефлекторної діяльності.

Перша стадія стресу через еволюційний механізм боротьби або втечі (стресореактивність) оперативної і системної готують організм до швидких дій у складних умовах існування природного і соціального середовища. Філогенетичний механізм стресореактивності інформаційно та енергетично дуже затратний, проте спрямований, насамперед, на нейтралізацію загрози індивідуальному життю у певних умовах існування. Якщо механізм стресореактивності повністю або частково нереалізований через зниження активності чи діяльності, тоді виникають проблеми щодо збереження фізичного і психічного здоров'я людини.

У цілому механізм боротьби або втечі (стресореактивність) проявляється через суттєву зміну гомеостатичних показників та

супроводжується певними функціональними і клінічними симптомами, у т.ч.: перерозподіл крові в організмі із зміною концентрації органічних і неорганічних речовин; посилення м'язової активності, а також м'язового напруження (підготовка опорно-рухової системи організму до певних дій); зростання артеріального тиску (симптоми функціональної гіпертонії); підвищення частоти серцевих скорочень (симптоми функціональної тахікардії); зміни частоти дихання та глибини дихання (симптоми функціонального тахіпноє); зростання вмісту глюкози в крові (симптоми функціональної гіперглікемії); зростання вмісту загального холестерину (холестеролу) в крові; зміни показників гуморального і клітинного імунітету; зміни в електричній активності головного мозку; зменшення слиновиділення; посилення потовиділення тощо.

Механізм боротьби або втечі (стресореактивність) супроводжується посиленням діяльності, насамперед, симпат-адреналової системи для термінової мобілізації енергетичного потенціалу організму [2, 3]. Проте надмірне зростання вмісту адреналіну в організмі на рівні центральної нервової системи та психіки здатне викликати неспокій, тривогу і страх. При цьому стресореактивність суттєво впливає на емоційну і когнітивну сферу людини та характеризується зміною у динаміці уваги, загостренням відчуттів, звуженням свідомості, а також рівнем тривожності – реактивної та особистісної тривожності.

У світі тварин хижаки, як правило, діють за механізмом нападу, а нехижаки – за механізмом втечі. У людини в екстремальних умовах можливі різні механізми поведінкової активності, у т.ч. перехід страху (механізм втечі) в агресію (механізм нападу).

Біологічний феномен механізму боротьби або втечі – у залученні різних фізіологічних систем організму до єдиної адаптаційної та функціональної системи, що включає: 1) органи чуття; 2) ендокринну систему; 3) структури лімбічної системи і структури проміжного мозку – таламус (інформаційна оцінка небезпеки), гіпоталамус (локалізація центру агресії і центру страху) і гіпофіз (вплив на наднирники); 4) автономну нервову систему; 5) серцево-судинну систему; 6) систему органів дихання; 7) опорно-рухову систему. У цілому механізм боротьби або втечі у людини і тварин – основна еволюційна домінанта поведінки в екстремальних умовах існування або діяльності.

Перспектива теоретичних і практичних досліджень – визначення індивідуальних і групових особливостей щодо реалізації поведінкового механізму боротьби або втечі з оцінкою його функціональних і клінічних складових, а також пошук функціональних резервів щодо збереження

фізичного і психічного здоров'я людини в умовах реальної та потенційної біологічної або воєнної загрози.

#### **Список використаних джерел:**

1. Биологи: Биографический справочник / Отв. Ред. Ф.Н. Серков. Киев : Наукова думка, 1984. 816 с.
2. Боечко Ф.Ф., Боечко Л.О. Основні біохімічні поняття, визначення і терміни. Київ : Вища школа, 1993. 528 с., іл.
3. Гринберг Джеррольд. Управление стрессом / Перевод с английского. Седьмое издание. Санкт-Петербург : Питер, 2004. 496 с., ил. (Серия «Мастера психологии»).
4. Селье Ганс. Стресс без дистресса / Перевод с английского. Москва : Прогресс, 1982. 126 с.

### **ЦІННІСНІ ПРІОРИТЕТИ СУБ'ЄКТІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ У ВИЩІЙ ШКОЛІ**

**Рудюк Олег, кандидат психологічних наук, доцент, РДГУ**

Трансформація якісної структури освітнього процесу у вищій школі формує запит на результативну освітню парадигму, успішна реалізація якої забезпечуватиметься передусім готовністю усіх його учасників до свідомого і критичного вибору ціннісних пріоритетів власної освітньої діяльності. Результативність такого вибору багато в чому визначається характером відповідності індивідуальних ціннісних пріоритетів або ступенем ціннісної конгруентності учасників освітнього процесу у вищій школі – викладачів і здобувачів вищої освіти. Зважаючи на те, що на сьогодні маловідомим фактом є дані вивчення особливостей ціннісної структури викладачів і студентів, які взаємодіють в освітньо-культурному просторі вищої школи в нових соціально-економічних умовах розвитку, актуальним аспектом дослідження є вивчення структури їх індивідуальних ціннісних пріоритетів.

Аксіологічний вимір освітньої діяльності та особливості ціннісної структури учасників освітнього процесу вже давно є предметом науково-психологічних досліджень [Bardi, 2003; Семків, 2010; Трухан, 2010; Kluckhohn, 2000; Mariański, 1990; Schwartz, 2003; Strodbeck, 2000]. Виявлення індивідуальних ціннісних пріоритетів викладачів і студентів, їх співставлення і встановлення як ціннісної «близькості», так і певних відмінностей, стали ключовими питаннями у теоретичних та емпіричних розвідках багатьох психологів [ Burgess, 2001; Harris, 2001; Lehmann, 2001; Melech, 2001; Schwartz, 2001]. З огляду на це, узагальнення результатів вже

**Зміст**

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



---

---

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

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