



**Міністерство освіти і науки України  
Рівненський державний гуманітарний університет  
Інститут психології та педагогіки РДГУ  
Кафедра загальної психології та психодіагностики  
Кафедра вікової та педагогічної психології  
Кафедра практичної психології та психотерапії**



# **Актуальні питання психологічної науки**

**Альманах студентського наукового  
товариства**

**Випуск 12**

**Рівне - 2018**



**ББК 88**

**А 43**

**УДК 159.9**

**Актуальні питання психологічної науки:** Альманах студентського наукового товариства. – Випуск 12. – Рівне: РДГУ, 2018. – 166 с.

**Головний редактор:**

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

**Редакційна колегія:**

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

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

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

**Литвиненко С.А.** – доктор педагогічних наук, професор кафедри практичної психології та психотерапії РДГУ;

**Безлюдна В.І.** - кандидат педагогічних наук, професор кафедри вікової та педагогічної психології РДГУ;

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

**Корчакова Н.В.** – кандидат психологічних наук, професор кафедри вікової та педагогічної психології РДГУ;

**Рудь Г.В.** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології та психотерапії РДГУ;

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

**Созонюк О.С.** - кандидат психологічних наук, доцент кафедри вікової та педагогічної психології РДГУ.

Друкується за рішенням Вченої Ради РДГУ (протокол № 5 від 31 травня 2018 р.)

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

## Зміст

<b>Зміст</b> .....	3
<b>Вступ</b> .....	6
<b>Альтмарк А.</b> Психологічний аналіз особистісного та професійного зростання майбутніх психологів.....	7
<b>Бакун К.</b> Розвиток соціального інтелекту як чинник успішної адаптації особистості.....	9
<b>Бенещук А.</b> Особливості формування інтелектуальної готовності старших дошкільників до навчання у школі .....	11
<b>Берестень Т.</b> Експериментальне дослідження впливу середовища на формування поведінки девіантного підлітка .....	13
<b>Бігун Л.</b> Дослідження мотивації навчальної діяльності молодших школярів.....	15
<b>Бунечко Ю.</b> Вплив рівня домагань на прагнення особистості до самоактуалізації .....	16
<b>Бутенко С.</b> Значення духовності в розвитку особистості.....	18
<b>Войчук А.</b> Психологія мотивації до навчання учнів .....	21
<b>Волович М.</b> Образ ефективного лідера у соціальній психології .....	22
<b>Воробей І.</b> Психологічні особливості формування стресостійкості як фактора успішної учбової діяльності студентів-психологів .....	24
<b>Гандзюк К.</b> Соціально-психологічні чинники становлення статевої ролі ідентифікації підлітків .....	26
<b>Главінська Е.</b> Соціально-психологічна адаптація студентів-першокурсників як механізм соціалізації .....	30
<b>Горбова А.</b> Зміст поняття «життєва перспектива».....	32
<b>Гордійчук О.</b> Причини виникнення професійного вигорання у медичних працівників .....	34
<b>Іваник С.</b> Особливості прояву агресивності у студентської молоді .....	38
<b>Ісічук О.</b> Ціннісні орієнтації як складова спрямованості особистості: історіографія проблеми .....	40
<b>Карпик О.</b> Психологічні детермінанти виникнення конфліктів старшокласників з педагогами.....	43
<b>Коноплицька Ю.</b> Особливості розвитку емоційного інтелекту у підлітковому віці.....	45
<b>Корчакова В.</b> Соціально- відповідальний маркетинг як інструмент психологічного впливу на споживача .....	47
<b>Кузьмич Г.</b> Психологічні особливості проявів булінгу .....	50
<b>Лавренчук К.</b> Основні причини виникнення тривожності у молодшому шкільному віці.....	52

<b>Лавренко В.</b> Розвиток пізнавальних процесів у період дошкільного дитинства .....	54
<b>Левчук А.</b> Смесложиттєві орієнтації як чинник професійного становлення майбутніх психологів .....	55
<b>Левчук Л.</b> Психологічні особливості визначення готовності дитини до навчання у школі.....	57
<b>Лехкобит В.</b> Динаміка формування рефлексії у майбутніх психологів під час професійної підготовки.....	60
<b>Лехкобит М.</b> Інтернет-залежність підлітків як актуальна проблема сьогодення .....	62
<b>Лисюк І.</b> Психологічний зміст поняття «самоусвідомлення особистості».....	64
<b>Ліщук І.</b> Психологічні особливості особистісної рефлексії студентів-психологів.....	66
<b>Лоза С.</b> Саногенне мислення та психічне здоров'я особистості.....	68
<b>Лозицька К.</b> Психологічні особливості самоактуалізації студентської молоді .....	70
<b>Максимчук В.</b> Психологічні особливості вияву лідерських якостей у студентів-психологів .....	73
<b>Мартинюк А.</b> Емоційний стан старшокласників перед ЗНО.....	75
<b>Марчук М.</b> Психологічні особливості девіантних проявів у ціннісному вимірі особистості .....	77
<b>Матухно Є.</b> Методи проєктивної психології: можливості та перспективи ....	80
<b>Мельник І.</b> Вплив емоційних станів тривоги та страху на особистість .....	83
<b>Мирончук Д.</b> Вплив стилю сімейного виховання на міжособистісні стосунки підлітків .....	85
<b>Мислінчук Ю.</b> Дослідження соціально-психологічних особливостей здатності особистості до емпатії.....	88
<b>Михайлова І.</b> Вплив мікросоціуму на формування самооцінки.....	91
<b>Намлієва Г.</b> Особливості особистісних змін військовослужбовців внаслідок участі в АТО .....	94
<b>Недільська А.</b> Формування психологічної готовності майбутніх педагогів до професійної діяльності .....	97
<b>Нетреба С.</b> Теоретичний аналіз соціально-психологічної адаптації особистості .....	100
<b>Нечидюк М.</b> Особливості застосування арт-засобів в системі розвитку емоційного інтелекту .....	102
<b>Одейчук І.</b> Фізіологічні та психологічні симптоми стресу як загального адаптаційног осиндрому.....	104
<b>Олійник К.</b> Психологічні особливості впливу емоційного вигорання на професійну діяльність в дорослому віці .....	106

<b>Онисковець Б.</b> Мотиваційні чинники перфекціонізму сучасної студентської молоді .....	108
<b>Остапенко М.</b> Дослідження типів темпераменту у сучасних студентів .....	110
<b>Першко О.</b> Екологічні цінності як чинник особистісного ставлення підлітків.....	113
<b>Погулясва М.</b> Психолого-педагогічні чинники розвитку творчого потенціалу особистості студента у процесі навчання у ВНЗ .....	115
<b>Похильчук А.</b> Психологічні особливості самооцінки чоловіків та жінок .....	117
<b>Прокопович І.</b> Психофізіологічні складові творчого потенціалу особистості.....	119
<b>Работій М.</b> Модель розвитку позитивної «Я-концепції» майбутніх практичних психологів .....	121
<b>Рєбій І.</b> Експериментальне дослідження взаємозв'язку особистісної рефлексії та креативності .....	124
<b>Речун Н.</b> Психологічні чинники конфліктної поведінки у юнаків .....	126
<b>Рудь О.</b> Взаємозв'язок рівня емоційного інтелекту із допінг-стратегіями особистості.....	129
<b>Савгира В.</b> Особливості ставлення дітей старшого дошкільного віку до батьківських вимог і заборон .....	131
<b>Сардарян М.</b> Психологічні особливості творчої особистості.....	134
<b>Свінтозельська К.</b> Особливості впливу Я-концепції на професійне самовизначення старшокласників .....	137
<b>Солодка В.</b> Експериментальне дослідження проблеми саморегуляції як важливої функції психіки людини .....	139
<b>Строїнська Д.</b> Психологічні особливості кропінь-стратегій особистості .....	141
<b>Сукнацька А.</b> Самотність і особливості її переживання в юнацькому віці ...	144
<b>Товстун Р.</b> Заздрість як соціально-психологічний феномен .....	147
<b>Хомік Т.</b> Психологічний аналіз проблеми стресостійкості студентів у сучасній психологічній науці.....	149
<b>Чебан Д.</b> Мотиви, які сприяють успішному навчанню студентів.....	151
<b>Чмелюк Т.</b> Формування та розвиток моральних якостей дошкільників засобами казкотерапії .....	152
<b>Шахрайчук І.</b> Психологічні основи формування структури цінностей сучасної молоді .....	154
<b>Широких А.</b> Роль самоідентифікації у життєвому проектуванні особистості.....	157
<b>Якимчук М.</b> Комунікативна креативність як компонент самопізнання індивіда .....	158
<b>Марценюк А.</b> Психологічні особливості ставлення до сексу в особистості у періоді ранньої дорослості .....	161

**Романюк В.** Функціональні резерви організму та здоров'я людини..... 165

задоволеності сексуальним життям притаманний їй, тим меншою для неї буде схильність до тривожності.

#### **Список використаних джерел**

1. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис: Пер. с англ. / Э. Эриксон – М.: Флинта, 2006. – 342 с.
2. Крукс Р. Сексуальность / Р. Крукс, К. Баур. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2005. – 480 с. – (Проект: Психологическая энциклопедия).
3. Психология: Учебник / Под ред. Б.А. Сосновского. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: ИД Юрайт, 2011. – 799 с.
4. Савчин М.В. Вікова психологія: Навчальний посібник / М.В.Савчин, Л.П.Василенко. – К.: Академвидав, 2006. – 360 с. – (Серія «Альма-матер»).

**УДК 159.922:613**

### **ФУНКЦІОНАЛЬНІ РЕЗЕРВИ ОРГАНІЗМУ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**Романюк В.Л., кандидат біологічних наук, доцент кафедри загальної психології та психодіагностики, завідувач лабораторії психофізіології та клінічної психології РДГУ**

Здоров'я людини як біо-психо-соціальний феномен суттєво залежить від функціональних резервів організму, які забезпечують ефективність різних форм діяльності, у т.ч. навчального процесу. Окрім того, здоров'я людини можна розглядати як ступінь вираженості адаптаційних реакцій, які обумовлені розвитком функціональним резервів організму [3].

На думку Миколи Амосова (06.12.1913 р. – 12.12.2002 р.), «визначення здоров'я лише як комплексу нормальних показників, цілком очевидно, не досить. Науковий підхід до поняття здоров'я повинен бути кількісним. «Кількість здоров'я» – ось що потрібно» [1]. Окрім того, «кількість здоров'я можна визначити як суму «резервних потужностей» основних функціональних систем. Зі свого боку, ці резервні потужності необхідно передати через «коефіцієнт резерву» як максимальну кількість функцій співвідносно до її нормального рівня» [1].

У фізіології та психофізіології «резервні потужності» або функціональні резерви – це діапазон можливого рівня змін функціональної активності фізіологічних систем, який може бути забезпечений активаційними механізмами організму [4]. Функціональні резерви можуть бути пов'язані зі зміною енергетики обміну, що характерно для відповідної тканини та певного органу. Функціональні резерви системи і організму в цілому формуються завдяки перебудові систем регуляції (нервовій та

гуморальній) та включенню у певну функціональну систему нових чи додаткових структур, або заміни однієї форми реакції на іншу. Функціональні резерви – це перш за все резерви регуляторних механізмів. Вираженість функціональних резервів змінюється у процесі адаптації і тренування. Останнім часом показана можливість зростання функціональних резервів шляхом розширення у результаті ферментної перебудови допустимого діапазону коливань фізіологічних констант гомеостазу [4].

Завдяки гомеостазу відбувається збереження та підтримання оптимальних умов для функціонування головного мозку як органу психіки і регуляції поведінки та нервової системи загалом при виконанні різних видів діяльності. Підтримання гомеостазу – єдиний можливий спосіб існування будь-якої відкритої системи (у т.ч. організму людини і тварин), яка знаходиться у постійному контакті з середовищем існування. На сьогодні під гомеостазом розуміють відносну динамічну сталість внутрішнього середовища організму, а також стійкість його основних фізіологічних функцій. При цьому залишається актуальною думка Клода Бернара (12.07.1813 р. – 10.02.1878 р.), що сталість внутрішнього середовища є запорукою вільного та незалежного життя.

Згідно Петра Анохіна (26.01.1898 р. – 05.03.1974 р.), в організмі існують жорсткі та пластичні константи (показники) гомеостазу [4]. До жорстких фізіологічних (біохімічних) констант відносять такі показники внутрішнього середовища, як осмотичний тиск, іонний склад, реакція крові (рН), до гнучких – вміст (концентрація) глюкози тощо.

Гомеостаз тісно пов'язаний через склад крові (вміст білків, вуглеводів, ліпідів, макроелементів і мікроелементів) з обміном речовин. Обмін речовин (метаболізм) – одна з найважливіших і найбільш суттєвих ознак живих систем, яка включає велику кількість різних і часто протилежних процесів (фізичних, хімічних, фізіологічних), що забезпечують постійне самооновлення і самовідтворення живої матерії та існування організму в його єдності з середовищем існування [2]. Метаболізм включає два взаємообумовлених та взаємозалежних процеси, які забезпечують існування організму як стабільної і впорядкованої системи – асиміляції (процеси синтезу) та дисиміляції (процеси розщеплення). У свою чергу, співвідношення між процесами асиміляції та дисиміляції в організмі є важливим показником його функціонального стану у нормі та патології.

Оцінка функціональних резервів організму можлива через відповідні функціональні навантаження та функціональні проби. Функціональні навантаження – це пред'явлені людині навантаження (фізичні, емоційні, інтелектуальні), які викликають суттєві зміни фізіологічних функцій та



призначені для оцінки функціонального стану організму, його функціональних резервів, стану фізичного і психічного здоров'я, прихованих патологічних порушень [4]. Функціональні навантаження можуть бути строго дозованими та максимально можливими за інтенсивністю. У залежності від характеру функціональних навантажень вони використовуються для оцінки функціонального стану організму в цілому або окремих його фізіологічних органів і систем.

У свою чергу, функціональна проба – це спеціальний вид випробування реакції організму людини в цілому або окремих його систем і органів на певне функціональне навантаження [4]. У залежності від конкретних завдань дослідження в якості навантажень при функціональних пробах використовують дозовані навантаження на велоергометрі, різні варіанти сходження на сходинки (степ-тест), затримку дихання, зміна положення тіла в просторі, а також спеціальні завдання для оцінки швидкості перемикання уваги, функції пам'яті та мислення, швидкості переробки інформації тощо.

Таким чином, існує єдина функціональна система: функціональні резерви – функціональні навантаження – функціональні проби – константи гомеостазу, що забезпечує ефективну оцінку функціональних станів організму у нормі та патології, а також кількісні та якісні показники здоров'я людини.

Окрім того, існує тісний морфо-фізіологічний зв'язок між функціональними резервами та компенсаторними механізмами організму. Компенсаторні механізми – це первинні адаптивні рефлекторні реакції, які спрямовані на усунення або ослаблення функціональних зрушень в організмі, що зумовлені неадекватними чинниками середовища існування [4]. Компенсаторні механізми є складовою частиною резервних сил організму. У цілому компенсаторні механізми мають високу ефективність та можуть досить довго підтримувати відносно стабільний гомеостаз для розвитку стійких форм адаптаційного процесу.

У зв'язку з цим Р.М. Баєвским запропонована методика оцінки адаптаційного потенціалу, який відображає можливості організму щодо адаптації у середовищі існування із відповідними компенсаторними механізмами [3]. Якщо в результаті адаптації організм суттєво втрачає свої резервні можливості, то адаптаційний механізм порушується та з'являються стійкі патологічні зміни.

Пошук функціональних резервів організму як складових фізичного, психічного і соціального здоров'я людини пов'язаний із виділенням відповідних рівнів та їх системна оцінка (діагностика) через певні функціональні навантаження та функціональні проби, а саме: 1)

морфологічний рівень (особливості конституції або соматотипу), 2) гематологічний рівень (динаміка вмісту гемоглобіну та клітин крові), 3) біохімічний рівень (динаміка вмісту мікроелементів і макроелементів та глюкози у крові), 4) фізіологічний рівень (динаміка показників діяльності внутрішніх органів, у т.ч. кардіо-респіраторної системи), 5) поведінковий рівень (стратегія фізичної та розумової активності).

У цілому оцінка функціональних резервів організму, у т.ч. адаптаційного потенціалу із врахуванням вікових і статевих особливостей студентів під час навчання проводиться в лабораторії психофізіології та клінічної психології психолого-природничого факультету Рівненського державного гуманітарного університету, а також у співпраці із централізованим відділенням автоматизованої лабораторної діагностики Рівненського обласного клінічного лікувально-діагностичного центру імені Віктора Поліщука.

#### **Список використаних джерел**

1. Амосов М.М. Роздуми про здоров'я / М.М. Амосов. – К.: Здоров'я, 1990. – С. 51-52.
2. Боєчко Ф.Ф. Основні біохімічні поняття, визначення і терміни / Ф.Ф.Боєчко, Л.О.Боєчко. – К.: Вища школа, 1993. – 528 с., іл.
3. Практикум по психології здоров'я / Под ред. Г.С. Никифорова. – СПб.: Питер, 2005. – С. 27. – (Серія «Практикум по психології»).
4. Словарь физиологических терминов / Отв. ред. О.Г. Газенко. – М.: Наука, 1987. – 448 с., ил.

**Наукове видання**

**Актуальні питання психологічної науки.  
Альманах студентського наукового товариства**

**Випуск 12**

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

Підписано до друку 1.06.2018 р.  
Формат 60x80/16. Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman  
Умовн. друк арк. 13,8. Тираж 150 прим.

---

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