

Рівненський державний
гуманітарний університет

Студентський дайджест

Збірник наукових матеріалів
здобувачів вищої освіти

№ 7
2023

**Рівненський державний гуманітарний університет
Психолого-природничий факультет**

Студентський дайджест

збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти

Випуск 7

Рівне, 2023

Образотворча діяльність є потужним засобом зближення людей, своєрідним «мостом» між фахівцем і клієнтом, що необхідно при труднощах у контакті, у спілкуванні з приводу надто складного і делікатного предмета [1].

Арт-терапія апелює до внутрішніх, самозцілюючих ресурсів людини, тісно пов'язаних з її творчими можливостями. Відмінною рисою людини є здатність, і одночасно потреба, у відображенні свого внутрішнього світу. Ця особливість дозволяє активно переробляти інформацію, яка надходить ззовні. У результаті – у психіці індивіда виробляються різні адаптивні механізми. Вони дозволяють людині краще пристосовуватися до життя, бути більш успішною в постійно мінливому світі. У процесі взаємодії зі світом людина прагне усвідомити себе як особистість, зрозуміти свою роль в житті, залишити «слід». Цей слід залишається не тільки у вигляді господарської діяльності, а й у продуктах її активної психічної діяльності. Однією з яскравих форм її прояву можна вважати мистецтво і творчість, що є наслідком процесів переробки інформації при взаємодії з навколишнім світом. Причому особистість буде розвиватися гармонійно, якщо ці процеси несуть конструктивний характер [4].

Можна стверджувати, що на сьогодні нарізла необхідність формування арт-терапії як окремої спеціальності. У більш віддаленому майбутньому, як і в інших країнах, можлива інтеграція арт-терапії в систему медичного страхування, освіти, що приведе до того, що ця сфера стане невід'ємною частиною соціальних заходів профілактичного й реабілітаційного характеру [3].

Висновки. Таким чином, усе вищесказане дозволяє зробити висновок, що використовуючи весь комплекс соціально-психологічної підтримки, який включає прийоми і методи арт-терапії у діагностичну, профілактичну, корекційну роботу, створюються сприятливі можливості для самовираження дітей, які мають різноманітні проблеми, підвищується їх інтерес до оточуючої дійсності. При цьому відбувається не тільки здійснення процесу навчання і виховання, а і здійснюється процес соціалізації таких дітей.

Арттерапія є одним із цікавих методів сучасної психологічної роботи, який застосовується саме для корекції психічного стану, зокрема, вирішити психопрофілактичні завдання, за допомогою певних методик (креативних), для того, щоб саме через художні засоби, діти змогли за допомогою них, виразити свій емоційний стан та свої переживання. Арттерапія, якщо взяти конкретніше, то застосовується для того, щоб дитина змогла виразити свій емоційний стан, свої певні переживання, виразити свою творчу особистість, але головне завдання, щоб змотивувати дитину до мистецтва. Головна мета арттерапії це те, щоб дитина навчилася та зуміла спілкуватися з навколишнім середовищем за допомогою дій та певних звукових засобів. Саме арт-терапія дає змогу висловити свій глибокий внутрішній стан, свої емоції, переживання, боязкість.

Список використаних джерел

1. Боряк О. Застосування терапії мистецтвом в логопедичній роботі з учнями початкових класів спеціальної школи [Електронний ресурс]. Режим доступу: www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/znpkp_sp/2009_12/80.pdf
2. Вознесенська О. Л. Арт-терапія в роботі практичного психолога: Використання арт-технологій в освіті. К.: Шк. світ, 2007. 120 с.
3. Іванова В. Арт-терапія: проблеми становлення і розвитку. Наукові праці [Чорноморського державного університету імені Петра Могили 32 комплексу «Києво-Могилянська академія»]. Сер. : Педагогіка. 2009. Том 108, Випуск 95. С. 43–46.
4. Копитін А. І. Арт-терапія – нові горизонти. К.: Когіто-Центр, 2006. 336с.

УДК 159.923:78

МУЗИКА ЯК ЧИННИК ВПЛИВУ НА ПСИХІЧНИЙ СТАН ОСОБИСТОСТІ

Тарасюк Любов, здобувачка ОС «бакалавр»

спеціальності 053 «Психологія (практична психологія)», 2 курс, РДГУ

Науковий керівник: Назарець Л. М., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. Кожен день людина слухає різну музику: у транспорті, магазині, на вулиці, вдома, на концерті, при підготовці до занять. При цьому відомо, що звуки, особливо гармонійні, справляють істотний вплив на психічний стан людини, а отже й на її поведінку. Своїм ритмом, мелодією, гармонією, динамікою, різноманітністю музика викликає палітру почуттів і настроїв. Для сучасної молоді музика стала невід'ємною частиною соціального життя. Переваги при виборі музичних треків досить індивідуальні, однак існують основні тенденції, які дозволяють виділити найбільш популярні серед молоді стилі для прослуховування.

Сьогодні існує безліч молодіжних музичних напрямків, кожен з яких має своїх прихильників. Музичні уподобання, як невід'ємна частина естетичних, психологічних, світоглядних, життєво-стильових переваг і установок, відіграють вирішальну роль у формуванні духовного обличчя молодого покоління. Часте прослуховування музики, безумовно, позначається на особистості молодого людини. Психічні стани, в свою чергу, виступають в «якості будівельного матеріалу» для формування особистості. Вони можуть позитивно впливати на виконувану діяльність, на процес спілкування, а можуть і дезорганізувати їх. Психічний стан - це своєрідне накопичення психоенергії [3].

Мета дослідження: проаналізувати вплив різних стилів музики на психічний стан особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження. Особливе значення музики, як засобу впливу на людину, було відоме ще з прадавніх часів. У літературних джерелах зустрічаються спроби тлумачення об'єктивних можливостей впливу музики на психічний стан людини ще у стародавньому Китаї, Єгипті, Індії та інших країнах. Здавна дослідники вивчають те, як людина взаємодіє з музикою: досліджується процес творчості, в результаті якого з'являється музика, особливості її сприймання, той вплив, який вона має на психологічний стан людини.

Музика (грец. – «мистецтво муз») являє собою мистецтво з'єднання експресивних і понятійних комбінацій вокальних та інструментальних звуків, що приносять задоволення. Розвиток музики відбувався спільно зі зміною чуттєвої сприйнятливості людини [1].

В результаті досліджень британського вченого А. Норта було виявлено, що поціновувачі класичної музики і джазу є більш креативними за інших, фанати поп-музики відрізняються працелюбністю, а шанувальники важкого металу рідко демонструють доброзичливість і м'якість характеру. Зв'язок між рисами особистості та музичними смаками носить універсальний характер, і якщо не брати до уваги різницю у віці, люди, які віддають перевагу одній і тій ж музиці є достатньо схожими. А. Норт вважав, що музичні вподобання говорять про людину більше, ніж національність або професія [2].

На думку психологів, сприйняття музичного твору це складний і комплексний процес, що включає в себе і емоційний, і інтелектуальний фактори. На організм людини музика здійснює як прямий вплив (зокрема, вплив звуку та ритму на клітини, органи, функціональні процеси), так і опосередкований (за допомогою емоцій). Також, музика може сприятливо впливати на здоров'я та розвиток людини: гармонізує світ почуттів, зцілює тіло, наповнює енергією, силою; впливає на інтелект і мозок, покращує пам'ять, прискорює процес навчання.

Сьогодні існує безліч музичних жанрів, кожен з яких здійснює своєрідний вплив на людину. Рок-музику довго вважали музикою, яка гнітить психіку, однак в результаті спеціальних досліджень було з'ясувано, що це справедливо тільки для важкого металу. В цілому рок пробуджує, заряджає енергією, допомагає знаходити сили до життя і подолання проблем. Доведено, що музика напрямку поп негативно позначається на інтелекті людини. Отримуючи примітивну інформацію при прослуховуванні, людина поступово звикає примітивно мислити. Вважається, що джаз – музика, яка заспокійливо діє на психіку, здатна занурити в легкий транс, розслабити, доставити естетичне задоволення. Класична музика є ідеальною для людини і її психічного стану. Психологи стверджують, що саме класика призводить до гармонії почуттів, емоцій та відчуття людини. Класична музика «відганяє» сумні думки, усуває стреси та депресії. Прослуховування класичної музики гармонізує особистість людини, дозволяє дітям швидше розвиватися інтелектуально [2].

Музика впливає на людину залежно від її індивідуальних особливостей, характеру, темпераменту особистісних якостей. Те, що на перший погляд повинно викликати роздратування, несподівано стає засобом для заспокоєння. Коли людина росте, розвивається як особистість, змінюються й її музичні смаки та уподобання. Нерідко ті, хто активно займається особистісним зростанням, перестають слухати «поп» і починають захоплюватися іншими напрямками. Завдяки музиці людина може знайти в собі нові сили, вона допомагає побачити життя в нових тонах і фарбах. У ній людина може знайти надію та зміцнитися [3].

В ході експериментального дослідження, нами було проведено опитування, серед 25 учнів 9 класу, з метою визначення улюблених жанрів музики. Аналіз результатів показав, що 50% дітей люблять слухати поп, 30% - віддають перевагу року, 15% опитаних подобається слухати класику і 5% - слухають джаз.

В процесі подальшої роботи, проводилось додаткове опитування серед учнів того ж класу, мета якого полягала у з'ясуванні того, чи знають діти, що музика впливає на їх психічний стан. Результати показали, що більшість дітей (44%) взагалі не знають про вплив музики на стан людини, 28% опитаних вважають що музика чинить вплив і така ж кількість (28%) вважають що музика ніяк не впливає на їх стан.

На заключному етапі експерименту учням було запропоновано прослухати певний жанр музики, після чого, учасникам необхідно було визначити свій емоційний стан.

Отримані результати представлені у таблиці 1:

Таблиця 1.

Вплив музичних жанрів на психічний стан респондентів

№	Стани	Розподіл вибірки за музичними уподобаннями (у%)				
		Класична	Рок	Електронна	Поп	Джаз
1	Байдужість	50	15	30	10	30
2	Дратівливість	15	5	10	15	15
3	Емоційне піднесення	10	45	25	50	20
4	Розслаблення	20	15	10	20	25
5	Спокій	5	20	25	5	15

Отже, за результатами дослідження було з'ясовано, що учням, які брали участь в експерименті, більше подобається рок- і поп - музика. Після її прослуховування 45% (рок) і 50% (поп) відчували емоційне піднесення. Натомість, мало кому припала до душі класична музика і джаз: 50% (при прослуховуванні класичної музики) і 30% (при прослуховуванні джазу) байдуже реагували на ці жанри музики; також, цей жанр викликав дратівливість у 15% учасників. На нашу думку, такі результати можна розглядати як наслідок того, що сучасні діти переважно кількість вільного часу проводять у соціальних мережах, де популяризується саме сучасна музика, натомість класичні жанри залишаються поза трендами.

Висновок. Музика чинить вплив на емоційний стан і загальний тонус людини, допомагає знаходити ті засоби та шляхи, думки і необхідні емоційні імпульси, які спонукають до боротьби. Важливо використовувати цілющий вплив музики для зміцнення та покращення психічного здоров'я людини. Адже музика здатна допомагати зрозуміти навколишню дійсність, оскільки справжні естетичні враження, насолоду від зустрічі з музичним мистецтвом дістає лише той, хто вміє уважно слухати, переживати, розмірковувати над почутим. Отже необхідно змалку привчати дітей до роботи розуму і душі, збагачувати їхній досвід спілкування з музичними творами.

Список використаної літератури

1. Аніщенко Н. В. Особливості діагностування музичного сприйняття майбутніх вчителів мистецтвознавчих предметів: монографія. К. : Інститут обдарованої дитини, 2014. 186 с.

2. Загайкевич А. Українська електронна музика: практика дослідження. *Музика в інформаційному суспільстві*. К., 2008. С. 39-62.

3. Траверсе Т. Психологічні особливості впливу музичної інформації на особистість слухача. *Соціальна психологія*. 2005. Вип. 4. С. 143-152.

УДК 316.77:613:355.422(477)

ІНФОРМАЦІЙНА ГІГІЄНА ПІД ЧАС ВІЙНИ

Тимчак Світлана, здобувач ОС «бакалавр»

Спеціальності 053 «Практична психологія», 3 курс, РДГУ

Науковий керівник: Назарець Л.М., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. Починаючи з 24-го лютого відбулися кардинальні зміни у свідомості й поведінці українців. Наша країна зазнала військової агресії і увага практично всіх громадян зосередилась на ЗМІ, які сповіщали про дійсний стан речей, військові новини тощо. В тилу ми продовжуємо боронити нашу країну адже ми залишаємось на інформаційному фронті. Саме тому інформаційна гігієна є важливим критерієм, що допомагає нам захищати себе та своїх близьких від фейкових "вкидів", які мають на меті дезорієнтувати нас, змусити повірити в брехню та зламати нашу віру в перемогу. Всі ми повинні знати основи медіаграмотності, особливо під час війни, і це є актуальною проблемою.

Мета статті – визначити основи інформаційної гігієни та правила медіаграмотності, підготувати рекомендації для розвантаження свідомості від новин.

Виклад основного матеріалу дослідження. Проаналізувавши наукову літературу ми з'ясували, що вивченням даної проблематики займалася низка науковців таких галузей як психологія, соціальна психологія, політологія, соціологія, педагогіка. Зокрема: Дем'яненко В., Коваль З., Халамендик В., Бойко С., Мельник Р., Мороз О. та інші вчені.

Наш мозок може сприйняти та запам'ятати велику кількість інформації. Якщо ми щодня чуємо, читаємо і бачимо негатив, відповідно це залишаються у нашій пам'яті. Події, які викликають стрес, тривогу, відчай та інші негативні емоції – це те, що ми можемо отримувати та відчувати щодня через сприйняття і повідомлення. Важко повірити, але така інформація може викликати емоційну залежність, тоді розважальні, позитивні програми нам уже здаються не такими цікавими. Головна мета інформаційної гігієни – це запобігання негативному впливу інформації на здоров'я та соціальне благополуччя людини, суспільства.[4]

Мас-медіа (ЗМІ) – це засоби масової інформації, які поширюють інформацію для широкої аудиторії через телебачення, радіо, газету, інтернет-ресурси тощо. Вони мають значний вплив в суспільстві тому, що впливають саме на суспільну свідомість. Мас-медіа виконують наступні функції:

1) Інформаційна функція – надає інформацію щодо подій та ситуацій у суспільстві та світі;

2) Узгоджувальна функція – пояснює події та інформацію, підтримує усталені норми, координує окремі дії, встановлює пріоритети і статуси;

3) Функція підтримання спадкоємності культурних досягнень – забезпечує розвиток панівної культури, визнання субкультур і створення можливостей для нових надбань культури;

4) Розважальна функція – забезпечує розвагами для зменшення соціальної напруги в суспільстві;

5) Мобілізаційна функція – проводить соціальні заходи у різних сферах людської діяльності: політичній, економічній, трудовій, військовій, релігійній.[5]

Варто зауважити, що повна відмова від ЗМІ не сприяє розвитку критичного мислення. І в умовах, коли мас-медіа здійснюють потужний вплив на людську свідомість, актуалізується необхідність вдосконалення навичок адаптації в інформаційному просторі, особливої значущості набуває розвиток медіаграмотності особистості. [2;1] В зв'язку з цим, необхідно зазначити основні правила інформаційної гігієни.

ЗМІСТ

Артемук О. Вплив стресу на самопочуття людини та її життєдіяльність	3
Баранович І. Вікові особливості прояву страхів у дітей молодшого шкільного віку...	5
Басалига Т. Посттравматичний стресовий розлад у учасників збройних конфліктів...	7
Болюх Н. Вплив емоцій на психічне здоров'я особистості.....	10
Боровець А. Проблема розвитку особистості в молодшому шкільному віці.....	13
Боса-Мірявець М. Психологічна готовність майбутніх педагогів до професійної діяльності.....	16
Босий-Мірявець В. Комунікативна культура педагога: психологічний вимір.....	20
Бугайчук І. Психокорекція нейрофізіологічних зв'язків у дітей з особливими освітніми потребами.....	23
Гавін Б. Особливості прояву психологічного стресу у людини.....	25
Гонтаренко В. Механізми психологічного захисту дітей.....	28
Гончарук А. Психологічні особливості спілкування у підлітковому віці.....	30
Горбатюк О. Методичні аспекти профілактики девіантної поведінки підлітків	33
Гудовсек С., Павелків Р. Сутність поняття «безпека життєдіяльності» з точки зору психологічної науки.....	34
Дем'янюк В. Психологічний зміст емпатії в контексті морального розвитку молодшого школяра.....	37
Дивульська К., Юрчук О. Особливості роботи психолога у школі в умовах воєнного стану.....	40
Єфімова М. Психологічні особливості дітей вимушених переселенців.....	42
Загородський Д. Психологічні чинники прояву любові у подружніх парах.....	44
Каверіна Б. Особливості конфліктної поведінки у підлітковому віці.....	47
Климчук І. Психологічні особливості емоційної стійкості студентів у період кризи...	52
Ковальчук О., Аладько Т., Ковальчук С. Соціально-психологічні причини поширення алкоголізму в середовищі підлітків.....	55
Ковальчук О., Назарець Л. Особливості дистанційного навчання в системі вищої освіти: недоліки та переваги.....	58
Коренко Д. Психологічні особливості поведінки обдарованих дітей.....	62
Корчака Ф., Корчакова Н. Вплив військової агресії на розвиток національної ідентичності української молоді	65
Котляр О. Психологічні особливості переживання самотності в юнацькому віці.....	66
Кривко М. Вплив сучасної іграшки на психічний розвиток дитини дошкільного віку.	68
Кулакова О. Використання інтерактивних платформ у навчанні іншомовної лексики	72
Курята Н. Вплив війни на життєстійкість українського студентства.....	75
Лаврук Л. Психологічні особливості міжкультурної адаптації переселенців у чужій країні.....	77
Мартюченко К. Креативність як фактор успішної самореалізації особистості.....	80
Мисько Є. Шкільна тривожність підлітків як соціально-психологічна проблема.....	83
Мотруніч І., Юрчук О. Використання інноваційних технологій у процесі фізичного виховання дошкільників.....	86
Нікішина Д. Рефлексія як фактор подолання фрустраційних ставнів у студентів.....	88
Оборська А. Дослідження впливу арт терапії у процесі психологічної корекції девіантної поведінки поранених військовослужбовців під час реабілітації.....	92

Павелків В. Сучасні реалії та їх вплив на розвиток агресивної та деструктивної поведінки молоді.....	93
Парчук Т. Психологічна готовність молоді до сімейного життя.....	96
Подлящук О. Психологічні особливості прояву емоційного вигорання у педагогів....	97
Приступлюк С. Психокорекція агресивної поведінки підлітків засобами арттерапії...	101
Пшенична Л. Феномен харизми та його вплив на міжособистісну взаємодію.....	103
Ряба Л. Фактори формування самооцінки в підлітковому віці.....	106
Сабат Є. Особливості феномена прокрастинації у студентському середовищі.....	108
Семенюк В. Психологічний супровід дітей раннього віку із загальною затримкою мовленнєвого розвитку.....	111
Сизов С. Теоретичний аналіз психологічної реабілітації осіб з алкогольною залежністю.....	112
Стащук А. Особливості використання арт терапії в роботі з молодшими школярами..	113
Тарасюк Л. Музика як чинник впливу на психічний стан особистості.....	116
Тимчак С. Інформаційна гігієна під час війни.....	118
Ткачук О. Соціально-психологічні аспекти сугестивності як фактору узалежнених форм поведінки в юнацькому віці.....	120
Українець В. Віра дітей у Збройні Сили України.....	123
Федорович Р., Опанасюк І. Методи арттерапії як засіб корекції сімейних відносин.....	125
Холод Ю. Формування національної гідності дітей дошкільного віку як проблема дошкільної освіти.....	127
Хома О. Soft skills як феномен професійної компетентності сучасного психолога.....	129
Чорноус Я. Психологічні особливості прояву ейджизму в студентській молоді: теоретичний аспект.....	131
Шевчук В. Соціально-психологічні аспекти дитячо-батьківських взаємин у сім'ях, що перебувають у складних життєвих обставинах.....	134
Шепель Т. Проблема емоційного вигорання лікарів.....	137
Шишка А., Юрчук О. Адаптивне фізичне виховання як засіб корекції психомоторних порушень у дошкільників із заїкуватістю.....	139
Яковець О. Особливості процесу соціальної адаптації дітей з аутизмом.....	142
Якубовська М. Психологічні особливості формування емоційної стійкості майбутніх психологів в стресогенних умовах.....	145
Яремчук Ю. Статистичні особливості виникнення захворюваності на ПТСР у військовослужбовців.....	149
Ярмошевич В. Експериментальне дослідження використання методу казкотерапії у роботі з дітьми в умовах війни.....	150