

Рівненський державний  
гуманітарний університет

# Студентський дайджест

Збірник наукових матеріалів  
здобувачів вищої освіти

№ 8  
2023

Рівненський державний гуманітарний університет  
Психолого-природничий факультет

# Студентський дайджест

**збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти**

**Випуск 8**

Рівне, 2023

2. Взаємозацікавлена взаємодія як система адекватних і виправданих впливів у форматі «супроводжувач-дорослий – супроводжуваний-дитина» має стати основою психологічного супроводу.

3. Психологічний супровід – це безперервний та багатогранний процес, що реалізується на кількох взаємопов'язаних та взаємообумовлених напрямках.

#### Список використаних джерел

1. Психологічний супровід школярів / упоряд. Т.П. Гончаренко. Київ : Ред. заг. пед. газет, 2005. 128 с.

2. Казаннікова О.В. Психологічний супровід молодших школярів із невротичним розладом. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 5. Т. 2. С. 73–77. URL: [http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/5\\_2019/part\\_2/15.pdf](http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/5_2019/part_2/15.pdf)

3. Карпенко Н.В. Діагностика психічного розвитку дитини в роботі педагога (вчителя, вихователя) : навч. посібник. Київ : Каравела, 2008. 192 с.

УДК 159.942-057.87

### ДІАГНОСТИЧНИЙ АСПЕКТ ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ У ПЕРІОД КРИЗИ

*Климчук Ілона, здобувач ОС «магістр»*

*спеціальності 053 «Психологія», 2 курс, РДГУ*

*Науковий керівник: Кулакова Л. М., канд. психол. наук, доцент*

**Постановка проблеми.** Вивчення і дослідження особливостей емоційної стійкості у студентів університет у період кризи є досить актуальним у наш час. Стрес та психічне здоров'я учасників академічних груп стає важливим для вивчення в системі нових реалій навчального процесу, оскільки психологічно здорові студенти стають запорукою ефективного майбутнього розвитку держави. Тому освітні установи можуть працювати над зменшенням кризових проявів, пов'язаного з навчанням студентів, шляхом надання програм, які демонструють зменшення стресорів та посилення управління негативними емоціями і їх подолання.

**Мета дослідження** – проаналізувати особливості діагностичного аспекту емоційної стійкості студентів у період кризи.

**Виклад основного матеріалу.** Вивченням емоційної стійкості займаються дослідники генетичної, диференціальної, вікової та соціальної, освітньої, а також авіаційної, інженерної, військової, спортивної психології та ін.

Денсон Т. [2, 103-112] зазначав, що людину можна вважати емоційно стійкою за такими ознаками: 1) якщо емоційне збудження не перевищує допустимого рівня, незважаючи на найсильнішу стимуляцію; 2) якщо немає порушення моделей поведінки, незважаючи на найсильніше емоційне збудження. Вчений виокремив основні підходи до вивчення емоційної стійкості: фізіологічний (для оцінки того, як емоційна стійкість залежить від особливостей нервової системи); структурний (для визначення регуляторних структур індивіда); нормативний (для розкриття особливого механізму самоконтролю) [7, 171- 175].

Досліджуючи прояви емоційного життя, Б. Семиченко зазначає, що «їх поділ на почуття, афекти, емоції, пристрасті, стреси, емоційні стани є досить умовним, оскільки емоційні стани складаються з емоцій, а кожна емоція за певних обставин постає як психічний стан» [6, с. 585-592]. Таким чином, емоційна стійкість складається з психологічних і біологічних компонентів, з яких останній сприяє своєчасній і повній мобілізації організму в екстремальних ситуаціях. Тому варто трактувати емоційну стабільність як організаційно-мотиваційний фактор поведінки людини, джерело особистісного розвитку і взаємин з навколишнім світом.

Емоційна нестабільність у студентів виникає під впливом безлічі зовнішніх і внутрішніх факторів і проявляється як «приглушення» емоцій, зникнення гостроти почуттів та переживань, збільшення числа конфліктів з партнерами зі спілкування, байдужість та відгородженість від переживань іншої людини, втрата відчуття цінності життя, втрата віри у власні сили та ін [4, 196-209]. Серед причин емоційного вигорання у студентів, можна виділити наступні аспекти:

1. Підвищене почуття відповідальності у виконанні навчальної роботи.  
2. Кризі, також сприяє страх, у студентів можна виділити їх декілька: страх не здати певну роботу або здати її невчасно, страх бути відрахованим або бути гіршим за однокласників. Тут варто виділити вплив думки соціуму, наразі у суспільстві, особливо серед старшого покоління, склалась стійка думка щодо вищої освіти як необхідного елементу життя.

3. Проблеми в сім'ї та в навчанні. Проблеми завжди стають на заваді і заважають жити, вчитися і працювати, поки з ними не розберешся. А поки вони є, то забирають дуже багато сил, ресурсів, яких не вистачить для якісного здобуття інформації, освіти [5, 291-295].

4. Також для навчальної діяльності характерно те, що студент не бачить результату власної праці одразу. Робітник на підприємстві знає, скільки він зробив за день елементів як і куди вони підуть, і який буде кінцевий результат діяльності до якої він долучився. Студент, в свою чергу, також працює щодня, проте результати роботи, наприклад самостійної або контрольної, він дізнається в кращому випадку через тиждень [1]. А якщо розглядати це питання в більш глобальному розумінні, то знання, які отримує студент, стануть у нагоді тільки після початку трудової діяльності за профілем навчання. У зв'язку з цим мотивація працювати у студента падає, він не завжди може зрозуміти, чи корисна та робота, яку він виконує.

5. Останній аспект, який варто розглянути в контексті причин емоційної нестабільності під час навчання у вищому навчальному закладі – це тривала перевантаженість студентів. Часто можна спостерігати прокрастинацію і невміння рівномірно розподілити час на виконання навчальних завдань у здобувачів освіти [9, с. 198].

Кризовий період заважає навчальному процесу і робить його малоефективним: студент не має сил, мотивації вчитися. Наслідки кризи у студентів можуть бути серйозними та важкими. Насамперед впливати на успішність: студент більше не може ефективно виконувати навчальні завдання. У подібних обставинах може статися навіть відрахування або відхід в академічну відпустку. Відповідальний студент із добрими знаннями буде змушений призупинити або закінчити навчання через свій психологічний стан [3, с. 51-55]

Особливості емпіричного дослідження, проведеного на вибірці студентів вищого навчального закладу. Дослідження проводилося в чотири етапи:

На *першому етапі* проаналізовано філософську, психологічну, педагогічну, юридичну літературу; визначено мету, об'єкт, предмет і основні завдання дослідження; сформульовано гіпотезу дослідження; проведено відбір методик.

На *другому етапі* розроблено концепцію дослідження; виявлено критерії дослідження, складено план експерименту; проведено пілотажне дослідження; продовжено вивчення наукової літератури.

На *третьому етапі* проведено констатувальний етап дослідження, здійснено математико-статистичний аналіз експериментальних даних, узагальнено теоретичні й емпіричні результати дослідження.

На *четвертому етапі* зроблено систематизацію, інтерпретацію та узагальнення результатів дослідження, сформульовано висновки, здійснено оформлення матеріалів дослідження.

При підборі методів дослідження ми керувалися принципом системності, який передбачає вивчення предметів та явищ дійсності в їх суттєвих взаємозв'язках та в взаємозалежностях.

Для дослідження емоційної стійкості студентів у період кризи нами було запропоновано такі психодіагностичні методики:

Методика «*Діагностика емоційної стійкості особистості*» (автор А. Хромова). Загальний показник емоційної стійкості людини визначається за сукупністю декількох взаємозалежних чинників, що так чи інакше визначають емоційне життя особистості, її психологічні особливості та актуальний настрій. Основні шкали методики позначені як психологічні фактори емоційної стійкості особистості: фактор 1 ЕЗ – емоційної зрілості; фактор 2 СВ – сили волі; фактор 3 МУ – мотивації на успіх; фактор СІ – самооцінка інтелекту (тенденції розвиненості інтелекту); фактор 5 НО – невротизації особистості; фактор 6 СС – стійкості до стресу; фактор 7 СП – самоконтролю поведінки, фактор 8 ТБ – тривожності-безтурботності; фактор 9 РМ – раціональності мислення; фактор 10 ЕІ – екстернальності-інтернальності. Загальний 11-ий фактор відображає рівень емоційної стійкості особистості.

Методика «*Диференціальні шкали емоцій*» (К. Ізард), ця методика розроблена відомим вченим у вигляді додатка до його теоретичної концепції, в якій розвиваються положення про існування 10 базових емоцій, що становлять основу усього емоційного життя людини.

Компактна і зручна в застосуванні «Шкала диференціальних емоцій» заповнює існуючий в прикладній психодіагностиці дефіцит засобів, що дозволяють отримати одномоментний зріз цілої палітри поточних емоційних переживань.

Запропонована методика включає 30 монополярних шкал, представлених прикметниками, що відповідають різним відтінкам емоційних переживань. Для оцінки кожної з 10 базових емоцій використовуються три приватні шкали, розташовані в наступному порядку:

I. Інтерес (п. 1–3); II. Радість (п. 4–6); III. Здивування (п. 7–9); IV. Горе (п. 10–12); V. Гнів (п. 13–15); VI. Відраза (п. 16–18); VII. Презирство (п. 19–21); VIII. Страх (п. 22–24); IX. Сором (п. 25–27); X. Провина (п. 28–30).

Методика «*Діагностика особливості емоційного реагування на навколишнє середовище*» (В. Бойко), визначено три види стимулів: позитивні, нейтральні (амбівалентні) і негативні.

Методика психологічної діагностики копінг-механізмів (Е. Heim). Методика психологічної дозволяє досліджувати 26 ситуаційно-специфічних варіантів копіngu (інакше типів поведінки, реагування на складну ситуацію, боротьби зі стресом), розподілених на три основні сфери психічної діяльності – когнітивні, емоційні і поведінкові копінг-механізми

Проаналізовано результати методики «Діагностика емоційної стійкості особистості», які свідчать про те, що 22% досліджуваних мають високий рівень стресостійкості, 42% - середній, а 36% - низький. Ці дані вказують на те, що особи з низьким рівнем прояву даної якості, можуть бути вразливішими до впливу стресових факторів, що може впливати на їхнє навчання та здоров'я. Для цієї групи може бути корисною програма психологічної підтримки, тренінги з розвитку стресостійкості та інші інтервенції.

Методика діагностики особливостей емоційних реакцій показала, що лише 25% респондентів сприймають навколишню дійсність позитивно, що може впливати на їхній емоційний стан та відносини з навколишнім середовищем. Отже, більшість студентів може потребувати уваги у збалансуванні своїх емоцій та сприйнятті навколишнього середовища, що робить необхідним залучення програм психологічного тренування для розвитку позитивного мислення та підвищення емоційної гнучкості індивідів.

**Висновки.** Отже, аналіз літератури підтверджує, що студентський період часто є кризовим, пов'язаним зі змінами в соціальному, освітньому та особистісному вимірах. Ці зміни можуть спричиняти емоційний стрес та викликати негативні реакції. Емпіричні дослідження підкреслюють важливість емоційної стійкості серед студентства, адже студентський період часто є кризовим.

Емоційна стійкість у студентів, проявляється у наступних характеристиках: 1) якщо емоційне збудження не перевищує допустимого рівня, незважаючи на найсильнішу стимуляцію; 2) якщо немає порушення моделей поведінки, незважаючи на найсильніше емоційне збудження. Стресостійкість – це творчий процес, який сприяє розвитку нових

інтегративних особистісних якостей, які сприяють підвищенню адаптивності та здатності справлятися зі стресом в екстремальних умовах

Емпірично з'ясовано, що 22% досліджуваних мають високий рівень стресостійкості, 42% - середній, а 36% - низький. Ці дані вказують на те, що особи з низьким рівнем прояву даної якості, можуть бути вразливішими до впливу стресових факторів, що може впливати на їхнє навчання та здоров'я.

Діагностовано, що наразі лише 25% респондентів сприймають навколишню дійсність позитивно, що може впливати на їхні емоційний стан та відносини з навколишнім середовищем. Отже, більшість студентів може потребувати уваги у збалансуванні своїх емоцій та сприйнятті навколишнього середовища, що робить необхідним залучення програм психологічного тренування для розвитку позитивного мислення та підвищення емоційної гнучкості індивідів.

### Список використаних джерел

1. Богданов С., Чернобровкін В., Панок В. Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості/стресостійкості у дітей в освітніх навчальних закладах. Київ : Університетське видавництво ПУЛЬСАРИ. 2017. 204 с. URL: <http://ekmair.ukma.edu.ua/bitstream/handle/123456789/11848/Bohdanov2017.pdf>
2. Денсон Т. Ф. Модель кількох систем гнівного роздумування. *Огляд особистості та соціальної психології*. 2013. № 17. С. 103-123.
3. Курова А. В. Ситуація невизначеності у парадигмі сучасних викликів суспільства. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*. 2021. № 4. С. 51-55.
4. Назаревич В. Арт-терапія як засіб психологічної корекції емоційних розладів. *МОЗОК. Широкі дослідження в області штучного інтелекту та нейронауки. Психологія*. 2022. № 4. С. 196-211. URL: <https://doi.org/10.18662/brain/13.4/383>
5. Castillo L. G., and Schwartz, S. J. Introduction to the special issue on college student mental health. *J. Clin. Psychol.* 2013. № 69. С. 291-297.
6. Han K. Self efficacy, health promoting behaviors, and symptoms of stress among university students. *Taehan Kanho Hakhoe Chi*. 2005. № 35. P. 585-592.
7. Shankland R., Martin-Krumm C. Assessing optimal functioning: positive psychology scales validated in French. *Pratiques Psychol.* 2012. № 18. P. 171-187.

## УДК 159.9

### ВИМІРЮВАННЯ САМОЕФЕКТИВНОСТІ ДОРΟΣЛИХ УКРАЇНЦІВ

*Крала Катерина, здобувач ОС «магістр»*

*спеціальності 053 «Психологія», 2 курс*

*Національний університет «Острозька академія»*

*Науковий керівник: Нікітчук У.І., канд. психол. наук, доцент*

**Постановка проблеми.** Повномасштабна війна в Україні внесла корективи у життя кожного українця. Наразі і перед військовими, і перед цивільними українцями стоїть ряд важливих завдань. На успішне вирішення завдань впливає віра людини у власну здатність з допомогою своїх здібностей справлятися зі складними ситуаціями, виконувати завдання та досягати поставленої мети. З огляду на ту обставину, що поняття самоєфективності для вітчизняної психологічної науки є порівняно новим, але водночас затребуваним в умовах сьогодення, актуальність вивчення самоєфективності українців не викликає сумніву.

**Мета дослідження** – визначити рівень самоєфективності дорослих українців.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Поняття «самоєфективність» у психологічну науку було введено канадсько-американським психологом українського походження і професором Стенфордського університету А. Бандурою у 1977 році. А. Бандура визначив, що самоєфективність — це «віра індивіда у власні можливості

**ЗМІСТ****Частина 1.****ТЕОРЕТИКО-ЕМПІРИЧНИЙ КОНТЕНТ МОЛОДІЖНИХ ПОШУКІВ**

<b>Андрюшина Світлана</b> Взаємодія закладу дошкільної освіти і сім'я як необхідна умова гендерного виховання дітей дошкільного віку .....	<b>3</b>
<b>Волощук Вікторія</b> Дидактична гра як засіб формування розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку .....	<b>5</b>
<b>Волощук Вікторія</b> Педагогічні умови формування розумових здібностей дітей старшого дошкільного віку засобами дидактичної гри .....	<b>7</b>
<b>Гарбарчук Діана</b> Підготовка дитини до навчання у школі як предмет наукового дослідження .....	<b>10</b>
<b>Гвалдене Лариса</b> Соціально-психологічний клімат у трудовому колективі.....	<b>13</b>
<b>Горшковська Лілія</b> Психологічні аспекти діяльності рекрутера ІТ сфери.....	<b>15</b>
<b>Гузик Оксана, Широких Анастасія</b> Організації корекційної роботи з дітьми із затримкою мовленнєвого розвитку .....	<b>18</b>
<b>Дацюк Юлія</b> Я-концепція підлітків патріотичне виховання дітей старшого дошкільного віку як актуальне завдання дошкільної освіти.....	<b>21</b>
<b>Давидчук Олена</b> Психологічні особливості врегулювання професійних конфліктів у діяльності психолога закладу дошкільної освіти.....	<b>23</b>
<b>Дацюк Юлія</b> Патріотичне виховання дітей старшого дошкільного віку як актуальне завдання дошкільного віку .....	<b>26</b>
<b>Дем'янюк Вікторія</b> Організаційно-методичні засади психодіагностики особливостей формування емпатії у дітей молодшого шкільного віку .....	<b>28</b>
<b>Дружиніна Інна Анатоліївна, Парчук Т.</b> Сімейні цінності : сучасний погляд.....	<b>31</b>
<b>Зіборов Людмила</b> Корекція тривожності методами когнітивно-поведінкової терапії у родинах військовослужбовців .....	<b>33</b>
<b>Ковалик Олександра</b> Шляхи інтенсифікації англійськомовного освітнього простору в українській школі як вияв євроінтеграційних процесів.....	<b>35</b>
<b>Копилова Олена</b> Психологічний супровід відхилень нервово-психічного розвитку дітей молодшого шкільного віку .....	<b>38</b>
<b>Климчук Ілона</b> Діагностичний аспект вивчення особливостей емоційної студентів у період кризи .....	<b>39</b>

<b>Краля Катерина</b> Вимірювання самоефективності дорослих українців .....	<b>42</b>
<b>Лицюк Анастасія</b> Особливості формування самооцінки в підлітковому віці .....	<b>45</b>
<b>Малець Катерина, Широких Анастасія</b> Застосування ігрових методів корекції мовлення дітей із фонетико-фенематичним недорозвинення мови.....	<b>48</b>
<b>Машук Ольга, Широких Анастасія</b> Економічні, екологічні та педагогічні аспекти національної самосвідомості та її формування .....	<b>52</b>
<b>Мовчко Олег</b> Неконструктивні аспекти копінг-стратегій у студентів в сучасних реаліях.....	<b>54</b>
<b>Наумович Світлана</b> Особливості само сприйняття жінок молодого віку у контексті використання соціальних мереж .....	<b>57</b>
<b>Павловська Катерина</b> Особливості комунікативного розвитку дітей старшого дошкільного віку .....	<b>59</b>
<b>Подляшук Олеся</b> Діагностичні засади вивчення психологічних особливостей емоційного вигорання педагогів .....	<b>62</b>
<b>Попко Олександр</b> Чинники емоційного вигорання у працівників органів внутрішніх справ.....	<b>64</b>
<b>Савчук Валерія</b> Поняття «Психологічне здоров'я особистості» у сучасному науковому осмисленні .....	<b>66</b>
<b>Сербін О.В., Парашак С.</b> Осмислення молоддю сучасності з позиції вічних цінностей у творі власного авторства «З партитури майдану».....	<b>68</b>
<b>Степанський Ян, Безлюдна Валентина</b> Молодіжні наративи у сфері інтимних стосунків .....	<b>71</b>
<b>Тадєєв Гордій</b> Психологічні особливості комунікативної культури фахівців торговельної сфери.....	<b>73</b>
<b>Федяк Ольга Опанасюк Ірина</b> Вплив стилю сімейного виховання на розвиток самооцінки підлітка .....	<b>76</b>
<b>Шоцька Марина</b> Арттерапія як метод гармонізації емоційного стану особистості ....	<b>77</b>

## Частина 2.

### ЛІТЕРАТУРНИЙ КРЕАТИВ: «СТУДЕНТСЬКИЙ ДАРУНОК УКРАЇНСЬКИМ ДІТЯМ» (авторські казки)

<b>Бондарчук Анна</b> Фея та ворогуючі королівства .....	<b>81</b>
<b>Демчинська Василина</b> Казка про інструменти душі .....	<b>82</b>
<b>Дець Юлія</b> Як лисичка Лідочка перемогла свій страх .....	<b>83</b>



---

---

<b>Лавор Софія</b> Казка про Сонячний Промінчик. Відкрий своє сяйво .....	<b>84</b>
<b>Манзирєва Яна</b> Історія двох сестер. Казка про Асертивність і Конформізм.....	<b>85</b>
<b>Мельник Анастасія</b> Віра в перемогу .....	<b>86</b>
<b>Несенчук Аліни</b> Безпека у серцях.....	<b>87</b>
<b>Сірман Вікторія</b> Казка про маленького хлопчика у великому світі .....	<b>88</b>
<b>Тітарчук Вікторія</b> Захоплюючий шлях до Дружби: Психокорекційна казка про подолання самотності	<b>89</b>