

Рівненський державний
гуманітарний університет

Студентський дайджест

Збірник наукових матеріалів
здобувачів вищої освіти

№ 9
2024

Рівненський державний гуманітарний університет
Психолого-природничий факультет

Студентський дайджест

збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти

Випуск 9

Рівне, 2024

Студентський дайджест : збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти.
Випуск 9. Рівне : РДГУ, 2024. 106 с.

Головний редактор :

Павелків Роман Володимирович – доктор психологічних наук, професор, перший проректор, завідувач кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету

Виконавчий редактор :

Корчакова Наталія Вікторівна – доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету.

Члени редакційної колегії :

Павелків Віталій Романович – доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри загальної психології та психодіагностики, декан психолого-природничого факультету Рівненського державного гуманітарного університету.

Безлюдна Валентина Іванівна – кандидат педагогічних наук, доцент, професор кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету.

Юрчук Олена Сергіївна – здобувач ступеня PhD кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету за спеціальністю 053 «Психологія».

*Друкується за рішенням Вченої Ради РДГУ
(протокол № 4 від 25 квітня 2024 року).*

Список використаних джерел

- 1.Боярчук О.Д. Біохімія стресу : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Держ. закл. «Луган. нац. ун-т імені Тараса Шевченка». Луганськ : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2013. 177 с.
2. Наугольник Л.Б. Психологія стресу : підручник. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.
- 3.Леженіна Л.М. Проблема стресу в психологічній науці. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Психологія*. 2012. Вип. 42(1). С. 135–142.

УДК 159.922.8:159.942

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ТРИВОЖНОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Маснюк Тетяна, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальності 053 «Психологія», II курс, РДГУ

Науковий керівник: Дзедзєра О.В., ст. викладач

Постановка проблеми. Під час війни особи юнацького віку стають особливо вразливими. Ставши свідками або жертвами військових подій, молодь зазнає серйозного впливу на психічне здоров'я та емоційний стан. Тривога може стати однією з найпоширеніших реакцій на стрес у юнацькому віці під час війни. Її прояв може бути різноманітним і включати емоційну напругу, тривожні думки та страхи, фізіологічні прояви (наприклад, підвищений пульс, потовиділення, тривожність шлунково-кишкового тракту) та зміни в поведінці.

Стан тривожності в юнацькому віці під час війни може мати серйозні наслідки для фізичного та психічного здоров'я, соціальної адаптації та навчання. Це може призвести до зниження академічних досягнень, проблем у міжособистісних відносинах з однолітками та дорослими, збільшення ризику розвитку психічних розладів, таких як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), депресія тощо.

Таким чином, вивчення психологічних особливостей прояву тривожності у юнацькому віці під час війни є важливим для розуміння та ефективного управління психічним станом молоді в умовах стресу та небезпеки.

Мета дослідження – теоретичне обґрунтування психологічних особливостей прояву тривожності в юнацькому віці під час війни.

Виклад основного матеріалу дослідження. Тривожність людини залишається однією з найцікавіших проблем у психології, яка продовжує привертати увагу дослідників, з огляду на вже вивчені аспекти. Розуміння тривожності на різних етапах життя допомагає краще зрозуміти її сутність і виявити вікові закономірності розвитку емоційної сфери людини. Особливо важливим є вивчення змін, що відбуваються в емоційній сфері підліткового та юнацького віку, зокрема тривожності.

Проблемі тривожності присвячені дослідження Д. Долларда, К. Ізарда, М. Міллера, М. Кляйн, Я. Стреляу, Ч. Спілбергера, К. Хорні, М. Шайєр та ін. Питання тривожності під час війни стали активно досліджуватися українськими науковцями: тривожність як механізм дезадаптації молоді під час війни, загальні та специфічні характеристики тривожності (К. Мельник, Н. Тертична) [3; 4], тривога під час війни та її наслідки (В. Килимчук) [2] тощо.

Тривога – це негативний емоційний стан, що супроводжується внутрішньою напругою, занепокоєнням та активізацією нервової системи.

Тривожність – це індивідуальна особливість людини, що проявляється у відчутті частої та інтенсивної тривоги, а також у низькому порозі для її виникнення. Цей стан може бути визначений, як особистісне утворення або, як характеристика темпераменту, яка зумовлена слабкістю нервових процесів.

Першим, хто спробував пояснити природу тривоги був З. Фрейд, ще в 1925 році дав їй

поняття «невизначений страх». Фрейд вважав за важливе розмежувати поняття «тривожності» та «страху», тому що страх – це реакція на певну небезпеку, а тривога – це реакція, що виникає при загрозі. Його концепція неодноразово була переглянута й уточнювалася, особливо в частинах, де йшлося про причини та функції тривожності. Він вважав, що для пояснення психічного життя людини розуміння тривожності грає значну роль. У своїх ранніх працях З. Фрейд розглядав тривожність як, свого роду, пригнічену сексуальну енергію, що дає сигнал індивіду для реакцій адекватного пристосування [5].

Тривожність, вважає Гаррі Салліван, – це стан напруги, але протилежно спрямований на задоволення потреб та активності, і використовує це поняття, як центральне. Також, Г. Салліван, говорячи про тривожність, використовує поняття з психосоматики, і зазначає, що при задоволенні біологічних потягів відбувається мимовільне зняття фізичної напруги у внутрішніх органах, а також у скелетних м'язах.

Упродовж тривалого часу поняття тривоги та тривожності ототожнювали з поняттям страху. Розмежування цих понять уперше зустрічається в працях філософа С. К'єркегора, який розрізняв конкретний страх (Furcht) і невизначений, розмитий страх-сум (Angst). Тривога, на думку С. К'єркегора, народжується разом із людиною і розвивається впродовж її життя, отже, саме людина породжує тривогу.

Зараз існують дві основні позиції в розумінні страху та тривоги. Згідно з першою, страх виникає в реакції на конкретну реальну небезпеку, тоді як тривога виникає внаслідок переживання невизначеної, безпосередньої загрози, яка часто має уявний характер. За іншою позицією, страх виникає при загрозі, яка стосується цілісності або існування людини, як живої істоти, тоді як тривога виникає при соціальній або особистісній загрозі, коли небезпека стосується цінностей людини, її уявлень про себе, взаємин з іншими людьми чи соціальному статусі. Інший погляд, представлений І. Сарансоном, розглядає тривогу та страх залежно від спрямування уваги людини: при переживанні страху увага спрямована назовні, а при переживанні тривоги – всередину, оскільки людина зосереджується на своєму внутрішньому стані.

У сучасній психології оптимальний рівень тривожності розглядається, як невіддільна частина успішної адаптації до оточуючої дійсності. Підвищений рівень тривожності має дезадаптивну реакцію, яка проявляється у дезорієнтації, дезорганізації поведінки, з високим ризиком неправильного реагування, помилками у тій чи іншій діяльності [1].

У період юнацтва змінюється структура соціальних ролей, підвищується автономність, зростає відповідальність за своє майбутнє, швидко змінюється спосіб життя. Усі тривожні особистості юнацького віку відрізняються певними соціальними цінностями та стереотипами, що сприяють зростанню негативних емоцій. Стан тривожності тісно пов'язаний зі станом фрустрації, який, своєю чергою, багато в чому залежить від неможливості відповідати нормам, що висуваються суспільством.

К. Мельник, Н. Тертична виділили основні причини прояву тривожності в юнацькому віці під час війни:

- небезпека для життя загалом та відчуття незахищеності, спричинені сигналами попередження про повітряну тривогу;
- ризик потрапити під обстріл чи ракетні атаки;
- можливість отримання поранень;
- перебування в зоні бойових дій;
- переселення в інше місто або країну, покидаючи звичне середовище;
- постійний потік новин і зображень військових дій, смертей і руйнувань через засоби масової інформації;
- невизначеність майбутніх подій [3, с. 614].

Тривожність впливає на психічні процеси. Особливий вплив здійснює на емоційну сферу, зникає життєрадісність, з'являється постійне почуття роздратування та агресії. У юнацькому віці розвивається песимістична позиція, невпевненість у своїх силах. Почуття тривожності негативно впливає на наполегливість, допитливість на пізнавальну активність.

Одним із найчастіших проявів тривожності в юнацькому віці є апатія, млявість, безініціативність, невизначеність, незахищеність, безпорадність.

Частими ознаками тривожності у юнацькому віці є відчуття невпевненості в собі та нестабільність самооцінки. Низька ініціатива може бути зумовлена страхом перед невідомим. Тривожна молодь уникає привернення до себе уваги, намагаючись точно виконувати завдання та дотримуватися дисципліни, щоб не викликати негативних реакцій у своєму оточенні. Проведений аналіз наукових джерел підтвердив, що висока тривожність є показником особистісного дисбалансу, що може негативно впливати на психологічне здоров'я [1].

Зазвичай молодь із високим рівнем тривожності є невпевненими в собі та мають низьку самооцінку. Постійний страх перед невідомим часто призводить до того, що вони рідко проявляють ініціативу, їх часто характеризують, як скромних та сором'язливих. Молоді люди з високим рівнем тривожності часто сприймають різні ситуації, як загрозливі для своєї самооцінки та життєдіяльності. Вони можуть реагувати на ці ситуації надмірно напружено та яскраво вираженим станом тривожності [4].

Умови воєнного конфлікту можуть створювати серйозний страх перед майбутнім у юнацькому віці. Молодь може переживати тривогу щодо свого майбутнього, особливо стосовно освіти, кар'єри, стабільності та безпеки. Загалом, психологічні особливості прояву тривожності в юнацькому віці під час війни можуть бути складними та різноманітними. Важливо забезпечити молоді підтримку, психологічну допомогу та можливість для вираження своїх почуттів та емоцій.

Висновки. Під час війни в юнацькому віці збільшується ризик виникнення тривожності через небезпеку для життя, невизначеність майбутніх подій та постійний психологічний стрес. Сприймання загроз для власної безпеки та нестабільність життєвого середовища може призвести до посиленого почуття тривоги. Невпевненість у майбутньому та страх перед невідомим можуть призвести до зниження самооцінки та почуття безпорадності.

Психологічні особливості тривожності в юнацькому віці під час війни можуть також проявлятися в уникненні ризикованих ситуацій, підвищеній реакції на стрес та емоційній нестабільності.

Отже, розуміння психологічних особливостей прояву тривожності в юнацькому віці під час війни є важливим для розробки ефективних програм психологічної підтримки для молоді. Здатність до адаптації та подолання тривожності в цьому контексті може бути ключовим для психологічного благополуччя та подальшого розвитку молоді.

Список використаних джерел

1. Басова А. Г. Поняття емпатії у вітчизняній та зарубіжній психології. *Молодий вчений*. 2012. № 8. С. 254–256.
2. Килимчук В. Тривога під час війни та її наслідки. *Медична газета «Здоров'я України 21 сторіччя»*. 2022. № 9 (526). С. 46–47.
3. Мельник К. С., Тертична Н. А. Загальні та специфічні характеристики тривожності молоді під час війни. *Перспективи та інновації науки*. 2024. № 1 (35). 604–615.
4. Стуліка О., Неделько П. Особливості переживання страху та тривожності в юнацькому віці. *Молодий вчений*. 2022. № 11 (111). С. 18–22.
5. Freud S. The Collected Works of Sigmund Freud: The Complete Works. PergamonMedia, 2015. 979 p.

ЗМІСТ

Архипова Юлія Умови та особливості психологічної готовності юнаків до батьківства.....	3
Галело Тетяна Адаптація внутрішньо переміщених осіб як психологічна проблема	5
Грицюк Карина Вплив участі у бойових діях на психоемоційний стан військових збройних сил України	8
Данильченко Олександр Психологічні особливості впливу інтернет-технологій на студентську молодь.....	11
Дульнєва Анна Особливості емоційного самопочуття дітей під час війни.....	13
Ільчук (Смик) Олена Сутність поняття «емоційна стійкість» у психолого-педагогічних дослідженнях.....	15
Коновалов Артем Передумови психологічної реабілітації працівників Державної служби України з надзвичайних ситуацій в умовах війни.....	16
Косяк Тетяна Емоційна регуляція станів дітей дошкільного віку методом терапії іграшкою.....	20
Котяш (Ряба) Леся, Безлюдна Валентина Ставлення молоді до представників нетрадиційної орієнтації.....	22
Марковець Юстина Особливості психологічної готовності особового складу військ (сил) ЗСУ до участі в бойових діях	25
Мартинюк Ольга Шляхи подолання стресу в підлітковому віці	27
Маснюк Тетяна Психологічні особливості прояву тривожності в юнацькому віці під час війни	29
Масюк Василина Психодіагностика агресивності у молодшому підлітковому віці.....	32
Мацкевич Ольга Вплив емоційної сфери на активність особистості в юнацькому віці	33
Мельничук Оксана Психологічні аспекти інформаційного впливу на населення під час війни	36
Миронець Ірина Психологічні особливості емоційної сфери в підлітковому віці...	38
Натина Ганна Підходи до вирішення проблеми запобігання професійному вигоранню	41
Пантелюк Марія Психологічні особливості мотивації навчальної діяльності студентів	43

Панько Аліна Катерина Психологічні чинники вибору професії старшокласниками.....	46
.....	
Парчук Софія, Юрчук Олена Відновлення психічного здоров'я особистості засобами арт-терапії	48
Пацкова Галина Психологічні особливості реабілітації військовослужбовців, які пережили посттравматичний стресовий розлад (ПТСР).....	51
Пермінова Наталія, Яцюк Наталія Психологічні методи управління персоналом як чинник підвищення його ефективності.....	55
Поліщук Максим Особливості розвитку міжособистісної комунікації в юнацькому віці	57
Польняк Ольга Поняття «травматичного стресу» в психолого-педагогічній літературі та його особливості.....	59
Попружок Софія Специфіка корекції мовлення у дітей з ДЦП.....	62
Рожко Олена Особливості розвитку літературних здібностей в підлітковому та юнацькому віці.....	64
Солоп Тетяна, Піонтковська Діана Теоретичний аналіз розвитку національної самосвідомості студентської молоді.....	68
Стащук Анна Детермінація психоемоційної сфери особистості природними чинниками.....	71
Тадесв Гордій Роль невербальної комунікації в процесі продажу.....	76
Тулупов Сергій Подружжя психологічна сумісність як фактор благополуччя і щастя родини	78
Хома Людмила Формування медіагігієни українського юнацтва у період війни	81
Чорноус Яна Класифікація синдрому дитячого аутизму.....	85
Шалівський Павло Особливості переживання дитиною кризи в сім'ї	90
Юдко Вікторія Сутність психологічної готовності особистості до участі у бойових діях та її детермінації	92
Юрчук Олексій, Кравчук Анна Дитячо-батьківські взаємовідносини як провідний чинник розвитку ідентичності дитини.....	94
Юрчук Олена, Рижа Мирослава Робота психолога закладу дошкільної освіти в умовах воєнного стану.....	96
Юрчук Олена, Стеблюк Яна Феномен життєстійкості у поглядах вітчизняних та зарубіжних вчених	99