

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).*

ціннісних орієнтацій підлітка. З дорослішанням у дитини змінюється характер, потреби та особливості бачення себе, сприйняття навколишніх, змінюються мотиви і ступінь їх адекватності суспільним потребам, що чітко простежується в різних виявах агресивності підлітків й негативізму.

Сучасне життя досить багате на стресові стани. Нестабільність політичної ситуації в країні, сумні новини зі ЗМІ, можливо, певна близькість до психологічно травматичних подій (сім'ї переселенців, родичі на війні тощо) посилює загальну емоційну неврівноваженість підлітків, яка і без цих обтяжливих факторів є складною проблемою.

Висновки. В підлітковому віці емоційна сфера стає більш складною і різноманітною, відображаючи вплив змін у фізіологічному, соціальному та психологічному розвитку. Підлітковий вік супроводжується численними кризовими ситуаціями, які викликають різноманітні емоційні реакції, такі як сумніви, стрес, а також посилене прагнення до самостійності. Крім того, даний вік сприяє розвитку внутрішньо-особистісного емоційного інтелекту, а також вимагає розвитку міжособистісного емоційного інтелекту для успішної адаптації до нових соціальних реалій. Отже, вивчення психологічних особливостей емоційної сфери у підлітковому віці має важливе значення для розуміння та підтримки молоді в їхньому емоційному розвитку та адаптації до сучасного суспільства.

Список використаних джерел

1. Артюхіна Н. Вплив значущих осіб на розвиток й формування емоційно-поведінкових особливостей підлітків. *Вісник Львівського університету*. Серія : Психологічні науки. 2018. Вип. 3. С. 10-18.
2. Белякова С. М. Соціально-психологічні особливості розвитку особистості сучасного підлітка. *Молодий вчений*. 2018. № 5(2). С. 454-458.
3. Фалько Н. М. Гармонізація емоційної сфери підлітків методами казкотерапії. *Молодий вчений*. 2014. № 12(2). С. 267-270.
4. Яновська Т. А. Взаємоз'язок прояву психологічного конфлікту з емоційною сферою підлітків. *Молодий вчений*. 2015. № 2(4). С. 235-238.

УКД 159.9.331.54

ПІДХОДИ ДО ВИРІШЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЗАПОБІГАННЯ ПРОФЕСІЙНОМУ ВИГОРАННЮ

Натина Ганна, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія», 1 курс, РДГУ

Науковий керівник: Піонтковська Д.В., канд. психол.наук, доцент

Постановка проблеми. В більшості сфер суспільних відносин на сучасному етапі житті відбуваються активні процеси глобалізації та тотальної діджиталізації, що не лише відкриває нові можливості для реалізації особистісного потенціалу, але й виокремлює перед науковцями нові проблеми й виклики, загострює наявні суперечності.

Однією з таких проблем є явище професійного вигорання, що останнім часом має швидке розповсюдження, передусім – в розвинених країнах світу. Це пов'язано з підвищенням якості життя, що в свою чергу породжує зростання очікувань від професійної діяльності. Невиправданість таких очікувань, а також підвищення рівня емоційного навантаження, інтенсифікація інформаційних процесів, поширення дистанційної форми праці, що часто знищує часові та просторові межі між роботою та домашнім середовищем, призводить до швидкого поширення в світі професійного вигорання.

Актуальність дослідження полягає в необхідності проаналізувати підходи вітчизняних та зарубіжних науковців до вивчення проблеми професійного вигорання й його запобігання.

Мета дослідження полягає в огляді підходів до вивчення проблеми професійного вигорання та аналізі шляхів протидії такому стану в Україні та в світі.

Виклад основного матеріалу дослідження. Проблема професійного вигорання була предметом дослідження багатьох науковців з точки зору різних підходів (соціологія, трудове право, економіка, психологія): М.Ануфрієва, В.Богуш, О.Каплі, .Крушельницької, Д.Мельничук, В.Орел, В.Павленко, Д.Трунова, Г.Щокіна та ін. Феномен професійного вигорання безумовно цікавив зарубіжних вчених, таких як: Х.-П.Блоссфельд, У.Бос, Б.Ганновер, Х.-Д.Деніел, С.Джексон, М.Лейтер, К.Маслач, Дж.Росбач, Р.Тіппельт, С.Токер, А.Широм, Х.Фройденбергер, та ін.

Професійне вигорання найчастіше пов'язують з високою інтенсивністю праці, зростанням емоційної складової трудової діяльності, підвищення вимог до рівня професійної підготовки, що вимагає від людини надмірних зусиль та значного зосередження уваги, що дуже швидко призводить до перевтоми й виснаження. В більш тривалій перспективі відбувається загострення хронічних хвороб та розвиток нових захворювань. З другої половини ХХ століття увагу науковців та управлінців почали привертати випадки смертей на робочому, які не були пов'язані з виробничим травматизмом у великій кількості. Також серед працівників успішних компаній в розвинених країнах світу постійно зростала кількість самогубств. В Японії навіть існує окремий термін, який означає «допрацюватися до смерті» - «кароші». Причинами кароші найбільш часто є серцеві напади та інсульти, викликані неповноцінним харчуванням, відсутністю нормального відпочинку, хронічним тривалим стресом. Наприклад, згідно даних ВООЗ, у 2016 році близько 750 тисяч смертей у світі були тим чи іншим чином пов'язані з високою інтенсивністю праці та з надмірною тривалістю робочого дня.

Одним з перших науковців, що звернули увагу на небезпеку професійного вигорання як системну проблему сучасного суспільства, був Х.Фройденбергер. Як цитують науковця М.Ануфрієв та О.Капля: «...Словник визначає дієслово «вигоріти» як то «вийти з ладу, зношуватися або виснажуватися від наслідків застосування надмірної енергії, сили або ресурсів». І це саме те, що відбувається, коли член колективу вигорає за з будь-яких причин, і стає не здатним до виконання своїх обов'язків та досягнення спільних цілей» [1]. Термін «вигорання» слід насамперед застосовувати в характеристиці здорових людей, які вже знаходяться в процесі зниження працездатності.

Дослідження сучасних ізраїльських вчених (І.Шапіра, С.Берлінер, С.Меламед) виявили високу кореляцію між вигоранням та депресією. На ранніх стадіях професійне вигорання може супроводжуватися значною тривожністю, а в подальшому виникає високий рівень збудження. При цьому, якщо поведінкові реакції не спричиняють очікуваний ефект і процес вигорання продовжується, то людина може стати повністю емоційно відстороненою [4]. Таким чином професійне вигорання – це динамічний процес, а не статичне явище і на нього можна вплинути як в сторону прискорення, так і в сторону гальмування, що уможливорює превентивний або терапевтичний вплив.

В загальному професійне вигорання тлумачиться як специфічний хронічний стрес, пов'язаний з роботою, фізичне та емоційне виснаження, що з часом призводить до незадоволеності роботою та навіть до втрати особистого щастя в цілому.

У визначенні К.Маслач та С.Джексон синдром професійного вигорання є специфічним тривимірним конструктом, який містить у собі емоційне виснаження, деперсоналізацію та редукцію особистих досягнень, що в сукупності викликає стан негативної оцінки себе в професійній сфері, до приниження своєї гідності та делегуванні відповідальності на оточуючих [3].

Проблема профілактики професійного вигорання в останній час привертає увагу все більшої кількості фахівців в розвинених країнах світу. Так, в Бельгії, з середини 10-х років ХХІ століття Федеральна служба зайнятості, праці та соціального забезпечення зобов'язала компанії впроваджувати заходи, що покликані запобігати професійному вигоранню працівників та здійснювати регулярний аналіз ризиків такого ставну. В Австрії установами

соціального страхування впроваджуються численні програми профілактики професійного вигорання. В Німеччині запроваджуються програми запобігання професійному вигоранню як на місцевому, так і на федеральному рівнях, що включають фінансування досліджень професійного вигорання в окремих галузях (в тому числі й в системі освіти), проведення тренінгів, читання курсів лекцій з протидії вигоранню. У Франції з 2015 року за підтримки Міністерства праці було опубліковано посібник з протидії професійному вигоранню для роботодавців, кадрових служб, представників управлінської ланки.

В Україні на державному рівні проблема професійного вигорання лише починає розроблятися, оскільки в більшості вітчизняних нормативних актів, які врегульовують трудові відносини, в тому числі в Кодексі законів про працю дефініція «професійне вигорання» відсутня. Проте в Законі України Про соціальні послуги зустрічається дане поняття у тлумаченні супервізії як професійної «...підтримка працівників, які надають соціальні послуги, спрямована на подолання професійних труднощів, аналіз та усунення недоліків, вдосконалення організації роботи, стимулювання мотивації до роботи, дотримання етичних норм та стандартів надання соціальних послуг, запобігання виникненню професійного вигорання, забезпечення емоційної підтримки» [2].

Слід зазначити, що на державному рівні здійснюються певні кроки в напрямку профілактики професійного вигорання, однак їх результативність поки що недосліджена. Так, згідно Плану заходів з реалізації Стратегії державної політики з питань здорового та активного довголіття населення на період до 2022 року, обласні, місцеві органи самоврядування були зобов'язані проводити тренінги для працівників соціальної сфери щодо поваги до гідності отримувача послуг, недопущення порушення етичних норм в процесі виконання професійних обов'язків, дотримання вимог конфіденційності, а також профілактики «професійного вигорання». Також одним із завдань Типової програми навчання фізичних осіб, які надають соціальні послуги з догляду без здійснення підприємницької діяльності, було зазначене запобігання емоційному (професійному) вигоранню і його профілактика.

Провідний зарубіжний досвід показує, що в подоланні проблеми професійного вигорання значно більш дієвою є ініціатива роботодавців, які безпосередньо зацікавлені в збереженні ефективності та працездатності своїх фахівців, у підтримці їх лояльності. Передусім повинно бути створене комфортне робоче середовище, організована доступність відпочинку, інтенсифікована креативність діяльності працівників. Також необхідна дієва система пільг, слід просувати тенденцію до скорочення робочого часу, впроваджувати творчі відпустки, забезпечити гідну оплату праці.

Висновки. Професійне вигорання є складним процесом, обумовленим сукупністю внутрішніх (психологічних) та зовнішніх (фізичних та соціально-економічних) чинників, який включає в себе такі елементи, як емоційне виснаження, редукція особистих досягнень, зниження мотивації до роботи та до життя загалом і призводить до загострення хронічних захворювань, виникнення нових хвороб, а в найгіршому випадку – до фізіологічної смерті або самогубства. В сучасному світі на профілактику професійного вигорання спрямовані низка правових, організаційних та інших заходів, покликаних стимулювати роботодавців протидіяти окресленій проблемі. Окремої уваги в подальших наукових пошуках потребує проблема розробки шляхів запобігання професійному вигоранню працівників педагогічної сфери.

Список використаних джерел

1. Ануфрієв М.І., Капля О.М. Професійне вигорання як проблема сучасних трудових відносин: зарубіжні та вітчизняні підходи до її вирішення. *Юридичний науковий журнал*. 2021. №12. С.450-453.
2. Про соціальні послуги: Закон України від 17 січня 2019 р. № 2671-VIII. *Відомості Верховної Ради (ВВР)*. 2019. № 18. ст.73.

3. Maslach, C., Jackson, S. E. and Leiter, M. Maslach burnout inventory manual in Zalaquett, C. P. and Wood, R. J. (eds.), *Evaluating stress: a book of resources*. Scarecrow Press, Lanham, Maryland, 1997. pp. 191–218

4. Shapira, I., Berliner, S. and Melamed, S. The association between burnout, depression, anxiety and inflammation biomarkers: C-reactive protein and fibrinogen in men and women. *Journal of Occupational Health Psycholog.* 2005. Vol. 10, No. 4, pp. 344–362.

УДК 159.9.019.4: 37-057.87

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ

Пантелюк Марія, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія», 1 курс, РДГУ

Науковий керівник: Піонтковська Д.В., канд. психол. наук, доцент

Постановка проблеми. Мотивація здобувача вищої освіти є важливим елементом, необхідним для якісної освіти. Адже завдяки їй студенти концентрують свою увагу, відразу починають працювати над завданнями, ставлять запитання та відповідають на них, виглядають щасливими та нетерплячими до отримання нової для них інформації [5].

Загальним недоліком існуючих точок зору й теорій проблеми мотивації є відсутність системного підходу до розгляду процесу мотивації, в наслідок чого будь-який фактор, який впливає на виникнення збудження і прийняття рішення називається мотивом. Надто мало уваги приділяють аналізу причин такого значного розходження авторів в розумінні суті мотивації та мотивів; як правило має місце чи то просте викладання бачення авторами проблеми, чи то поверхнева критика всіх відмінних від власної точки зору, без пошуку та розвитку того раціонального, що є в підходах попередніх авторів.

Проте, не дивлячись на це, всі дослідники сходяться в одному: за мотив приймають якийсь один конкретний психологічний феномен (але різний у різних авторів). В основному психологи групуються навколо наступних точок зору на мотив: як на збудження, на потребу, на ціль, на намір, на властивості особистості, на стани.

Мотивація розглядалась в різних аспектах, включаючи і такі як психосоціальний аспект (Jung), аспект очікування (Vroom), обумовленість потребами (Maslow; McClelland), з середини поступаюча [intrinsic] мотивація (Deci; Katz and Kahn), соціальна ідентичність (Ashford and Mael), ціннісна обумовленість (Etzioni; Kelman), ціле покладання (Loske and Latham), обумовленість самоконцепцією (Briffand Aldag; Gecas; Shyder and Williams; Sullivan) у якійсь мірі, аспект розвитку (Kegan; Kohlberg; Loevinger, Piaget).

Онтогенетичні аспекти становлення, формування та розвитку навчальної мотивації знайшли своє відображення в дисертаційних дослідженнях М. Алексєєвої, В. Климчука, О. Музики.

З огляду на актуальність зазначеної проблеми особливої уваги набуває мотивація навчальної діяльності студентів.

Тому **метою дослідження** є **аналіз** психологічних особливостей навчальної мотивації здобувачів вищої освіти.

Виклад основного матеріалу дослідження. Проблемі мотиваційної сфери присвячено низку праць багатьох учених, як-от: О. Богінч, Л. Бондар, С. Гончаренка, Н. Ісхакової, О. Коваленко, Т. Левченко, Б. Ломова, А. Маркової, В. Шапар.

Вперше термін «мотивація» запропонував А. Шопенгауер в статті «Чотири принципи достатньої причини» (1900-1910). Пізніше цей термін увійшов в психологічну лексику для пояснення причин поведінки людини чи тварини.

Всі визначення мотивації можна поділити на два напрямки. Прихильники першого напрямку розглядають мотивацію із структурних позицій, як сукупність факторів чи мотивів.

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