

Рівненський державний  
гуманітарний університет

# Студентський дайджест

Збірник наукових матеріалів  
здобувачів вищої освіти

№ 10  
2024

Рівненський державний гуманітарний університет  
Психолого-природничий факультет

## Студентський дайджест

**збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти**

**Випуск 10**

**Рівне, 2024**

**Студентський дайджест : збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти.**  
Випуск 10. Рівне : РДГУ, 2024. 110 с.

***Головний редактор:***

**Павелків Роман Володимирович** – доктор психологічних наук, професор, в.о.ректора, завідувач кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету.

***Виконавчий редактор:***

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

***Члени редакційної колегії:***

**Павелків Віталій Романович** – доктор психологічних наук, професор кафедри загальної психології, психодіагностики та психотерапії, 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 №12 від 5 грудня 2024 р.)*

психологічні аспекти кризових ситуацій в сім'ях та надавати підтримку в розв'язанні конфліктів та подоланні труднощів.

Психологічні підходи до роботи з сім'ями в складних ситуаціях є різноманітними та спеціалізованими, призначеними для розв'язання конкретних проблем і задач. Вони включають у себе системний підхід, сімейну терапію, когнітивно-поведінкову терапію, арт-терапію, групову роботу та інші методи.

**Висновки.** Використання психологічних підходів дозволяє підтримувати та поліпшувати сімейні відносини, сприяє розв'язанню конфліктів, підвищенню рівня розуміння та спілкування в сім'ї. Вибір підходу повинен залежати від конкретної ситуації та потреб сім'ї, і важливо мати кваліфікованих фахівців для проведення таких інтервенцій.

#### Список використаних джерел

1. Капська А.Й., Пеша І.В., Міхєєва О.Ю., Соляник М.Г. Технології соціально-педагогічної роботи з сім'ями: навчально-методичний посібник. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2015. 328 с.
2. Колобова Я.В., Комарова М.Н., Лоріашвілі Л.С., Пеша І.В. Практики надання соціальних послуг сім'ям, які перебувають у складних життєвих обставинах: науково-методичний збірник / за ред. Н.М. Комарової. Київ: Державний інститут сімейної та молодіжної політики, 2016. 112 с.
3. Кучер Г.М. Інновації соціальної роботи із сім'ями, що опинилися в складних життєвих обставинах. *Збірник наукових праць Херсонського державного університету. Педагогічні науки*. 2018. № 2 (82). С. 207–212.

УДК 159.92-053.6

## ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Катеринчук Дарія, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальність 053 Психологія, 4 курс, РДГУ

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

**Постанова проблеми.** У наш час питання про розвиток емоційного інтелекту рахується новим але водночас важливим, особливо для молоді. Підлітковий вік - це період активних змін, коли формуються основні психологічні та емоційні якості особистості. Однією з ключових характеристик, яка впливає на соціальну адаптацію та психологічне благополуччя підлітків, є емоційний інтелект (EI/EQ). Вміння розпізнавати, розуміти та регулювати власні емоції, а також співпереживати і взаємодіяти з емоціями інших, стає вирішальним для успішної інтеграції в соціум. Вивчення психологічних особливостей розвитку емоційного інтелекту у підлітковому віці є важливим, адже в цей період формуються ключові соціально-психологічні навички, які визначають міжособистісні стосунки, впевненість у собі та здатність до саморегуляції. Проте питання впливу різних факторів на розвиток EI у підлітків ще недостатньо досліджено, що вимагає подальших наукових розробок, зокрема щодо взаємозв'язку емоційних та когнітивних змін, які відбуваються в цей період [4]. Зважаючи на це, дослідження психологічних особливостей емоційного інтелекту у підлітків є актуальним для розробки ефективних підходів до підтримки їхнього розвитку, що сприятиме зниженню соціальної напруги та підвищенню психологічного комфорту підлітків у складний період становлення особистості.

**Мета дослідження** - здійснення теоретичного аналізу психологічних особливостей розвитку емоційного інтелекту у підлітковому віці.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Підлітковий вік є критичним етапом у розвитку особистості та періодом значних фізичних, психологічних і соціальних змін. Це період характеризується активним формуванням розвитку когнітивних функцій, самооцінки,

уявлення про себе, а також здатність до емоційного саморегулювання та взаємодії з іншими людьми[2]. Однією з основних складових цього процесу є емоційний інтелект, який включає в себе здатність розпізнавати, розуміти та регулювати власні емоції, здатність особистості ефективно сприймати, здатність до емпатії та взаємодії з емоціями інших людей, а також вміння використовувати емоційні знання для досягнення особистих та соціальних цілей. [4]. Розвиток емоційного інтелекту є важливим аспектом соціалізації підлітків і впливає на їхню здатність адаптуватися у соціумі, вирішувати міжособистісні конфлікти та підтримувати психологічне благополуччя. Концепція емоційного інтелекту набула популярності психологом Д. Гоулманом, який виділяє кілька основних компонентів цього феномену: самопізнання, саморегуляція, мотивація, емпатія та соціальні навички [5]. Всі ці компоненти мають особливе значення для підлітків, оскільки саме в цей період формується їхня здатність до саморегуляції та взаємодії з оточуючими.

Однією з основних особливостей розвитку емоційного інтелекту у підлітків є зміна рівня самосвідомості. Підлітки починають активніше рефлексувати над власними почуттями, визначати свої емоції та усвідомлювати їхні причини, шукають відповіді на питання про свою ідентичність та місце в соціумі [2]. Це дає можливість не тільки краще розуміти себе, але й покращувати здатність до самоконтролю. Однак через емоційну нестабільність і відсутність досвіду емоційної саморегуляції, підлітки можуть відчувати труднощі у визначенні та вираженні своїх емоцій, що часто може призводити до імпульсивних вчинків або емоційних зрывів.

Саморегуляція характеризується здатністю підлітками контролювати та змінювати свої емоційні реакції відповідно до ситуацій. Через значну емоційну нестабільність, про яку писалося вище, процес саморегуляції може бути проблематичним. Однак за допомогою покращення та розвитку саме цього компоненту, підлітки будуть мати змогу знизити свій рівень стресу, тривоги та агресії [3]. Ще одна важлива риса підліткової психології - розвиток соціальних відносин. Взаємодія з однолітками, становлення романтичних стосунків та пошук ідентичності значно впливають на емоційну сферу підлітка. У цей час формуються важливі навички соціальної адаптації, зокрема здатність до емпатії - розуміння і переживання емоцій інших людей [2]. Побудова міжособистісних зв'язків вимагає володіння високим рівнем емоційної чутливості та здатності до співпереживання. Хоча підлітки здатні до розвитку емпатії, у них часто виникають труднощі в ефективному вираженні співчуття та підтримки через недостатній рівень емоційної зрілості та досвіду. Розвиток емоційного інтелекту у підлітків залежить від багатьох факторів, серед яких важливу роль відіграють сімейне середовище, соціальна підтримка та освітнє оточення. Виховання в родині, зокрема здатність батьків до емоційного контакту з дитиною, до створення відкритої та безпечної атмосфери для вираження емоцій, має значний вплив на розвиток емоційного інтелекту. Діти, чиї батьки виявляють увагу до їхніх емоцій та навчають їх правильної емоційної реакції, мають вищий рівень емоційної зрілості. Соціальне середовище, яке включає як однолітків, так і інших дорослих, також сприяє розвитку емоційного інтелекту. Підлітки, що активно взаємодіють з іншими, отримують можливість розвивати свої соціальні навички, такі як ефективне вирішення конфліктів, взаємодія у групі, проявляючи при цьому вміння контролювати свої емоції. Важливим фактором є також роль освітніх установ, які через різноманітні навчальні та виховні програми можуть сприяти розвитку емоційного інтелекту у підлітків.

Підлітковий вік є також періодом, коли починають формуватись механізми емоційного реагування, що визначають, як індивід сприймає та обробляє емоційні стимули ззовні [2]. Ці механізми можуть впливати не тільки на психоемоційний стан підлітка, а й також на його поведінку в цілому. Тому важливо враховувати, що емоційна зрілість у підлітків не є автоматичним процесом, а результатом складної взаємодії генетичних факторів, життєвого досвіду, виховання та соціального середовища.

Емоційний інтелект є важливим чинником соціальної адаптації підлітків у суспільстві. Підлітки, які мають високий рівень емоційного інтелекту, здатні краще управляти своїми емоціями, що дозволяє їм ефективніше взаємодіяти з однолітками або іншими людьми, вирішувати конфлікти та побудувати гармонійні відносини у групах. Високий рівень ЕІ

також пов'язаний із більшою психологічною стійкістю, здатністю адаптуватися до стресових ситуацій і відчуттям внутрішнього комфорту. Не менш важливим є зв'язок між емоційним інтелектом і академічними досягненнями. Підлітки, які вміють регулювати свої емоції, зокрема стрес і тривогу, що можуть виникати під час навчання, часто досягають кращих результатів у навчанні та мають вищий рівень мотивації. З огляду на важливість емоційного інтелекту для загального психоемоційного розвитку підлітків, розробка та впровадження корекційних і педагогічних програм, спрямованих на розвиток емоційного інтелекту, є необхідними. Такі програми можуть включати вправи на розвиток самосвідомості, тренінги з емоційної саморегуляції та емпатії, а також інші методики, які допоможуть підліткам розвивати їхні емоційні та соціальні навички. Особливо важливими є програми, орієнтовані на профілактику соціальних проблем, таких як агресія, депресія чи ізоляція, що можуть виникати через недорозвинений емоційний інтелект.

**Висновки.** Отже, емоційний інтелект є ключовим фактором у досягненні підлітками справжнього щастя та ефективної самореалізації. Емоційний інтелект виступає як сполучна ланка, яка дозволяє зрозуміти міжособистісні стосунки через осмислення емоцій та почуттів учасників взаємодії, сприяє вибору оптимальної стратегії поведінки і, як наслідок, забезпечує комфортне співіснування в соціумі та досягнення цілей через конструктивну взаємодію з іншими людьми [1]. Підлітковий вік є важливим етапом у розвитку емоційного інтелекту. В цей час відбувається активне формування навичок саморегуляції, емпатії та соціальної взаємодії, що є основою психологічного благополуччя і соціальної адаптації. Підтримка та розвиток емоційного інтелекту можуть суттєво покращити якість життя підлітків та забезпечити ефективну інтеграцію в суспільство та сприяти їхньому гармонійному розвитку в складний період переходу до дорослості [1]. Також розвиток та підтримка емоційного інтелекту можуть допомогти знизити ризики емоційних і поведінкових розладів.

#### Список використаних джерел

1. Коноплицька Ю. І., Ставицька О. Г. Емоційний інтелект підліткового віку та особливості його розвитку. *Психологія: реальність і перспективи*. № 11. 2018. С. 70-75.
2. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В. Вікова психологія : Київ, 2012. 376 с.
3. Терлюк Л. Психологічні особливості емоційної саморегуляції у підлітковому віці : *Студентський науковий вісник*. № 42. 2017. С. 57-59.
4. Bar-On R. Emotional Intelligence Inventory(EQ-i). Toronto, 1997. 236 p.
5. Daniel Goleman Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. New York : Bantam Books, 1995. 352 p.

УДК 159.922.73:[159.98:616.89-008.454]

### ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ДЕПРЕСІЇ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Ковальчук Олена, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальності 053 «Психологія» (ОП «Практична психологія»), 4 курс, РДГУ

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

**Постановка проблеми.** Депресія у підлітків є актуальною проблемою сучасного суспільства. Вона впливає на психологічний стан, навчальну діяльність, соціальні взаємини та фізичне здоров'я. Період підліткового віку супроводжується численними фізіологічними, емоційними та соціальними змінами, які підвищують ризик виникнення депресивних станів. Попри поширеність проблеми, багато підлітків не отримують своєчасної психологічної допомоги, що може призвести до серйозних наслідків, включаючи тривалу ізоляцію, конфлікти з оточенням, зловживання психоактивних речовин та навіть суїцидальні дії.

**Мета дослідження** – дослідити психологічні аспекти депресії у підлітків та розробити рекомендації для їх подолання.

## ЗМІСТ

| <b>Частина 1.<br/>ТЕОРЕТИКО-ЕМПІРИЧНИЙ КОНТЕНТ МОЛОДІЖНИХ ПОШУКІВ</b>                                                                                |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Аладько Тетяна</b> Психологічні чинники професійного вигорання медичних працівників під час війни                                                 | <b>3</b>  |
| <b>Бондар Альона</b> Психологічні особливості переходу військовослужбовців від умов бойових дій до цивільного життя                                  | <b>6</b>  |
| <b>Бондар Альона</b> Особливості надання психологічної допомоги демобілізованим військовослужбовцям                                                  | <b>8</b>  |
| <b>Боярчук Мар'яна</b> Прагнення до краси та привабливості у контексті психологічного супроводу                                                      | <b>10</b> |
| <b>Василюк Марія</b> Особливості емоційного розвитку дошкільників в умовах війни                                                                     | <b>12</b> |
| <b>Верстляр Ярослава</b> Психологічні особливості управлінської діяльності менеджера                                                                 | <b>15</b> |
| <b>Горшковська Лілія</b> Проблема об'єктивності в оцінці претендентів на посаду у процесі кадрового відбору                                          | <b>18</b> |
| <b>Гуцуляк Ангеліна</b> Особливості сприймання казок дітьми старшого шкільного віку                                                                  | <b>19</b> |
| <b>Данильченко Олександр</b> Психологічні особливості впливу інтернет-технологій на студентську молодь                                               | <b>23</b> |
| <b>Дем'янюк Любов</b> Психологічні особливості стресостійкості особистості у період військового стану                                                | <b>26</b> |
| <b>Карпова Жанна</b> Психологія роботи з сім'ями в складних життєвих обставинах                                                                      | <b>28</b> |
| <b>Катеринчук Дарія</b> Теоретичні аспекти проблеми розвитку емоційного інтелекту в підлітковому віці                                                | <b>30</b> |
| <b>Ковальчук Олена</b> Психологічні чинники депресії у підлітковому віці                                                                             | <b>32</b> |
| <b>Косяк Тетяна</b> Ігрові технології в регуляції емоційних станів дітей ігрові технології в регуляції емоційних станів дітей в умовах воєнного часу | <b>35</b> |
| <b>Кравцова Світлана</b> Психологічна корекція тривожно-депресивних станів дорослих середнього віку засобами емоційно-образної терапії               | <b>38</b> |
| <b>Кравчук Ірина</b> Психологічні детермінанти агресії: ретроспективний аналіз                                                                       | <b>40</b> |
| <b>Любчик Олександра</b> Роль державних та громадських ініціатив у підтримці ментального здоров'я ВПО після окупації                                 | <b>44</b> |
| <b>Луцак Ольга</b> Роль ігрової діяльності в розвитку дітей молодшого дошкільного віку                                                               | <b>47</b> |
| <b>Малафей Вікторія</b> Когнітивно-поведінкова терапія як ефективний метод роботи з кризовими станами клієнтів                                       | <b>50</b> |
| <b>Малютіна Олександра</b> Формування соціальної компетентності дітей старшого дошкільного віку засобами казки                                       | <b>52</b> |
| <b>Мельник Людмила</b> Роль психологічної підтримки у коригуванні впливу чинників,                                                                   | <b>54</b> |

|                                                                                                                                                 |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| що впливають на професійне самовизначення осіб юнацького віку                                                                                   |     |
| <b>Мельничук Оксана, Піонтковська Діана</b> Психологічні особливості впливу інтернет-технологій на студентську молодь                           | 56  |
| <b>Оздемір Оксана</b> Емоційний інтелект як складова професійного становлення студентів-філологів                                               | 59  |
| <b>Омелич Григорій</b> Формування фінансової грамотності дітей дошкільного віку: педагогічні можливості дидактичної гри                         | 62  |
| <b>Пантелеймонова Наталія, Широких Анастасія</b> Особливості симптомів ПТСР та специфіка його діагностики у військовослужбовців                 | 65  |
| <b>Пермінова Наталія</b> Психологічні чинники управління персоналом в умовах воєнного стану                                                     | 68  |
| <b>Помаранський Валентин</b> Дослідження психологічної готовності до бойових дій у добровольців сил територіальної оборони Збройних сил України | 71  |
| <b>Рабош Наталія</b> Особливості педагогічних конфліктів : шляхи вирішення                                                                      | 74  |
| <b>Рожко Олена</b> Розвиток літературних здібностей у підлітковому та юнацькому віці                                                            | 77  |
| <b>Сабат Єлизавета</b> Вплив соціальних мереж на комунікативну поведінку старшокурників                                                         | 79  |
| <b>Сапронова Катерина</b> Сімейні конфлікти як складова міжособистісної взаємодії подружніх пар                                                 | 82  |
| <b>Супрунюк Олена</b> Розвиток емоційного інтелекту у дітей молодшого шкільного віку арт-терапевтичними технологіями                            | 84  |
| <b>Хома Людмила</b> Стан медіаосвіти українського юнацтва у період війни                                                                        | 87  |
| <b>Яницька Ольга</b> Фактори ризику ПТСР у військовослужбовців в умовах бойових дій, шляхи їх виявлення та запобігання                          | 89  |
| <b>Яскевець Тетяна</b> Теоретико-методологічні дослідження соціального інтелекту особистості                                                    | 92  |
| <b>Частина 2. ЛІТЕРАТУРНИЙ КРЕАТИВ:<br/>«СТУДЕНТСЬКИЙ ДАРУНОК УКРАЇНСЬКИМ ДІТЯМ» (авторські казки)</b>                                          |     |
| <b>Лазарчук Яна</b> З Україною в серці                                                                                                          | 95  |
| <b>Власюк Вікторія</b> Птах світла                                                                                                              | 96  |
| <b>Галюк Світлана</b> Разом непереможні!                                                                                                        | 97  |
| <b>Дубич Ольга</b> Хосмко та чарівний метелик                                                                                                   | 98  |
| <b>Жмура Світлана</b> Як ведмідь допоміг зайчику який заблукав                                                                                  | 99  |
| <b>Ковальчук Соломія</b> Слідуй світлу в своєму серці                                                                                           | 100 |
| <b>Левчук Андрій</b> Лисичка та чарівна квітка                                                                                                  | 101 |
| <b>Максимчук Маргарита</b> Дикий вогонь                                                                                                         | 101 |
| <b>Михасик Ольга</b> Казка про білочку Марисю та її страх                                                                                       | 102 |

|                                                                                                    |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
|                                                                                                    |     |
| <b>Шелест Марія</b> Казка про мишеня та велике бажання                                             | 103 |
| <b>Частина 3 МАТЕРІАЛИ КОНКУРСУ СТУДЕНТСЬКИХ РОБІТ «ПОЯСНИ ДИТИНІ ПРО ГОЛОДОМОР»</b>               |     |
| <b>Правник Ярослав, Мельничук Софія, Кучер Максим, Демчук Анна</b> Вони просто чекали нашої смерті | 105 |
| <b>Галаган Крістіна</b> Хліб, що став пам'яттю: Історія про Голодомор для дітей                    | 107 |

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

## СТУДЕНТСЬКИЙ ДАЙДЖЕСТ

Збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти

*Випуск 10*

Упорядники:

**проф. Павелків Р. В., проф. Корчакова Н. В.**

Підписано до друку 05.12.2024 р.

Формат 60х84 1/8. Папір офсетний № 1. Гарнітура Times New Roman. Друк офсетний. Ум.  
друк. арк. 13,4. Наклад 300

ТОВ «Центр учбової літератури»  
вул. Лаврська, 20 м. Київ

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до державного реєстру  
видавців, виготівників і розповсюджувачів видавничої продукції  
ДК № 2458 від 30.03.2006 р.