

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.)*

Висновки. Узагальнення показників усіх використаних методик дало змогу визначити типи прояву домінуючих емоційних станів дітей дошкільного віку в пролонгованому стресі війни – позитивний (62%) і негативний (38%). Показано, що діти з переважно негативними емоційними станами потребують залучення до корекційно-розвивальної роботи, а використання ігрових технологій сприяє отриманню кращих результатів. Повторне узагальнення отриманих даних засвідчило, що 50% дошкільнят характеризуються переважно позитивними емоційними станами (було у 0%). Проте залишилося 50% дітей, у яких виявлено переважно негативні емоційні стани, серед них, зокрема висока тривожність, наявність страхів і занижена емоційна самооцінка, яку пов'язуємо в тому числі і з пролонгованим стресом війни (було у 100%). Це дає змогу стверджувати про ефективність програми регуляції емоційних станів дітей старшого дошкільного віку з використанням ігрових технологій.

Отримані результати дослідження підштовхують до необхідності подальшого використання ігрових технологій в регуляції емоційних станів дітей старшого дошкільного віку в пролонгованому стресі війни. Зокрема, подальші наукові дослідження можуть бути здійснені у контексті емпіричного вивчення особливостей використання тренінгових чи інших технологій в регуляції емоційних станів дітей в пролонгованому стресі війни, в порівняльному аспекті.

Список використаних джерел

1. Алексеева Ю.А., Артемчук О. Г., Шишова О. М. Психодіагностика дітей і підлітків : навч.-метод. посіб. Київ : НПУ ім. М. Драгоманова, 2011. 108 с.
2. Бобро Л.В. Виховання у старших дошкільників уміння долати страх : навч.-метод. посіб. Ніжин : Вид. НДУ ім. Миколи Гоголя, 2017. 74 с.
3. Вікова та педагогічна психологія : навч. посіб. / за ред. О.В. Скрипченка, Л.В. Долинської, З.В. Огороднійчук та ін. Київ : Каравела, 2007. 344 с.
4. Михайлов Б.В., Колеснік Н.М. Модифікація тесту тривожності Р. Теммла, М. Доркі, В. Амен (методика «Обери потрібне обличчя») для поглибленого дослідження тривожності у дітей шкільного віку. Чоловіче здоров'я, гендерна та психосоматична медицина. 2016. №2(04). С. 41-48. URL : <http://uimh.org/?op=1&z=46&i=6>.
5. Психологу для роботи: діагностичні методики : збірник / за ред. М.В. Лемак, В.Ю. Петрищевої. Ужгород : Вид. О. Гаркуші, 2011. 616 с.

УДК 159.942.5

ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ТРИВОЖНО-ДЕПРЕСИВНИХ СТАНІВ ДОРΟΣЛИХ СЕРЕДНЬОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ЕМОЦІЙНО-ОБРАЗНОЇ ТЕРАПІЇ

**Кравцова Світлана, здобувач ОС «магістр»,
спеціальності 053 «Психологія», 2 курс РДГУ**

Науковий керівник: Рудюк О.В., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. Тривожно-депресивні стани є однією з найпоширеніших проблем сучасного суспільства. Вони значно впливають на якість життя людини, її соціальну активність, професійну реалізацію та емоційний добробут. Особливо вразливою групою у цьому контексті є дорослі середнього віку, які переживають численні життєві трансформації: переоцінку цінностей, кризи середнього віку, зміни у сімейних відносинах, кар'єрні виклики. У таких умовах психологічна допомога стає важливим інструментом, а емоційно-образна терапія (ЕОТ) постає як ефективний метод для корекції тривожно-депресивних станів. Цей підхід дає змогу досліджувати й опрацьовувати емоційні переживання через образи, що

виникають у свідомості, стимулюючи глибоке розуміння та позитивну трансформацію внутрішнього стану людини.

Емоційно-образна терапія є методом, який базується на роботі з уявою, метафоричними образами, символами та внутрішніми переживаннями. Основоположником ідей, які лягли в основу цього підходу, вважають італійського психотерапевта Роберто Ассаджолі, який розробив метод психосинтезу. Психосинтез, як ідея, спрямований на інтеграцію особистості та гармонізацію внутрішнього світу, а ЕОТ можна розглядати як розвиток цієї концепції. Підхід дозволяє людині через роботу з уявою змінити своє ставлення до травматичних подій, трансформувати негативний емоційний досвід та знайти внутрішні ресурси для вирішення актуальних проблем [1].

У дорослих середнього віку тривожно-депресивні стани нерідко спричинені високим рівнем життєвого стресу, необхідністю балансувати між професійними та сімейними обов'язками, а також пошуком сенсу життя у період екзистенційної кризи. Ці стани характеризуються постійним відчуттям напруження, страхом, безсиллям і часто супроводжуються зниженням самооцінки, втратою інтересу до життя, апатією. Важливим завданням психотерапевта є допомога клієнту у розумінні глибинних причин цих станів, а також у пошуку способів їхньої корекції.

ЕОТ дозволяє клієнту безпечно досліджувати свої емоції, які часто важко вербалізувати через складність усвідомлення або соціальні табу. Уявні образи, що виникають під час терапії, виступають своєрідним «дзеркалом» внутрішнього світу, даючи змогу клієнту дослідити свої емоції у новому світлі. Наприклад, клієнт може уявити свою тривогу у вигляді конкретного образу — наприклад, темної хмари чи мотузки, що зв'язує його рухи. Завдяки цьому образу він не лише усвідомлює свій стан, а й може працювати над його трансформацією, перетворюючи цей образ на щось позитивне чи нейтральне [2]. Один із ключових аспектів ЕОТ — це здатність створювати нові, ресурсні образи, які допомагають клієнту знайти сили для подолання труднощів. Дослідження показують, що під час візуалізації позитивних образів у клієнта активізуються ті ділянки мозку, які відповідають за почуття задоволення та внутрішнього спокою. Наприклад, клієнт може уявити себе у місці, яке викликає у нього почуття безпеки та гармонії — у лісі, на морському узбережжі або у затишному будинку. Завдяки повторенню таких візуалізацій формується новий емоційний досвід, який допомагає подолати тривогу та депресію [3].

Емоційно-образна терапія також акцентує увагу на творчості, яка є важливим елементом роботи із психічними станами. Через творчість клієнт має можливість виразити свої переживання, які часто буває складно передати словами. У ході терапії використовуються різні форми творчої діяльності: малювання, створення метафоричних історій, складання віршів або навіть тілесно-орієнтовані вправи, пов'язані з рухами, які відповідають емоціям. Це сприяє глибокій інтеграції терапевтичного досвіду та закріпленню позитивних змін у психіці клієнта [4].

Практичні дослідження у галузі ЕОТ свідчать про її ефективність у роботі з тривожно-депресивними станами. У результаті терапії клієнти демонструють не лише зменшення рівня тривожності та депресії, а й зростання загального почуття задоволеності життям, поліпшення соціальних контактів і підвищення самооцінки. Особливо ефективною терапія є для клієнтів, які пережили травматичні події або перебувають у стані тривалої емоційної напруги. Наприклад, у роботі з людьми, які переживають втрату близьких чи професійну кризу, метод ЕОТ дозволяє їм знайти нові шляхи переосмислення життєвого досвіду та формування майбутніх цілей.

Ключову роль у процесі терапії відіграє терапевт, який створює безпечний і довірливий простір для клієнта. Ефективність ЕОТ значною мірою залежить від того, наскільки терапевт здатний бути чутливим до потреб клієнта, розуміти його унікальний досвід і підтримувати в його прагненні до змін. Важливо, щоб терапевт не нав'язував клієнту своїх інтерпретацій, а дозволяв йому самому досліджувати й осмислювати власні образи. Такий підхід сприяє глибокій інтеграції терапевтичного досвіду та закріпленню позитивних змін [2]. Однак варто зазначити, що ЕОТ має свої обмеження і не є універсальним методом.

Вона може бути менш ефективною для клієнтів, які мають труднощі з візуалізацією або не готові до роботи з уявою. У таких випадках терапевту важливо адаптувати методику до потреб клієнта, комбінуючи її з іншими підходами, наприклад когнітивно-поведінковою терапією чи тілесно-орієнтованими техніками. Крім того, для досягнення стабільного результату необхідно, щоб клієнт був готовий до активної участі у процесі терапії та мав достатній рівень мотивації [3].

Висновки. Загалом емоційно-образна терапія є потужним інструментом у корекції тривожно-депресивних станів дорослих середнього віку. Вона дозволяє глибоко працювати з емоційним світом клієнта, допомагаючи йому знайти гармонію та рівновагу у складних життєвих обставинах. Її унікальність полягає у можливості створення нового емоційного досвіду, що є ключовим етапом у подоланні тривоги та депресії. З огляду на актуальність проблеми психічного здоров'я у сучасному суспільстві, поширення та розвиток цього методу є надзвичайно важливими для забезпечення якісної психологічної допомоги.

Список використаних джерел

1. Assagioli, R. (2000). Psychosynthesis: A Manual of Principles and Techniques. The Synthesis Center.
2. Corey, G. (2015). Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. Cengage Learning.
3. Siegel, D. J. (2010). The Mindful Therapist: A Clinician's Guide to Mindsight and Neural Integration. W. W. Norton & Company.
4. Malchiodi, C. A. (2006). Expressive Therapies. The Guilford Press.

УДК 159.9.019.4(091)

ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ АГРЕСІЇ: РЕТРОСПЕКТИВНИЙ АНАЛІЗ

Кравчук Ірина, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія», 2 курс, РДГУ

Науковий керівник: Кулаков Р. С., кандидат психологічних наук, доцент

Постановка проблеми. В сучасному світі через ускладнення соціального життя, зростання конкуренції, адаптаційні проблеми, розширення інформаційного поля, агресивна поведінка зустрічається дедалі частіше. Військові дії на території України, зниження рівня життя, безробіття, необхідність швидких перебудов з одного стилю життя на інший негативно позначаються на особистості, як у соціальному, так і в психологічному вимірі.

Агресія – це стиль поведінки, спрямований на завдання іншій людині психологічної чи фізичної шкоди. На жаль, у сучасному суспільстві побутовий прояв агресивної поведінки, у тому числі в дуже небезпечних формах, трапляється все частіше. І правильне розуміння всього комплексу психологічних детермінант агресії сьогодні є дуже актуальною та важливою проблемою, яка вимагає грамотного та глибокого психологічного підходу до її вивчення.

Мета дослідження – проаналізувати та узагальнити існуючі наукові відходи щодо трактування та класифікації психологічних детермінант агресії.

Виклад основного матеріалу дослідження. Варто зауважити, що агресивна поведінка, як і більшість психічних явищ, не виникає спонтанно. Увага вчених давно сконцентрована на знаходженні її психологічних детермінант. Проте, у різних концепціях можна спостерігати найрізноманітніше бачення цієї проблеми.

З. Фрейд вважав, що агресивна поведінка обумовлена енергією, яка постійно накопичується внаслідок взаємодії двох основних інстинктів і вивільняється під впливом зовнішніх обставин. Подібну точку зору висловлював К. Лоренц, стверджуючи, що для прояву агресії необхідне накопичення агресивної енергії та відповідний стимул із зовнішнього середовища. У теорії фрустрації-агресії головною причиною агресивної

ЗМІСТ

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

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

Шелест Марія Казка про мишеня та велике бажання	103
Частина 3 МАТЕРІАЛИ КОНКУРСУ СТУДЕНТСЬКИХ РОБІТ «ПОЯСНИ ДИТИНІ ПРО ГОЛОДОМОР»	
Правник Ярослав, Мельничук Софія, Кучер Максим, Демчук Анна Вони просто чекали нашої смерті	105
Галаган Крістіна 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.