

Рівненський державний  
гуманітарний університет

# Студентський дайджест

Збірник наукових матеріалів  
здобувачів вищої освіти

№ 11  
2025

Рівненський державний гуманітарний університет  
Психолого-природничий факультет

# **Студентський дайджест**

**збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти**

**Випуск 11**

Рівне, 2025

**Студентський дайджест : збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти.**  
Випуск 11. Рівне : РДГУ, 2025. 70 с.

***Головний редактор :***

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

***Виконавчий редактор :***

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

***Члени редакційної колегії :***

**Павелків Віталій Романович** – доктор психологічних наук професор, 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 № 12 від 22 грудня 2026 року).*

системі психологічних мотиваційних, емоційно-вольових ресурсів, психологічного капіталу, необхідних професійних компетентностей і Soft Skills. Експериментальні дані підтвердили складність та багатогранність феномена психологічної готовності здобувачів вищої освіти до волонтерської діяльності, центральним елементом якої є спрямованість, представлена системою духовно значущих мотивів особистості.

### Список використаних джерел

1. Базиль Т.С. Соціально-психологічна готовність особистості до волонтерської діяльності в кризових умовах. *Вісник Національного університету оборони України*. 2023. №5 (75). С. 5-11.
2. Базиль Т.С. Соціально-психологічна готовність працівників медичної галузі до волонтерської діяльності. *Технології розвитку інтелекту*. 2022. Том 6, 2 (32). С. 1-16.
3. Балашов Е. М. Психологічна структура волонтерської діяльності як засобу самореалізації студентів. URL: [http://eprints.oa.edu.ua/2444/1/Balashov\\_NZ\\_PSY\\_Vyp\\_24.pdf](http://eprints.oa.edu.ua/2444/1/Balashov_NZ_PSY_Vyp_24.pdf). (дата звернення: 2.02.2025 р.)
4. Богучарова О.І. Соціально-психологічні чинники розвитку волонтерства як нової наукової моделі. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. Зб. наук. праць 2015. № 1. С. 29–35.
5. Буркова Л. А., Кругла Н.М. Теоретичні аспекти дослідження волонтерства як категорії державного управління. *Електронне наукове фахове видання «Економіка і суспільство»*, Мукачівський державний університет. Мукачево, 2019. Вип. 20. С. 547–557.
6. Задорожна Л. В. , Присяжнюк Л. А. , Голюк О. А. , Грошовенко О. П. , Беззубченко О. А. , Балабанова Н. В. . Здоров'я, безпека та добробут: підручник інтегрованого курсу для 8 класу закладів загальної середньої освіти. Київ: Світич, 2025.
7. Кожухаренко Н. В. Від добротності до волонтерського руху в Україні: історія та сьогодення. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія «Міжнародні відносини». 2018. С. 36–44.
8. Капська А.Й. Підготовка волонтерів до соціальної роботи: навч. посіб. Київ : Держсоцслужба, 2005. 152 с.
9. Трубнікова О. Волонтерська діяльність як форма соціальної активності. *Актуальні проблеми психології*. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.Костюка АПН України. 2009. Т.2, 20 (2). С. 205-209.
10. Eliasoph N. *The Politics of Volunteering*. Polity Press, Malden, 2013. 220 p.

УДК 159.922.6: [316.6:316.4]

## ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ: ВПЛИВ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ТА ВОЄННИХ ЧИННИКІВ

Шмига Анастасія, здобувач ОС «бакалавр»

спеціальності 053 «Психологія», 4 курс, РДГУ

Науковий керівник: Назаревич В.В., канд. психол. наук, доцент

**Постановка проблеми.** Формування самооцінки є ключовою складовою особистісного розвитку, яка визначає здатність людини правильно сприймати власні можливості, контролювати емоції та адаптуватися до змін середовища. Особливо актуальним цей процес є у юнацькому віці, коли відбуваються інтенсивні трансформації в когнітивній, емоційній і соціальній сферах, а якість міжособистісної взаємодії та соціальна підтримка відіграють вирішальну роль у формуванні стабільного внутрішнього образу «Я».

Сучасні умови в Україні, зокрема воєнні події, створюють додаткові стресові чинники – примусові зміни місця проживання, руйнування соціальних зв'язків та підвищене емоційне навантаження – які можуть порушувати традиційні механізми самооцінки, викликаючи як її заниження, так і компенсаторне завищення. Недостатність системних даних про вплив воєнних

потрапляє на емоційний стан підлітків і молодих дорослих стимулює подальші емпіричні дослідження, результати яких можуть стати основою для розробки інтегрованих програм психологічної підтримки, спрямованих на корекцію самооцінки та зміцнення міжособистісних зв'язків в умовах воєнного конфлікту.

**Мета дослідження** – визначення впливу міжособистісної взаємодії та умов воєнного конфлікту на формування самооцінки у юнацькому віці.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Класичні та сучасні концепції формування самооцінки розглядають її як ключовий компонент особистісного розвитку та міжособистісної взаємодії. Теоретична база досліджень самооцінки та самоусвідомлення інтегрує позиції таких видатних науковців, як Уільям Джеймс і Карл Роджерс, які розуміють самооцінку як динамічну систему, що формується через інтеграцію когнітивної та емоційної діяльності особистості. Роджерс підкреслює важливість безумовного прийняття себе, а Джеймс визначає співвідношення успіхів і зусиль як міру власної цінності [4].

Сучасна психологічна наука, зокрема концепція самодетермінації, розроблена Е. Десі та Р. Раяном, пояснює, що задоволення базових потреб (автономії, компетентності та спорідненості) стимулює внутрішню мотивацію та сприяє розвитку адекватної самооцінки. Використання діагностичних методик, зокрема Шкали самооцінки Розенберга, дозволяє емпірично оцінити рівень власного сприйняття, що в свою чергу корелює з соціальною компетентністю та емоційною стабільністю.

Огляд наукових праць свідчить про значний вплив міжособистісних відносин – від дружніх і романтичних стосунків до спільної діяльності в освітньому та професійному середовищах – на формування самооцінки [4]. Українські дослідники, такі як С.Д. Максименко, І.Д. Бех, О.М. Морозов та ін., відзначають, що досвід соціальної адаптації, який включає не лише шкільну і академічну сферу, а й волонтерську чи професійну діяльність, сприяє стабілізації самооцінки. Особливу увагу приділено аналізу впливу стресових життєвих умов, зокрема адаптації до умов війни, які виявляються як потужні детермінанти негативного чи захисного механізму самооцінки.

У контексті наукової дискусії питання розвитку відчуття власної цінності у молодих людей набуває особливої важливості для розуміння процесів формування особистості. Сучасні підходи роблять акцент на взаємозв'язку між соціальним оточенням, якістю міжособистісних контактів та здатністю індивіда адаптуватися у несприятливих умовах [2]. Академічний дискурс спрямований на дослідження того, як підтримка від однолітків, сім'ї та колективу може сприяти гармонізації внутрішнього образу себе, тоді як зовнішні стресові чинники ведуть до порушень самовідчуття [1]. Широко розглядається вплив соціальних ресурсів та адаптаційних стратегій, що забезпечують збалансованість між внутрішніми установками і викликами сучасного життя. Отже, розглядаючи широкий спектр як індивідуальних, так і колективних факторів, дослідники формують припущення про тісний зв'язок між підтримуючим середовищем і стійкістю внутрішнього стану молодих людей. Цей підхід відкриває можливості для створення інтегрованих моделей, що сприятимуть глибшому розумінню процесів психологічної адаптації та самовдосконалення.

Сучасні науковці В. Смітанка, О. Арканова, О. Безушко, О. Власова-Чмерук, Ю. Ліпковська та інші дослідили аспекти формування самооцінки у старшому підлітковому віці та серед молодших дорослих [3;5]. Зокрема, було виокремлено такі ключові фактори, що впливають на рівень самооцінки:

1. *Гендерні особливості* визначаються соціокультурними нормами, які формують очікування щодо самовияву – чоловіки часто демонструють більш оптимістичну самооцінку через стереотипи позитивної маскулітності, тоді як жінки схильні до суворішої внутрішньої самокритики.

2. *Вікові особливості* є критичним у контексті розвитку психосоціальної ідентичності. На ранніх стадіях підліткового періоду відбувається активне формування «Я», що супроводжується нестабільністю та високою емоційністю, а з набуттям життєвого досвіду стабілізація відбувається через інтеграцію зовнішнього зворотного зв'язку.

3. *Провідний вид діяльності*, зокрема залучення до академічної, професійної чи волонтерської активності, сприяє отриманню регулярного соціального фідбеку, що позитивно впливає на внутрішню модель «Я» шляхом підкріплення успіхів та компетентності.

4. *Досвід перебування в романтичних стосунках* надає можливість отримувати емоційну підтримку та соціальну валідацію, що суттєво корелює з формуванням позитивного самоприйняття.

5. *Атмосфера в групах значущого виду діяльності* виконує роль соціального дзеркала, адже підтримка і визнання однолітків сприяють позитивному соціальному порівнянню та зміцненню впевненості у власних силах.

6. *Досвід одержання психологічної підтримки* сприяє реалізації процесів когнітивно-емоційної регуляції, допомагаючи вчасно коригувати деструктивні схеми самооцінки.

Особливого значення у сучасних умовах в Україні науковці О.Т. Горіна, С. Богданов, Я.М. Омельченко та інші надають таким факторам [2]:

1. *Досвід примусової міграції у зв'язку з військовими подіями* є потужним стресовим фактором, що порушує стабільність звичного середовища. Раптовість такої зміни та розрив колишніх соціальних зв'язків спричиняє відчуття ізоляції та невизначеності, що негативно впливає на формування стійкого образу «Я». Втрата рутинних структур роботи та навчання ускладнює процес соціальної інтеграції та підтримки внутрішнього самопочуття. Такі переживання можуть призвести до підвищеної тривожності, депресивних симптомів та зниження впевненості у власних силах через втрачену безпеку.

2. *Наявність травматичного досвіду*, особливо у контексті бойових дій чи інших кризових подій, суттєво впливає на психоемоційний стан молоді людини. Пережиті травматичні події можуть формувати негативні когнітивні схеми, що ведуть до зниження самооцінки та внутрішнього відчуття власної цінності. Тривожні спогади, характерні для посттравматичного стресового розладу, часто супроводжуються емоційною нестабільністю та дисфункціями регуляції стресу. Цей фактор може стимулювати формування дезадаптивних захисних механізмів, які призводять до викривленого внутрішнього образу, у якому особа відчуває себе менш спроможною або вразливою.

У сучасних умовах кризових подій в Україні завдання психологічної підтримки молоді набуває першочергового значення. Головним напрямом є створення доступних, комплексних сервісів психосоціальної допомоги, що сприяють зміцненню емоційної стійкості та адаптації до постійно мінливих реалій. Фахівці розробляють програми, спрямовані на розвиток навичок саморегуляції, емоційного інтелекту та позитивного самовизначення. Підтримка організовується як у форматі індивідуальних консультацій, так і через групові тренінги та волонтерські ініціативи, що стимулюють відновлення внутрішніх ресурсів, зниження стресу та формування здорового образу «Я».

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** На підставі проведених досліджень встановлено, що створення внутрішнього образу «Я» у молодіжному віці є багатовимірним явищем, яке формується під впливом як внутрішніх чинників (накопичення вікового досвіду, активне залучення до освітніх, професійних та волонтерських заходів), так і зовнішніх психоемоційних навантажень (примусові зміни місця проживання та виражена симптоматика ПТСР), що можуть як стимулювати, так і дестабілізувати самоусвідомлення. Отримані дані свідчать про необхідність застосування комплексних стратегій психологічного супроводу та конструктивних міжособистісних підходів у умовах підвищеної соціальної напруги.

Незважаючи на численні зусилля, існує нагальна потреба подальших досліджень психологічних потреб української молоді. Важливо оцінити вплив соціально-економічних, культурних та локальних чинників на психоемоційний стан, а також визначити ефективність існуючих програм підтримки. Подальше вивчення дозволить вдосконалити методики моніторингу ризиків та розробити інноваційні підходи для профілактики психологічних розладів.

Психологічна підтримка молоді є вирішальним чинником для збереження психологічного благополуччя і соціальної адаптації. Синергія між науковими дослідженнями та практичними ініціативами формує передумови для створення стійкого майбутнього, спрямованого на розвиток особистісних ресурсів та зміцнення суспільної єдності.

### Список використаних джерел

1. Зарінова М. Чинники формування самооцінки особистості. Наука і молодь – 2023: *Пріоритетні напрями глобалізаційних змін* : зб. матеріалів III міжнар. науково-практ. конф., м. Київ, 2023. С. 266–269.
2. Карпенко Н. В. Чинники трансформації самооцінки особистості в умовах вимушеної міграції : кваліфікаційна робота магістра спеціальності 053 «Психологія» / наук. керівник Ю. В. Железнякова. Запоріжжя : ЗНУ, 2025. 78 с.
3. Михайлишин У. Б., Шмідзен І. Ю., Малета А. І. Самооцінка у формуванні статусу підлітків у групі. *Науковий вісник ужгородського національного університету*. серія: психологія. 2023. № 3. С. 121–125.
4. Прокопенко Т. Теоретичні підходи до визначення поняття «самооцінка» в психолого-педагогічних дослідженнях *Магістерський науковий вісник*. – 2022. №38. – С. 70-73
5. Relationship between self-esteem and physical activity in university students. gender differences: cross-sectional study / A. Bermejo-Cantarero et al. *Nursing open*. 2025. Vol. 12, no. 4.

УДК 159.922.8:004-042.72

## ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ НАСЛІДКИ ЦИФРОВОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Юрченко Катерина, здобувач ОС «бакалавр»  
спеціальності 053 «Психологія», 4 курс, РДГУ

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

**Постановка проблеми.** Сучасне суспільство характеризується стрімким розвитком цифрових технологій, які глибоко проникли в усі сфери життя молоді людини. Юнацький вік є періодом активного становлення особистості, пошуку ідентичності та формування соціальних зв'язків, що робить цю вікову групу особливо вразливою до впливу цифрового середовища. За останні роки спостерігається тривожна тенденція до надмірного використання молоддю смартфонів, соціальних мереж, онлайн-ігор та інших цифрових платформ, що призводить до формування цифрової залежності – стану, за якого людина втрачає контроль над використанням гаджетів і відчуває психологічний дискомфорт без постійного доступу до інтернету.

**Мета дослідження** - здійснення теоретичного аналізу феномена цифрової залежності в юнацькому віці, виявлення основних чинників її формування та наслідків для психологічного розвитку особистості.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Цифрові технології стали невід'ємною частиною життя молоді, пропонуючи безліч можливостей для навчання та спілкування. Проте їх надмірне використання може призвести до негативних наслідків, таких як цифрова залежність та вигорання. Цифрова залежність визначається як стан, при якому індивід виявляє нездатність контролювати своє використання цифрових технологій, що може призводити до негативних наслідків у повсякденному житті. Цей феномен охоплює різні аспекти, такі як залежність від соціальних мереж, відеоігор, інтернет-серфінгу та мобільних додатків [1]. Незалежно від платформи, якщо юнаки постійно онлайн, у них не вистачає часу на інші важливі справи, кажуть експерти. А те, що вони роблять у соціальних мережах, може бути шкідливим для їхнього фізичного чи психічного здоров'я [4].

У результаті проведених емпіричних досліджень було виявлено кілька важливих аспектів цифрової залежності молоді, що свідчить про складний і багатогранний характер цього явища.

Згідно з опитуванням Державного інституту сім'ї та молодіжної політики, юнаки зазвичай використовують Інтернет для спілкування в соціальних мережах (92,8%), пошуку інформації для навчання та роботи (86,2%) і листування електронною поштою (82,2%) та месенджерами (82,2%). Важливо зазначити, що молодь часто використовує кілька цифрових пристроїв одночасно, виконуючи багатозадачність, що збільшує загальний час перебування в цифровому середовищі [5,

## ЗМІСТ

<b>Байда Анастасія</b> Вплив музики на емоційну сферу особистості	3
<b>Василюк Юлія</b> Особливості переживання самотності молоддю	5
<b>Герасимюк Анна</b> Вплив методів арттерапії на емоційний стан підлітка	8
<b>Глюза Катерина</b> Чинники розвитку життєстійкості особистості	10
<b>Головіна Оксана</b> Реабілітація проявів ПТСР засобами арттерапії	13
<b>Гопанчук Юлія</b> Від травми до стійкості: травма-орієнтований підхід як шлях до благополуччя молодших школярів	15
<b>Даниш Олена</b> Наукові підходи до визначення поняття та сутності резильєнтності	18
<b>Карплюк Віктор</b> Психологічні фактори розвитку самооцінки в юнацькому віці	22
<b>Конончук Анастасія</b> Прокрастинація як бар'єр у прийнятті рішень здобувачами вищої освіти в умовах невизначеності	23
<b>Король Олена</b> Психоемоційний стан як ключова категорія психологічних досліджень	26
<b>Корчагіна Аліна</b> Вплив дитячо-батьківських відносин на особистість підлітка	30
<b>Кибукевич Т.</b> Формування позитивного ставлення до себе у молодших школярів як ключовий аспект подолання наслідків психотравматичних ситуацій	33
<b>Кудак Микола</b> Детермінанти конфліктності особистості у юнацькому віці	36
<b>Лаврук Людмила</b> Теоретичний аналіз проблеми сімейного насильства та його психологічних чинників	38
<b>Ланевич Ян</b> Інтерпсихічна зумовленість прагнення молоді до удосконалення фізичного «Я»	40
<b>Мацкевич Ольга</b> Стосунки як базова потреба людини в юнацькому віці	42
<b>Мороз Софія</b> Креативність молодших школярів як потенціал для успішної адаптації в умовах нестабільності: умови та механізми розвитку	45
<b>Ничипорчук Іван</b> Психологічні особливості формування толерантного ставлення до ветеранів з тілесними ушкодженнями	47
<b>Опанасюк Вікторія</b> Огляд сучасних підходів та методик психологічного супроводу дітей з РАС у дошкільному віці	49
<b>Редько Вероніка</b> Психологічні та гендерні особливості поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях	53
<b>Хименко Андрій</b> Психологічні особливості роботи з людьми, що пережили втрату	55
<b>Шарафан Назарій</b> Зміст психологічної готовності студентської молоді до волонтерської діяльності	56
<b>Шмига Анастасія</b> Особливості формування самооцінки у юнацькому віці: вплив міжособистісної взаємодії та воєнних чинників	59
<b>Юрченко Катерина</b> Чинники формування та психологічні наслідки цифрової залежності в юнацькому віці	62
<b>Янко Елеонора</b> Психологічні фактори булінгу серед підлітків	64

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

# СТУДЕНТСЬКИЙ ДАЙДЖЕСТ

**Збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти**

Випуск 11

Упорядники:

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

Підписано до друку 25.12.2025 р.

Формат 60x84 1/8. Папір офсетний № 1. Гарнітура Times New Roman. Друк офсетний.

Ум. друк. арк. 5,3 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.