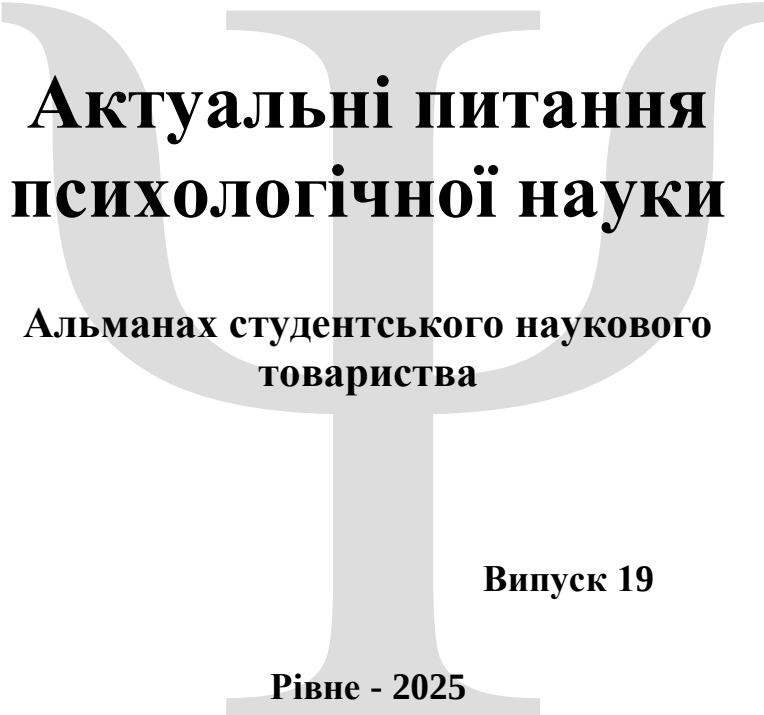




**Рівненський державний
гуманітарний університет**

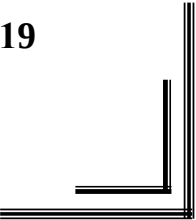


Актуальні питання психологічної науки

**Альманах студентського наукового
товариства**

Випуск 19

Рівне - 2025



ББК 88

А 43

УДК 159.9

Актуальні питання психологічної науки: Альманах студентського наукового товариства. Вип. 19. Рівне: РДГУ, 2025. 118 с.

Головний редактор:

Олег Рудюк, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри загальної психології, психодіагностики та психотерапії РДГУ.

Редакційна колегія:

Наталія Михальчук, доктор психологічних наук, професор, професор, завідувач кафедри загальної психології, психодіагностики та психотерапії РДГУ;

Олена Главінська, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри загальної психології, психодіагностики та психотерапії РДГУ;

Віталій Павелків, доктор психологічних наук, професор, професор кафедри загальної психології, психодіагностики та психотерапії, декан психолого-природничого факультету РДГУ;

Олена Ставицька, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри загальної психології, психодіагностики та психотерапії РДГУ;

Олена Сторож, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри загальної психології, психодіагностики та психотерапії РДГУ.

За достовірність фактів, дат, назв тощо відповідальність несуть автори матеріалів.

Друкується за рішенням Вченої Ради РДГУ (протокол від 22 грудня 2025 року, № 13)

ЗМІСТ

Бойчук Л. Вплив типу батьківського ставлення на формування особистості дітей дошкільного віку	5
Бойчук О. Психологічні особливості формування мотивації до навчання в підлітковому віці	8
Борисюк Д. Роль емоційного інтелекту у розвитку особистості	11
Гончарук О. Особливості образної пам'яті у підлітковому віці	16
Гордієнко В. Ціннісні орієнтації як чинник психологічної готовності військовослужбовців до професійної діяльності	19
Григорієва А. Особистісні чинники агресивної поведінки в юнацькому віці	23
Долинюк М. Вплив соціальних мереж на самооцінку підлітків	26
Єленець Ю. Вплив соціальних мереж на самооцінку підлітків	32
Жилка Н. Вплив типу батьківського ставлення на формування навчальної мотивації підлітків	35
Комар О. Вплив соціальних мереж на психічне здоров'я юнацької молоді	39
Кондратюк Н. Шляхи формування комунікативної компетенції медичних працівників	42
Кривко Н. Основні чинники психологічного благополуччя молоді в умовах війни	47
Марчук Д. Вплив тривожно-депресивного розладу на адаптивність військовослужбовців ЗСУ в період реабілітації	50
Мисько Я. Вплив порушення сну на психічний стан особистості	54
Мовчко О. Соціальні мережі як чинник розвитку депресивних станів	57
Мординська А. Психологічні методи впливу на стан стресу в юнацькому віці	62
Ольховик С. Вплив емоційного стану людини на увагу	64
Петровець А. Методи психокорекції емоційної сфери в юнацькому віці	67
Поліщук А. Роль тривожності у розвитку емоційного інтелекту здобувачів вищої освіти в умовах війни	69
Попчук Д. Вплив емоційної сфери особистості на мотивацію діяльності	74

Праск А. Психологічні чинники психосоматичних розладів у молоді.....	77
Пустотіна С. Вплив корпоративної культури на рівень мотивації та задоволення роботою.....	79
Рачинська О. Особливості міжособистісних конфліктів в юнацькому віці	82
Романюк М. Психологія віральності контенту В Youtube	87
Ромашук К. Вплив травмівного досвіду на розвиток особистості підлітка.....	93
Сімончук Д. Особливості спілкування дітей молодшого шкільного віку	96
Сорокіна А. Використання арт-терапевтичних методів в роботі з військовими з ПТСР	99
Тодорович А. Психологічні особливості спілкування в юнацькому віці.....	102
Харчук Б. Особливості соціально-психологічної адаптації дітей, які постраждали від війни	105
Юшук А. Особливості дослідження депресивних станів у молоді	110
Янковська І. Психолого-педагогічні умови розвитку поведінкової і вольової саморегуляції у підлітковому віці	114

2. Чаусова Т.В. Осоловості формування мотиваційної сфери навчання підлітків. *Вісник післядипломної освіти. Серія: Соціальні та поведінкова науки*. 2018. №6. С. 121-134.

3. Щербань Т. Д., Гоблик В. В., Щербань Г. В. Психологічні особливості навчальної мотивації підлітків. *Науковий вісник Мукачівського державного університету. Серія «Педагогіка та психологія» : збірник наукових праць / гол. ред. Г. В. Товканець. Мукачево, 2019. Вип. 2(10). Ч. 2. С. 100–104.*

РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

Борисюк Дмитро, здобувач ОС «бакалавр», 1курс, РДГУ

Керівник: Дзеджера О.В, старший викладач

Сучасний світ характеризується безпрецедентною динамікою, , глобалізаційними процесами, стрімким технологічним розвитком та інформаційним перевантаженням, що створює значні виклики для психологічної адаптації та гармонійного існування особистості. У цих умовах здатність ефективно розпізнавати, розуміти та управляти власними емоціями та емоціями оточуючих – тобто емоційний інтелект (ЕІ) – перетворюється з бажаної якості на критично важливу компетенцію. Недостатній розвиток ЕІ часто корелює з труднощами у побудові стабільних та здорових міжособистісних стосунків, наприклад, часті конфлікти, нерозуміння, соціальна ізоляція, проблемами у професійній самореалізації, зокрема, низька ефективність командної роботи, труднощі у лідерстві, професійне вигорання, та зниженням загального рівня психологічного благополуччя, що може проявлятися у підвищеній тривожності, депресивних станах та зниженій стресостійкості.

Мета дослідження: теоретично дослідити роль емоційного інтелекту у процесі розвитку особистості.

У сучасній психології особистість трактується як надзвичайно складна, інтегральна та динамічна система, що охоплює унікальну сукупність індивідуальних психологічних рис, сталих патернів мислення, переживань та поведінки, ціннісних орієнтацій, мотивів,

переконань та соціальних ролей, які визначають своєрідність індивіда та його спосіб взаємодії з фізичним та соціальним світом, як зазначає Д.Гоулман [3]. Розуміння особистості як відкритої системи, що постійно розвивається, є ключовим для аналізу факторів, що впливають на цей розвиток, зокрема емоційного інтелекту.

Розвиток особистості, як безперервний, закономірний та прогресивний процес кількісних (розширення словникового запасу, збільшення обсягу знань) та якісних (формування нових мотивів, розвиток рефлексії, зміна самосвідомості) перетворень індивіда, що відбувається протягом усього його життєвого шляху, детермінується складною взаємодією біологічних (спадковість, особливості нервової системи), соціальних (вплив сім'ї, освіти, культури, соціального оточення) та індивідуальних психологічних чинників (власна активність особистості, її досвід, саморефлексія). Важливою характеристикою розвитку є його пластичність, тобто здатність змінюватися під впливом досвіду та цілеспрямованих зусиль, що відкриває можливості для корекції та самовдосконалення.

Емоційний інтелект, як один із факторів розвитку особистості – це багатокomпонентна здатність, що дозволяє особистості ефективно оперувати емоційною інформацією та охоплює (О.Столяренко [6], Р.Павелків [7] та ін.):

- самосвідомість – глибоке розуміння власних емоцій, їх причин та наслідків; усвідомлення своїх сильних та слабких сторін, цінностей, життєвих цілей та їх впливу на поведінку; точна самооцінка;

- саморегуляцію – здатність контролювати та конструктивно скеровувати власні емоції та імпульси, адаптуватися до мінливих обставин, зберігати спокій під тиском, відкладати негайне задоволення заради досягнення довгострокових цілей;

- соціальну обізнаність (емпатію) – здатність точно сприймати та розуміти емоції, потреби та точки зору інших людей; вміння «читати» невербальні сигнали та соціальні ситуації; організаційна обізнаність (розуміння динаміки групи, неформальних структур);

- управління відносинами (соціальні навички) – здатність встановлювати та підтримувати позитивні стосунки, ефективно спілкуватися, надихати та впливати на інших, працювати в команді, запобігати та вирішувати конфлікти, проявляти лідерські якості.

Важливо, що ЕІ не є вродженою статичною характеристикою, а являє собою набір навичок, які можна розвивати та вдосконалювати протягом життя. Емоційний інтелект відіграє фундаментальну та багатогранну роль у формуванні та функціонуванні зрілої, гармонійної особистості (М.Августюк [1], О.Боковець [3], О.Лелюх-Степанчук [4], В.Моргун [5] та ін.):

1. Формування Я-концепції та самооцінки. Високий емоційний інтелект, особливо розвинена самосвідомість, дозволяє особистості формувати більш реалістичне, диференційоване та стабільне уявлення про себе, свої емоційні патерни, справжні потреби, цінності, можливості та обмеження. Здатність точно ідентифікувати та аналізувати власні емоції допомагає зрозуміти причини своєї поведінки та реакцій. Це глибоке саморозуміння, вільне від ілюзій чи надмірного самоприниження, є міцною основою для формування адекватної самооцінки – не завищеної і не заниженої, а такої, що відповідає реальності. Адекватна самооцінка, в свою чергу, сприяє розвитку впевненості в собі, почуття власної гідності та поваги до себе, що є критично важливим для психологічного здоров'я та активної життєвої позиції.

2. Соціальна адаптація та міжособистісна взаємодія. Ефективна соціальна адаптація значною мірою залежить від здатності особистості розуміти соціальний контекст та успішно взаємодіяти з іншими людьми. Емпатія (ключовий компонент соціальної обізнаності) дозволяє «вчуватися» в емоційний стан іншої людини, розуміти її точку зору та потреби, що є основою для побудови довірливих стосунків. Навички управління відносинами, такі як ефективна комунікація, вміння слухати, переконувати, співпрацювати та вирішувати конфлікти, дозволяють особистості не лише уникати деструктивних взаємодій, але й активно будувати продуктивні та взаємовигідні зв'язки. Особистості з високим емоційним інтелектом легше інтегруються в нові колективи, ефективніше працюють в команді, користуються повагою та авторитетом, а також відчують себе більш комфортно та впевнено у соціальних ситуаціях, що знижує ризик соціальної тривожності та ізоляції.

3. Стресостійкість та психологічне благополуччя. Життя пов'язане зі стресами, викликами та невдачами. Саморегуляція, як

важлива складова емоційного інтелекту, надає особистості інструменти для ефективного управління власними емоційними реакціями на стресові фактори. Це включає здатність не піддаватися паніці чи надмірній тривозі, зберігати ясність мислення під тиском, швидко відновлюватися після емоційних потрясінь та знаходити конструктивні шляхи подолання труднощів. Замість деструктивних копінг-стратегій (уникнення, агресія, зловживання психоактивними речовинами), особистість з високим емоційним інтелектом схильна до проактивного вирішення проблем та позитивного переосмислення ситуації. Це не лише підвищує загальну стресостійкість та резильєнтність, але й запобігає розвитку хронічного стресу, емоційного вигорання, тривожних та депресивних розладів, сприяючи підтримці стабільного психологічного здоров'я та відчуття внутрішньої гармонії.

4. Успішність у діяльності (навчальній, професійній). Емоційний інтелект є потужним предиктором успішності в різних сферах життя. В навчальній діяльності він сприяє кращій концентрації уваги, самомотивації, наполегливості у подоланні труднощів та ефективній взаємодії з одногрупниками та викладачами. У професійній сфері емоційний інтелект є критично важливим для кар'єрного зростання, особливо на керівних посадах та у професіях, пов'язаних з інтенсивною комунікацією (сфера послуг, продажі, медицина, педагогіка). Самосвідомість допомагає обрати професію, що відповідає інтересам та здібностям; саморегуляція забезпечує дисципліну та вміння долати перешкоди; емпатія покращує розуміння клієнтів та колег; навички управління відносинами сприяють ефективному лідерству, командній роботі та веденню переговорів. В особистому житті емоційний інтелект допомагає будувати глибокі та стабільні стосунки, ефективно вирішувати сімейні конфлікти та досягати особистих цілей.

5. Особистісне зростання та самоактуалізація. Емоційний інтелект не лише допомагає адаптуватися до існуючих умов, але й стимулює прагнення до постійного особистісного зростання та самовдосконалення. Глибоке розуміння себе (самосвідомість) дозволяє особистості чіткіше визначити свої справжні потреби, цінності та життєве призначення. Здатність до саморегуляції

допомагає долати внутрішні бар'єри, лінь та прокрастинацію на шляху до реалізації свого потенціалу. Емпатія розширює світогляд та сприяє розвитку більш гуманного ставлення до інших, а навички управління відносинами дозволяють залучати підтримку та надихати інших на спільне зростання. Отже, емоційний інтелект стає інструментом, що допомагає особистості не просто існувати, а жити усвідомленим, наповненим та осмисленим життям, рухаючись до самоактуалізації – максимального розкриття своїх здібностей та талантів

6. Методи розвитку емоційного інтелекту. Арсенал методів для розвитку емоційного інтелекту є досить широким і включає як індивідуальну роботу над собою, так і участь у спеціалізованих програмах. До них належать: практики усвідомленості (майндфулнес), ведення щоденника емоцій та саморефлексії, активне слухання, отримання та надання конструктивного зворотного зв'язку, рольові ігри для відпрацювання соціальних навичок, когнітивно-поведінкова терапія для корекції деструктивних емоційних патернів, спеціалізовані тренінги та коучинг з розвитку емоційного інтелекту. Важливо підкреслити, що розвиток емоційного інтелекту – це не одноразовий акт, а безперервний процес, що вимагає терпіння, наполегливості та готовності до змін [8].

Висновки Емоційний інтелект є не просто сукупністю навичок, а інтегральною характеристикою особистості, що справляє глибокий та всебічний вплив на її розвиток, функціонування та самореалізацію. Його роль виявляється у здатності особистості до глибокого саморозуміння, ефективної емоційної саморегуляції, побудови гармонійних та продуктивних стосунків з оточуючими, успішного подолання стресових ситуацій та досягнення значущих життєвих цілей. Таким чином, розвиток емоційного інтелекту повинен розглядатися як одне з пріоритетних завдань сучасної системи освіти на всіх її рівнях, а також корпоративних програм розвитку персоналу та індивідуальної психологічної роботи.

Список використаних джерел

1. Августюк М.М. Методичні поради до підвищення рівня емоційного інтелекту в здобувачів вищої освіти. Острог : Вид-во Національного університету «Острозька академія», 2022.94 с.

2. Боковець О.І. Емоційний інтелект як ресурс психічного здоров'я особистості. *Габітус*. 2022. Вип. 37. С. 68–74.

3. Гоулман Д. Емоційний інтелект: Як він визначає наш успіх у житті. Київ: КМ-Букс, 2008. 432 с.

4. Лелюх-Степанчук. О.О. Емоційний інтелект як проблема психологічної науки. *Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.Костюка. Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія..* 2018. Том X. Вип. 31. С. 83-92.

5. Моргун В.Ф. Емоційний інтелект у багатовимірній структурі особистості. *Постметодика*. 2010. Вип. 6, № 97. С. 2-15.

6. Столяренко О. Б. Психологія особистості: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2012. 280 с.

7. Павелків Р.В. Вікова психологія: підручник. Вид. 2-е, стер. Київ : Кондор, 2015. 469 с.

ОСОБЛИВОСТІ ОБРАЗНОЇ ПАМ'ЯТІ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Гончарук Ольга, здобувач ОС «бакалавр», 4 курс, РДГУ

*Керівник: Демчук О.О., кандидат психологічних наук, доцент,
професор*

Сучасні виклики сьогодення залежить від удосконалення інформаційної насиченості підліткового віку. Це зумовлює зростання вимог до підлітків, їх інтелектуальних здібностей, сформованості пізнавальних процесів, а саме рівня розвитку образної пам'яті. Відтак постає необхідність в актуальності психологічних досліджень, які спрямовані на вивчення ролі образної пам'яті в усіх її формах інтелектуальної діяльності підлітків.

Наразі особливості образної пам'яті підліткового віку досліджено вітчизняними та зарубіжними психологами досить широко та ґрунтовно, про те окремі аспекти запам'ятовування образних стимулів є маловивченими.

Метою дослідження є визначення особливостей образної пам'яті у підлітковому віці.

Електронне видання

Актуальні питання психологічної науки.
Альманах студентського наукового товариства

Випуск 19

Наукове редагування – Олег РУДЮК
Відповідальна за випуск – Наталія МИХАЛЬЧУК

Формат 60x80/16. Гарнітура Times New Roman
Умовн. друк арк. 5,2.