

ISSN 2518-7503

Міністерство освіти і науки України



**ПСИХОЛОГІЯ:  
РЕАЛЬНІСТЬ І ПЕРСПЕКТИВИ**

**Збірник наукових праць**

**Випуск 8**

**Рівне – 2017**

**Міністерство освіти і науки України**



**ПСИХОЛОГІЯ:  
РЕАЛЬНІСТЬ І ПЕРСПЕКТИВИ**

**Збірник наукових праць**

**Випуск 8**

*Засновано у 2013 році*

**Рівне – 2017**

ISSN 2518-7503  
УДК 159.9+316.6  
П 86  
ББК 88

**Психологія: реальність і перспективи:** збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету. Вип. 8 / упоряд. Р. В. Павелків, Н. В. Корчакова; ред. кол. : Р. В. Павелків, В. І. Безлюдна, Н. В. Корчакова. – Рівне : РДГУ, 2017. – 318 с.

**Збірник наукових праць «Психологія: реальність і перспективи» включено до Переліку наукових фахових видань України з психології**  
(на підставі Рішення Атестаційної колегії МОН України від 29 вересня 2016 та Наказу Міністерства освіти і науки України від 07.10.2016, № 1222) .

Свідоцтво про державну реєстрацію: **Серія КВ № 18713-7513 Р**

Збірник наукових праць містить статті з актуальних проблем психології. Опубліковані матеріали можуть бути корисними для науковців, практичних психологів, вихователів, учителів, викладачів та студентів вищих навчальних закладів

#### **РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:**

##### **Головний редактор:**

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

##### **Заступник головного редактора:**

**Безлюдна Валентина Іванівна** – кандидат педагогічних наук, доцент, професор кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету.

##### **Відповідальний секретар:**

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

#### **ЧЛЕНИ РЕДАКЦІЙНОЇ РАДИ:**

**Максименко Сергій Дмитрович** – академік-секретар відділення психології, вікової фізіології дефектології НАПН України, дійсний член НАПН України, директор Інституту психології ім. Г.С. Костюка.

**Лєволицький Тадеуш** – доктор гуманістичних наук, професор відділення педагогіки і психології професійно-технічної освіти ректор Вищої педагогічної школи м. Варшава (Республіка Польща).

**Шугаєва Людмила Михайлівна** – доктор філософських наук, професор, завідувач кафедри філософії Рівненського державного гуманітарного університету.

**Пасічник Ігор Демидович** – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психолого-педагогічних дисциплін, ректор Національного університету «Острозька академія».

## ЧЛЕНИ РЕДКОЛЕГІЇ:

**Ямницький Вадим Маркович** – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри практичної психології та психотерапії Рівненського державного гуманітарного університету.

**Михальчук Наталія Олександрівна** – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри теорії і практики англійської мови та прикладної лінгвістики Рівненського державного гуманітарного університету.

**Литвиненко Світлана Анатоліївна** – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри практичної психології та психотерапії Рівненського державного гуманітарного університету.

**Петренко Оксана Борисівна** – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри вікової та педагогічної психології, завідувач кафедри теорії і методики виховання Рівненського державного гуманітарного університету.

**Вірна Жанна Петрівна** – доктор психологічних наук, професор, декан факультету психології Східноєвропейського національного університету ім. Лесі Українки.

**Гошовський Ярослав Олександрович** – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри педагогічної та вікової психології Східноєвропейського національного університету ім. Лесі Українки.

**Камінська Ольга Володимирівна** – доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри загальної психології та психодіагностики Рівненського державного гуманітарного університету.

**Ставицький Олег Олексійович** – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Міжнародного економіко-гуманітарного університету ім. академіка Степана Дем'янчука.

**Немеш Олена Миколаївна** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри вікової і педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету.

**Кулаков Руслан Станіславович** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету.

**Назаревич Вікторія В'ячеславівна** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету.

**Павелків Віталій Романович** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри загальної психології та психодіагностики, декан психолого-природничого факультету Рівненського державного гуманітарного університету.

**Созонюк Ольга Степанівна** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету.

Упорядники: **проф. Павелків Р. В., доц. Корчакова Н. В.**

Науково-бібліографічне редагування: **наукова бібліотека РДГУ**

Рецензент: **Журавльова Лариса Петрівна** – доктор психологічних наук, професор, академік Академії наук вищої освіти України, завідувач кафедри теоретичної психології та психології розвитку Житомирського державного університету ім. І. Франка.

Друкується за рішенням Вченої ради РДГУ (протокол №4 від 30 березня 2017 року)

За достовірність фактів, дат, назв і т. п. відповідають автори статей. Думки авторів можуть не збігатися з позицією редколегії.

640 с.

## References

1. Beh I. D. Identyfikacija u vyhovanni osobystosti / I. D. Beh // Ridna shk. – 2013. – № 4–5. – S. 20–25.
2. Bulah I. S. Psihologichni mehanizmy osobystynogo zrostantnja pidlitkiv / I. S. Bulah // Problemy suchas. psihologii'. – 2010. – Vyp. 8. – S. 104–115.
3. Kuryшева I. V. Psihologicheskij mehanizm razvitija tvorcheskoj lichnosti sredstvami muzykal'nogo iskusstva / I. V. Kuryшева // Mir nauki, kul'tury, obrazovanija. – 2010. – № 6 (25). – S. 103–107.
4. Leont'ev V. G. Psihologicheskie mehanizmy motivacii / V. G. Leont'ev – Novosibirsk : NGPI, 1992. – 216 s.
5. Marusynec' M. M. Profesijna refleksija jak chynnyk profesijnogo samovyznachennija majbutn'ogo pedagoga pochatkovykh klasiv / M. M. Marusynec' // Visn. pisljadyplom. osvity. – 2009. – Vyp. 11(1). – S. 135–143. – Rezhym dostupu: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vpo\\_2009\\_11\(1\)\\_19](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vpo_2009_11(1)_19)
6. Mel'nychuk O. B. Social'no-psihologichna adaptacija osobystosti jak chynnyk stanovlennja profesijnogo intelektu majbutnih fahivciv social'noi sfery / O. B. Mel'nychuk // Nauk. visn. Herson. derzh. un-tu. – 2015. – Vyp. 4. – S. 121–126.
7. Ogorodnikov A. Ju. Interiorizacija cennostej v uslovijah transformacii sovremennoho rossijskogo obshhestva: social'no-filosofskij analiz : diss. ... kand. filos. nauk : 09.00.11 / Ogorodnikov Aleksandr Jur'evich. – M., 2008. – 163 s.
8. Urbanovich A. A. Psihologija upravlennja : ucheb. posobie / A. A. Urbanovich. – M. : Harvest, 2001. – 640 s.

**Pomyliuko V.U. PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF DEVELOPMENT OF COMPETENCIES IN ADULTHOOD**

*The article describes the psychological mechanisms of development of key competencies of adults. The mechanism of internalization of values provides personality's awareness of Company's values and universal values; causes personal identification, which means that adults have characteristics and abilities, which prove their uniqueness. The mechanism of professional identification provides that adults show a subjective activity to transform reality, to study professional experience and to work in a team. The mechanism of social and professional adaptation in the development of key competencies of adults finds expression in deepening the knowledge and skills of professional activity, in satisfaction of people by their work, their professional career and financial security capabilities. Socio-psychological adaptation as a psychological mechanism means successful decision-making, conflict resolution using skills and competencies, acquired during socialization, optimizing the relationship of the individual and the group, achieving the goals of their activities and the acquisition of new patterns of behavior, forming personal qualities (sociability, cooperation, empathy, organization and responsibilities, etc.). Personal and interpersonal reflection act as psychological mechanisms that aim not only to reflect on their own actions and their own «I», but the inner world of colleagues; abilities of adults to manage their own activities.*

**Key words:** psychological mechanisms, key competencies, internalization of values, personal and professional identity, socio-professional and socio-psychological adaptation, personal and interpersonal reflection in adulthood, self-realization.

УДК [159.922:613]:159.942

В.Л. РОМАНЮК

**ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ ЗА РІВНЕМ ТРИВОЖНОСТІ**

*У статті за результатами теоретичних і практичних досліджень запропонована функціональна оцінка психічного здоров'я за рівнем тривожності, що сприятиме переходу від якісної до кількісної оцінки складових психічного здоров'я особистості. Окрім того, за рівнем тривожності та, відповідно, стрес-стійкості і стрес-уразливості можна прогнозувати ймовірність психічних та поведінкових розладів особистості, у т.ч. ймовірність афективних, психогенних (невротичних), психосоматичних розладів. У цілому дослідження спрямовані на впровадження теоретичних і практичних складових психічного здоров'я особистості у зв'язку з активністю емоційної та когнітивної сфери, а також етіологією і патогенезом розладів психіки і поведінки.*

**Ключові слова:** психічне здоров'я, тривожність, стрес-стійкість, стрес-уразливість, розлади психіки і поведінки, особистість.

*В статье по результатам теоретических и практических исследований предложена функциональная оценка психического здоровья по уровню тревожности, которая будет способствовать переходу от качественной к количественной оценке составляющих психического здоровья личности. Кроме того, по уровню тревожности и, соответственно, стресс-устойчивости и стресс-уязвимости можно прогнозировать вероятность психических и поведенческих расстройств личности, в т.ч. вероятность аффективных, психогенных (невротических), психосоматических расстройств. В целом исследования направлены на внедрение теоретических и практических составляющих психического здоровья личности в связи с активностью эмоциональной и когнитивной сферы, а также этиологии и патогенеза расстройств психики и поведения.*

**Ключевые слова:** психическое здоровье, тревожность, стресс-устойчивость, стресс-уязвимость, расстройства психики и поведения, личность.

**Постановка проблеми.** Фахівці ВООЗ, враховуючи біо-психо-соціальну сутність людини, визначають здоров'я як стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб або фізичних вад. Критерії (показники) здоров'я людини як біо-психо-соціального і морфо-функціонального феномену мають кількісну та якісну характеристику, а також суттєві системні взаємозв'язки. У біології та медицині складові фізичного здоров'я людини ґрунтуються, насамперед, на кількісній основі з відповідними морфо-функціональними показниками. У психології критерії (показники) психічного здоров'я особистості мають, в основному, якісну характеристику та вимагають кількісної оцінки у руслі відповідних міждисциплінарних досліджень. При цьому окремої уваги заслуговують дослідження щодо нейрофізіологічних (психофізіологічних) складових психічного здоров'я, у т.ч. пошуку відповідних компонентів у функціональній системі: тривожність – стрес-стійкість та стрес-уразливість – психічне здоров'я особистості.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Вітчизняні фахівці визначають психічне здоров'я як «стан душевного благополуччя людини, що характеризується відсутністю хворобливих психічних проявів та можливістю свідомого регулювання поведінки і діяльності» [5]. Розкриваючи зміст поняття «психічне здоров'я», ВООЗ виокремлює сім його компонентів: 1) усвідомлення постійності та ідентичності свого фізичного і психічного «Я»; 2) постійність і однаковість переживань в однотипних ситуаціях; 3) критичне ставлення до себе та своєї діяльності; 4) адекватність психічних реакцій впливу середовища; 5) здатність керувати своєю поведінкою відповідно до встановлених норм; 6) планування власної життєдіяльності та реалізація її; 7) здатність змінювати свою поведінку залежно від зміни життєвих обставин» [4, 5]. Окрім того, психічне здоров'я особистості суттєво залежить від стресу як загального адаптаційного синдрому та неспецифічної реактивності організму. За визначенням Ганса Сельє (1936 р.), стрес – це загальна неспецифічна реакція організму у відповідь на дію будь-яких сильних подразників (стрес-чинників) середовища існування. Внаслідок дії різноманітних стрес-чинників в організмі виникають однотипні фізіологічні та біохімічні зміни, спрямовані на їх нейтралізацію. Сукупність таких змін Ганс Сельє назвав загальним адаптаційним синдромом (синдромом біологічного стресу) або клінічним виявом стресу, який супроводжується трьома стадіями: 1) стадія тривоги з відповідною фазою шоку (зниження захисних механізмів) і фазою протишоку (посилення захисних механізмів); 2) стадія опору (резистентності, стійкості) – стадія ефективної адаптації до нових умов існування; 3) стадія виснаження – неефективність захисних механізмів, дезадаптація та суттєве порушення гомеостазу. У цілому реалізація стресу як неспецифічної реактивності супроводжується посиленням функції певних регуляторних систем організму, насамперед, функціональної системи гіпоталамус – гіпофіз – наднирники з ключовим механізмом гомеостазу (негативним зворотним зв'язком), зміною вегетативних (вісцеральних) показників, рухової активності тощо. У цілому біологічна (еволюційна) функція стресу – ефективна адаптація з відповідними компенсаторними механізмами.

Таким чином, тривалий та високий рівень тривожності першої стадії стресу із суттєвою зміною основних показників гомеостазу характеризує у цілому стрес-уразливість організму людини, а низький рівень тривожності – відносну стрес-стійкість. Друга стадія стресу, в основному, забезпечує механізми оптимальної стрес-стійкості організму людини через повернення до умовної норми основних показників гомеостазу. В свою чергу, третя стадія стресу свідчить про малу ефективність адаптаційно-компенсаторних механізмів та, відповідно, про суттєву стрес-уразливість людини.

При цьому визначення стрес-стійкості та стрес-уразливості як компонента психічного здоров'я особистості є теоретичним і практичним доповненням до встановлених складових, що додатково сприятиме кількісній оцінці за відповідними показниками гомеостазу [7, 8]. У свою чергу, стрес-стійкість – це основа успішної соціальної взаємодії особистості, яка характеризується емоційною стабільністю, низьким рівнем тривожності, високим рівнем саморегуляції та психологічною готовністю до [3]. Окрім того, стрес-стійкість та стрес-уразливість можна розглядати як психофізіологічний індикатор психічного здоров'я особистості.

Отже, залишається відкритим питання щодо переходу від якісної до кількісної оцінки психічного здоров'я особистості. У зв'язку з цим міждисциплінарні теоретичні та практичні підходи з відповідними нейрофізіологічними (психофізіологічними) складовими можуть включати наступну функціональну схему: психічне здоров'я (якісна оцінка) – особливості стрес-стійкості та стрес-уразливості – рівень тривожності (кількісна оцінка).

**Формулювання цілей статті.** Рівень тривожності розглядається як вагомий компонент психічного здоров'я та, відповідно, стрес-стійкості і стрес-уразливості, що сприятиме кількісній оцінці психічного здоров'я, а також ймовірності прояву відповідних розладів психіки і поведінки особистості, у т.ч. під час навчального процесу.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Тривожність – індивідуально-психологічна особливість, яка виявляється у схильності особистості до переживання стану тривоги при очікуванні несприятливого розвитку подій. У сучасній психології домінує теорія щодо природної основи тривожності, яка формується у процесі життя під впливом соціальних та особистісних причин. У дошкільному і молодшому шкільному віці основною причиною тривожності є неправильне, деспотичне ставлення батьків до дитини. У дорослому віці виникнення тривожності можуть спричинити внутрішні конфлікти особистості. За стабільністю проявів виділяють особистісну і ситуативну (реактивну) тривожність [4; 5]. Особистісна тривожність – це базова риса особистості,

яка формується та закріплюється в ранньому дитинстві та проявляється підвищеним хвилюванням у ситуації, яка загрожує особистості або здається такою. Ситуативна (реактивна) тривожність – це стан особистості в певних умовах, який суб'єктивно характеризується переживанням напруження і тривоги, що супроводжується соматичними змінами. Іноді тривожність є показником неблагополучного особистісного розвитку та може бути передвісником неврозу або результатом складної фізичної або психічної травми. Зазвичай тривожність підвищується при нервово-психічних та важких соматичних захворюваннях [4; 5].

Певний рівень тривожності – природна та обов'язкова особливість активної діяльності особистості [9]. У кожної особистості існує свій оптимальний, або бажаний, рівень тривожності – т.з. корисна тривожність. Для високотривожної особистості характерні, насамперед, емоційна неврівноваженість, боязкість (відчуття страху), невпевненість у собі, напруженість, покірність, заклопотаність, сентиментальність, негативізм, підозрілість. У високотривожної особистості більш високий і менш стабільний рівень домагань. В загальному всі ці особистісні особливості мають природну основу, якою служить, насамперед, слабкий тип нервової системи та інертність нервових процесів, а також відповідний тип темпераменту. Тривожність в середньому вища в осіб жіночої статі. Таким чином, поставлено задачу розробити спосіб діагностики психічного здоров'я за рівнем тривожності та, відповідно, стрес-стійкості і стрес-уразливості, що сприятиме переходу від якісної до кількісної оцінки складових психічного здоров'я особистості за відповідними опитувальниками. Окрім того, за рівнем тривожності та, відповідно, стрес-стійкості і стрес-уразливості можна прогнозувати ймовірність розладів психіки і поведінки, у т.ч. ймовірність афективних, психогенних (невротичних), психосоматичних розладів особистості. Для діагностики тривожності та, відповідно, стрес-стійкості і стрес-уразливості як компонента психічного здоров'я особистості застосований модифікований опитувальник реактивної та особистісної тривожності Спілбергера-Ханіна, за яким встановлюють такі рівні тривожності (у балах – кількісна оцінка): 1) 0-30 балів (низька тривожність); 2) 31-44 бали (помірна тривожність); 3) 45 і більше балів (висока тривожність) [1]. У зв'язку з цим, враховуючи клініко-фізіологічний підхід щодо здоров'я (гіпофункція, нормофункція, гіперфункція), за відповідним рівнем тривожності та, відповідно, стрес-стійкості і стрес-уразливості, встановлена така функціональна оцінка психічного здоров'я особистості за 12-ти бальною шкалою (таблиця 1):

Таблиця 1

**Функціональна оцінка психічного здоров'я особистості за рівнем реактивної та особистісної тривожності (опитувальник Спілбергера-Ханіна), Романюк В.Л., 2017 р.**

Рівень психічного здоров'я	Рівень стрес-стійкості	Рівень тривожності	Клініко-фізіологічна характеристика	Ймовірність розладів психіки і поведінки
1-4 бали	високий рівень стрес-стійкості	0-30 балів (низький рівень)	гіпофункція	низька ймовірність
5-8 балів (оптимальний)	оптимальний рівень стрес-стійкості	31-44 бали (помірний рівень)	нормофункція	середньостатистична ймовірність
9-12 балів	низький рівень стрес-стійкості	45 і більше балів (високий рівень)	гіперфункція	висока ймовірність

1) рівень психічного здоров'я в 1-4 бали – рівень тривожності у межах 0-36 балів – високий рівень стрес-стійкості (низький рівень стрес-уразливості) – гіпофункція емоційної та когнітивної сфери щодо психічного здоров'я особистості – низька ймовірність розладів психіки і поведінки; 2) рівень психічного здоров'я у 5-8 балів – рівень тривожності у межах 31-44 бали – оптимальний рівень стрес-стійкості – нормофункція емоційної та когнітивної сфери щодо психічного здоров'я особистості – середньостатистична ймовірність розладів психіки і поведінки; 3) рівень психічного здоров'я у 9-12 балів – рівень тривожності у межах 45 і більше балів – низький рівень стрес-стійкості (високий рівень стрес-уразливості) – гіперфункція емоційної та когнітивної сфери щодо психічного здоров'я особистості – висока ймовірність розладів психіки і поведінки. При цьому слід відмітити, що високий рівень тривожності та, відповідно, низький рівень стрес-стійкості (високий рівень стрес-уразливості) з гіперфункцією емоційної та когнітивної сфери щодо психічного здоров'я може сприяти розвитку відповідних афективних, психогенних (невротичних), психосоматичних розладів особистості.

Так, тривожні розлади особистості подані в МКХ-10 (Клас 5 – Розлади психіки і поведінки – F0-F99) у рубриці «Невротичні, пов'язані зі стресом і соматоформні розлади» (F40-F48), у т.ч. – F41 (Інші тривожні розлади), F41.0 (Панічний розлад або епізодичний пароксизмальний страх), F41.1 (Генералізований тривожний розлад), F41.2 (Змішаний тривожний і депресивний розлад), F41.3 (Інші змішані тривожні розлади), F41.8 (Інші уточнені тривожні розлади), F41.9 (Тривожний розлад, не уточнений) [6].

Таким чином, дослідження психічного здоров'я особистості за рівнем тривожності та, відповідно, стрес-стійкості і стрес-уразливості передбачає формування на усіх рівнях навчання як форми діяльності людини (початкова, середня і вища школа, самоосвіта) наукового світогляду з системним мисленням – об'єктивна (причинно-наслідкова) оцінка тривожності та, відповідно, стрес-стійкості і стрес-уразливості як компонента психічного здоров'я особистості, а також їх клінічних складових і соціальних наслідків. Апробація дослідження психічного здоров'я особистості за рівнем тривожності та, відповідно, стрес-стійкості і стрес-уразливості проведена в умовах лабораторії психофізіології та клінічної психології психолого-природничого факультету Рівненського державного гуманітарного університету із залученням студентів різних курсів денної та заочної форми навчання.

Для профілактики високого рівня тривожності та, відповідно, стрес-уразливості особистості в умовах навчального процесу доцільно застосовувати психофізіологічні методи корекції і терапії у функціональній системі органи чуття – головний мозок – психіка і поведінка, у т.ч. методи хромотерапії, арттерапії, музикотерапії, фітотерапії, ароматерапії, а також методи спеціалізованої дихальної гімнастики, біологічного зворотного зв'язку (біоуправління) та аутогенного тренування [2]. Під час навчального процесу метод аутогенного тренування активно впроваджується (освоюється) в умовах лабораторії психофізіології та клінічної психології із студентами денної та заочної форми навчання (проведення відповідних практичних і лабораторних занять з елементами самостійної роботи). У цілому аутогенне тренування як психофізіологічний метод корекції і терапії позитивно впливає на емоційну і когнітивну сферу та сприяє максимальній врівноваженості із природним і соціальним середовищем як вагомій складовій здоров'я особистості.

**Висновки за результатами дослідження і перспективи подальших розвідок.** Психічне здоров'я суттєво залежить від рівня тривожності та, відповідно, від стрес-стійкості і стрес-уразливості особистості. Функціональна оцінка психічного здоров'я за рівнем тривожності у цілому сприятиме переходу від якісної до кількісної оцінки складових психічного здоров'я особистості. За рівнем тривожності та, відповідно, стрес-стійкості і стрес-уразливості можна прогнозувати ймовірність відповідних розладів психіки і поведінки особистості, у т.ч. під час навчального процесу. Для профілактики психічних і поведінкових розладів особистості студента доцільно впроваджувати ефективні функціональні методи психокорекції і психотерапії, у т.ч. аутогенне тренування. Особливої уваги заслуговують міждисциплінарні дослідження щодо зв'язків психічного здоров'я особистості із особливостями конституції (соматотипу), типу нервової системи і темпераменту із врахуванням вікових і статевих особливостей в умовах навчального процесу.

#### Список використаних джерел

1. Исследование тревожности : практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии / под общ. ред. А. А. Крылова, С. А. Маничева. – 2-е изд., доп. и перераб. – СПб. : Питер, 2006. – С. 295–299. – (Практикум по психологии).
2. Метод аутогенной тренировки : практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии / под ред. А. А. Крылова, С. А. Маничева. – СПб. : Питер, 2006. – С. 534–539.
3. Психодиагностика стресса : практикум / сост. Р. В. Куприянов, Ю. М. Кузьмина. – Казань : Изд-во КНИТУ, 2012. – С. 8.
4. Психология : словарь / под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Политиздат, 1990. – С. 407–408.
5. Психологічна енциклопедія / авт.-упоряд. О. М. Степанов. – Київ : Академвидав, 2006. – С. 367. – (Екциклопедія ерудита).
6. Розлади психіки та поведінки (Клас V) : Міжнародна класифікація хвороб десятого перегляду (МКХ-10) : навч.-метод. посіб. / уклад. В. Л. Романюк. – Рівне : РДГУ, 2015. – 56 с.
7. Романюк В. Л. Психофізіологічні складові стресостійкості особистості / В. Л. Романюк // Дискурс здоров'я в освіті: філософія, педагогіка, антропологія, психологія : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю, присвяч. 120 річниці з дня народж. М. О. Бернштейна (16–17 верес. 2016 р., м. Вінниця, Комунал. вищ. навч. закл. «Вінницька академія неперервної освіти») : у 3-х т. Т. 3. – Вінниця ; Київ : ООО «Альфа Реклама», 2016. – С. 85–88.
8. Романюк В. Л. Стрес-стійкість як компонент психічного здоров'я людини / В. Л. Романюк ; Секція 15. Психологічні науки ; Під-секція 2. Медична психологія // Zbiór artykułów naukowych. Konferencji Międzynarodowej Naukowo-Praktycznej «NOWOCZESNE BADANIA PODSTAWOWE I STOSOWANE» (30.07.2016 – 31.07.2016). Warszawa: Wydawca : Sp. z o.o. «Diamond trading tour», 2016. – Str. 46–50.
9. Человек: анатомия, физиология, психология : энциклопед. иллюстрир. словарь / под ред. А. С. Батуева, Е. П. Ильина, Л. В. Соколовой. – СПб. : Питер, 2007. – С. 590–591.

#### References

1. Issledovanie trevozhnosti : praktikum po obshhej, jeksperimental'noj i prikladnoj psihologii / pod obshh. red. A. A. Krylova, S. A. Manicheva. – 2-e izd., dop. i pererab. – SPb. : Piter, 2006. – S. 295–299. – (Praktikum po psihologii).
2. Metod autogennoj trenirovki : praktikum po obshhej, jeksperimental'noj i prikladnoj psihologii / pod red. A. A. Krylova, S. A. Manicheva. – SPb. : Piter, 2006. – S. 534–539.
3. Psihodiagnostika stressa : praktikum / sost. R. V. Kuprijanov, Ju. M. Kuz'mina. – Kazan' : Izd-vo KNITU, 2012. – S. 8.
4. Psihologija : slovar' / pod obshh. red. A. V. Petrovskogo, M. G. Jaroshevskogo. – 2-e izd., ispr. i dop. – M. : Politizdat, 1990. – S. 407–408.
5. Psychologichna encyklopedija / avt.-uporjad. O. M. Stepanov. – Kyi'v : Akademvydav, 2006. – S. 367. – (Ekcyklopedija erudyta).
6. Rozlady psyhiky ta povedinky (Klas V) : Mizhnarodna klasyfikacija hvorob desjatogo peregljadu (MKH-10) : navch.-metod. posib. / uklad. V. L. Romanjuk. – Rivne : RDGU, 2015. – 56 s.
7. Romanjuk V. L. Psyhofiziologichni skladovi stresostijkosti osobystosti / V. L. Romanjuk // Dyskurs zdorov'ja v osviti: filosofija, pedagogika, antropologija, psihologija : materialy vseukr. nauk.-prakt. konf. z mizhnar.



- uchastju, prysvjach. 120 richnicy z dnja narodzh. M. O. Bernshtejna (16–17 veres. 2016 r., m. Vinnycja, Komun. vyshh. navch. zakl. «Vinnyc'ka akademija neperervnoi' osvity») : u 3-h t. T. 3. – Vinnycja ; Kyi'v : OOO «Al'fa Reklama», 2016. – S. 85–88.
8. Romanjuk V. L. Stres-stijkist' jak komponent psyhichnogo zdorov'ja ljudyny / V. L. Romanjuk ; Sekcija 15. Psyhologichni nauky ; Pid-sekcija 2. Medychna psyhologija // Zbior artykutow naukowych. Konferencji Miedzynarodowej Naukowo-Praktycznej «NOWOCZESNE BADANIA PODSTAWOWE I STOSOWANE» (30.07.2016 – 31.07.2016). Warszawa: Wydawca : Sp. z o.o. «Diamond trading tour», 2016. – Str. 46–50.
  9. Chelovek: anatomija, fiziologija, psihologija : jencikloped. illjustrir. slovar' / pod red. A. S. Batueva, E. P. Il'ina, L. V. Sokolovoj. – SPb. : Piter, 2007. – S. 590–591.

### **Romaniuk V.L. THE INVESTIGATIONS OF MENTAL HEALTH OF AN INDIVIDUAL BASED ON THE LEVEL OF ANXIETY**

*In the article, according to the results of theoretical and practical investigations, functional evaluation of mental health based on the level of anxiety has been suggested. It will contribute to the transition from qualitative to quantitative evaluation of the constituents of mental health of an individual.*

*Moreover, mental health of an individual significantly depends on stress as the general adaptation syndrome and non-specific responsiveness of the organism with the dynamics of the corresponding stages (anxiety, resistance, exhaustion). Indeed, a continuing high level of anxiety of the first stage of stress with the significant change of the main indicators of homeostasis generally characterizes stress-vulnerability of the human organism, while a low level of anxiety characterizes relative stress resistance. The second stage of stress generally provides the mechanisms of the optimal stress resistance of the human organism due to the reversion to the assumed norm of the main indicators of homeostasis. In its turn, the third stage of stress reveals the low efficiency of adaptation-compensatory mechanisms and, correspondingly, the substantial stress-vulnerability of a human being. In this context, a certain level of anxiety is viewed as the essential component of mental health and, correspondingly, stress resistance and stress-vulnerability of an individual, considering age and sex peculiarities in certain occupational environments, as well as during the learning process.*

*Furthermore, the probability of mental and behavioral disorders of an individual, including the probability of affective, psychogenic (neurotic), and psychosomatic disorders can be predicted based on the level of anxiety and, correspondingly, stress resistance and stress vulnerability. In general, these investigations are aimed at the introduction of theoretical and practical constituents of mental health of an individual in relation to the activity of emotional and cognitive spheres, as well as etiology and pathogenesis of mental and behavioral disorders.*

**Key words:** *mental health, anxiety, stress resistance, stress vulnerability, mental and behavioral disorders, individual.*

УДК 159.9:005.334-057.19

О.В. РУДЮК

### **СМИСЛОДІЯЛЬНІСНА ДЕТЕРМІНАЦІЯ ПЕРЕЖИВАННЯ КРИЗИ У БЕЗРОБІТНИХ**

*Статтю присвячено емпіричній розробці концепту переживання з позиції верифікації його смислodianьного характеру. Зокрема, вивчено особливості смислodianьної детермінації переживання кризи у безробітних. Емпіричними корелятами особливостей смислodianьної детермінації переживання кризи у безробітних визначено характеристики їх смисложиттєвих орієнтацій, особистісної самоактуалізації та особистісних атрибуцій. Також виявлено зв'язок між рівнем інтенсивності переживання кризи у безробітних та характеристиками їх смисложиттєвих орієнтацій, особистісної самоактуалізації та особистісних атрибуцій. Узагальнення емпіричних даних дало підстави стверджувати, що смисложиттєва феноменологія, як і самоактуалізаційна, визначає змістовний характер переживання кризи у безробітних.*

**Ключові слова:** *особистість, безробіття, криза, переживання кризи, смислodianьний характер переживання, смисложиттєві орієнтації, особистісна самоактуалізація, особистісні атрибуції.*

*Статья посвящена эмпирической разработке концепта переживания с позиции верификации его смыслодеятельного характера. В частности, изучены особенности смыслодеятельного детерминации переживания кризиса у безработных. Эмпирическими коррелятами особенностей смыслодеятельного детерминации переживания кризиса у безработных определены характеристики их смысложизненных ориентаций, личностной самоактуализации и личностных атрибуций. Также выявлена связь между уровнем интенсивности переживания кризиса у безработных и характеристиками их смысложизненных ориентаций, личностной самоактуализации и личностных атрибуций. Обобщение эмпирических данных дало основания утверждать, что смысложизненная феноменология, как и самоактуализационная, определяет содержательный характер переживания кризиса у безработных.*

**Ключевые слова:** *личность, безработица, кризис, переживание кризиса, смыслодеятельный характер переживания, смысложизненные ориентации, личностная самореализация, личностные атрибуции.*

## З М І С Т

<b>Павелків Р. В.</b> Формування та розвиток здатності до моральної рефлексії в процесі активного соціально-психологічного навчання молодших школярів .....	5
<b>Артемова О. І.</b> Вплив рівня розвитку креативності на адаптацію студента-першокурсника.....	10
<b>Бабій М. Ф.</b> Важливість здібностей у вербальній взаємодії педагогів.....	14
<b>Березюк Т. П.</b> Формування професійної компетентності майбутніх менеджерів на засадах компетентнісного підходу в контексті європейського простору вищої освіти.....	18
<b>Богдан Ж. Б., Підбуцька Н. В.</b> Мотиваційні предиктори спрямованості особистості.....	24
<b>Борейчук І. О., Матухно Є. В.</b> Використання фотоспогадів у позитивній мотивації індивіда .....	27
<b>Бульчик Т. І., Мушкевич М. І.</b> Психологічні особливості особистісного та сімейного функціонування учасників АТО.....	31
<b>Бучко В. Б.</b> Психологічні аспекти сприймання справедливості через призму культури бідності та багатства.....	36
<b>Бушуєва Т. В.</b> Взаємозв'язок особистісних особливостей та копінг-стратегій жінок у період дорослішання.....	41
<b>Веремійчук Т. А.</b> Психологічні особливості переживання кризи студентської молоді в Україні .....	46
<b>Воробійов А. М., Демчук О. О.</b> Медіа залежність як різновид психічних відхилень.....	49
<b>Ганкевич О. В.</b> Вплив психотравмуючих факторів на життєдіяльність молодих та зрілих подружніх пар.....	54
<b>Главінська О. Д.</b> Професійне самоусвідомлення та самовизначення студентської молоді у становленні особистісної суверенності.....	59
<b>Грипич С. Н.</b> Розвиток професійної мотивації студентів психолого-педагогічних спеціальностей в процесі навчання у ВНЗ .....	63
<b>Грицюк І. М.</b> Арт-терапія в роботі практичного психолога з дітьми, які мають емоційні порушення.....	67
<b>Демчук О. О., Лазарчук В. В.</b> Життєва компетентність як підґрунтя власної життєвої і професійної успішності.....	71
<b>Демянюк О. Б., Косарєва О. І.</b> Модальності світосприйняття як складова індивідуальної свідомості молоді.....	75
<b>Дучимінська Т. І., Хлівна О. М.</b> Роль лабораторного практикуму з психодіагностики та клінічної психології у виявленні проявів особистісної безпорадності студентів.....	79
<b>Ivashkevych E. E.</b> Psycholinguistic aspects of comic book narration.....	84
<b>Івашкевич Е.</b> Унікальність особистості та структура соціального інтелекту педагога.....	88
<b>Камінська О. В.</b> Система засобів подолання схильності до інтернет-залежності на основі ресурсного підходу.....	92
<b>Карковська Р. І.</b> Деструктивні позиції осіб з близького соціального оточення щодо вдів загиблих учасників АТО.....	96
<b>Кирилова Д. С.</b> Психологічна готовність до материнства в структурі життєвих смислів жінки: теоретико-методологічний аналіз.....	101
<b>Кідалова М. М.</b> Емоційні бар'єри студентів ВНЗ: психологічні особливості прояву в умовах адаптаційного періоду .....	105
<b>Клочек Л. В.</b> Розвиток уявлень про соціальну справедливість у дошкільному дитинстві .....	110
<b>Корчакова Н. В.</b> Егоїстична мотивація як перешкода у розвитку просоціальної поведінки підлітка .....	114
<b>Котлова Л. О., Марчук К. А.</b> Психологічні особливості творення поетичного тексту (за науковим трактатом І. Франка "Із секретів поетичної творчості").....	120
<b>Коць М. О., Онопченко І. В., Озоровський І. В.</b> Роль мотиваційних чинників у професійному самовизначенні підлітків з особливими потребами.....	124
<b>Коширець В. В.</b> Особливості надання психологічної допомоги особам з ПТСР .....	128
<b>Крюкова Л. В.</b> Критерії формування особливостей емоційної сфери молодшого школяра .....	133
<b>Кряж І. В., Гранкіна-Сазонова Н. В.</b> Довіра й емоційний інтелект як предиктори особистісного благополуччя студентів-психологів .....	137
<b>Кузьмін В. В.</b> Концептуалізація соціально-психологічних процесів виникнення, формування й розвитку спільноти дітей-сиріт та дітей позбавлених батьківського піклування, їх інтеграція в сучасне суспільство .....	143
<b>Кулаков Р. С.</b> Особливості впливу профільного навчання на вибір старшокласниками сфери майбутньої професійної діяльності .....	147
<b>Кулакова Л. М.</b> Психологічні особливості розуміння текстової інформації молодшими школярами в умовах навчальної діяльності .....	153
<b>Лисак Н. О., Петренко Н. В.</b> Теоретико-методологічні підходи щодо структури внутрішньоособистісного конфлікту в період юнацького студентського віку .....	157
<b>Литвинчук Л. М.</b> Оцінка індивідуальних особливостей трансперсональної поведінки залежних від опіодів .....	162
<b>Литвиненко С. А., Ямницький В. М.</b> Формування професійної ідентичності майбутніх учителів .....	167
<b>Луценко О. Л., Габелкова О. Є.</b> Конструювання методики схильності до низької фізичної активності – процедура та результати.....	171

<b>Луцик Г. О.</b> Чинники схильності підлітків до девіантної поведінки .....	175
<b>Магдисюк Л. І.</b> Психологічні особливості якості життя осіб з серцево-судинними захворюваннями.....	180
<b>Mykhalchuk N. O., Yatsuryk A. O.</b> The problem of understanding in psychology: philosophical and methodological background .....	184
<b>Мушкевич М. І.</b> Моделі організації психологічного супроводу сімей, які мають проблемних дітей .....	188
<b>Назаревич В. В., Борейчук І. О.</b> Фотографія як засіб ресурсування психоемоційного стану індивіда.....	192
<b>Назарець Л. М.</b> Особливості взаємодії у конфліктах та конструктивні прийоми їх подолання .....	197
<b>Новік Л. О., Хупавцева Н. О.</b> Вікові особливості становлення професійного іміджу особистості .....	202
<b>Оксентюк Н. В.</b> Мікромоменти позитивного резонансу .....	206
<b>Павелків В. Р., Панасюк В. М.</b> Прояви ознак фанатизму як соціального явища: на прикладі молодіжних субкультур .....	211
<b>Петренко О. Б.</b> Проблема самореалізації особистості у концепції М.М. Рубінштейна .....	215
<b>Позднишев Є. В.</b> Роль інструментів психотехнологій у формуванні та просуванні іміджу суб'єктів спортивної діяльності .....	220
<b>Помилуйко В. Ю.</b> Психологічні механізми розвитку ключових компетентностей у дорослому віці .....	225
<b>Романюк В. Л.</b> Дослідження психічного здоров'я особистості за рівнем тривожності .....	230
<b>Рудюк О. В.</b> Смыслодіяльна детермінація переживання кризи у безробітних.....	234
<b>Рудь Г. В., Косарєва О. І.</b> Психологічний аналіз прояву особистісних характеристик першокурсників .....	239
<b>Савелюк Н. М.</b> Психологічні аспекти проблеми взаємозв'язку релігійної активності та суб'єктивного благополуччя .....	244
<b>Созонюк О. С.</b> Розвиток професійного мислення майбутніх психологів у процесі фахової підготовки.....	250
<b>Ставицька О. Г., Ставицький Д. О.</b> Динаміка змісту особистісно-мотиваційної сфери студентів за час навчання у вузі .....	254
<b>Старинська Н. В.</b> Адаптаційний потенціал як чинник професійної самореалізації особистості.....	259
<b>Столярчук О. А.</b> Динаміка професійного Я-образу майбутніх фахівців.....	263
<b>Сторож О. В., Дружиніна І. А.</b> Психологічні особливості адаптації та творчої реалізації особистості у соціумі .....	268
<b>Ткаченко О. А.</b> Аналіз факторів професійного саморозвитку як підгрунтя самопроекування учителів.....	272
<b>Ткачишина О. Р.</b> Психологічна безпека особистості та явища стереотипізації у сучасному інформаційному середовищі .....	277
<b>Федоренко Р. П., Лех Т. Л.</b> Аналіз особливостей ставлення сучасних підлітків до "груп смерті" та небезпечних ігор у соціальних мережах .....	281
<b>Фенина О. Я.</b> Проблема рефлексії та рефлексивності особистості у становленні професійного самоменеджменту .....	286
<b>Хомич І. С.</b> Самооцінка дитини молодшого шкільного віку як передумова забезпечення контролю за діяльністю з точки зору нормативних критеріїв.....	291
<b>Шаповал І. М.</b> Дослідження психологічних чинників формування професійної ідентичності студентів-психологів.....	295
<b>Шкарлатюк К. І., Соїко О. В.</b> Медитативні казки як ресурс особистісного розвитку дитини з психофізичними порушеннями.....	300
<b>Яцюк Н. О.</b> Особливості морального розвитку молодших школярів у сучасних умовах .....	304
<b>Відомості про авторів</b> .....	312

Наукове видання

# **ПСИХОЛОГІЯ: РЕАЛЬНІСТЬ І ПЕРСПЕКТИВИ**

**Збірник наукових праць**

Випуск 8

Упорядники:

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

Науково-бібліографічне редагування:

**наукова бібліотека РДГУ**

Підписано до друку 20.04.2017 р.

Формат 60x84 1/8. Папір офсетний № 1. Гарнітура Times New Roman. Друк різнографічний.  
Ум. друк. арк. 29,14. Замовлення № 27042015 Наклад 300

Віддруковано засобами різнографічного друку  
редакційно-видавничого відділу

Рівненського державного гуманітарного університету  
33027, Рівне, вул. С.Бандери, 12; тел.: 0-362-26-48-83

П - 86      **Психологія: реальність і перспективи:** зб. наук. пр. Вип. 8 / упоряд.  
Р. В. Павелків ; ред. кол. : Р. В. Павелків, В. І. Безлюдна, Н. В. Корчакова. – Рівне :  
РДГУ, 2017. – 318 с.

**УДК 159.9+316.6**  
**ББК 88**

© Рівненський державний гуманітарний університет, 2017