

**Міністерство освіти і науки України**  
**Уманський державний педагогічний університет**  
**імені Павла Тичини**  
**Факультет соціальної та психологічної освіти**  
**Кафедра психології**  
**Лабораторія удосконалення майстерності майбутнього психолога**  
**імені Анни Іванівни Кагальняк**  
**Житомирський державний університет імені Івана Франка**  
**Вінницький державний педагогічний університет**  
**імені Михайла Коцюбинського**



## **МАТЕРІАЛИ**

**п'ятих Всеукраїнських психологічних читань**  
**«УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ**  
**МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ»**

**за темою**

**«Психологічні ресурси особистості**  
**у кризових ситуаціях»**

**22 квітня 2022 р.**

**Редакційна колегія:**

- Сафін О.Д.** Доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини
- Діхтяренко С.Ю.** завідувач лабораторії удосконалення майстерності майбутнього психолога імені Кагальняк Анни Іванівни, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини
- Андрусик О.О.** аспірантка кафедри психології, викладач кафедри психології Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини.
- Данилевич Л.А.** доцент, доцент кафедри психології Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини.
- Шулдик А.В.** кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини.
- Шулдик Г.О.** доцент, доцент кафедри психології Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини.

**Рекомендовано до друку**

**рішенням вченої ради факультету соціальної та психологічної освіти  
Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини  
(протокол №10 від 28 квітня 2022 року)**

**Психологічні ресурси особистості у кризових ситуаціях : матеріали п'ятих Всеукраїнських психологічних читань «Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів», 22 квітня 2022 р. ред. кол. : Сафін О.Д. та ін. Умань. 126 с.**

До збірника увійшли матеріали п'ятих Всеукраїнських психологічних читань «Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів», які відбулися 22 квітня 2022 р. на базі кафедри психології Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини.

© Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, 2022

## ЗМІСТ

### *Секція 1. Психологічна допомога постраждалим у період російсько-української війни 2022 року.*

<b>Козак О. Ю.</b> Надання собі психологічної допомоги під час війни .....	5
<b>Поліщук О. Р.</b> Вихід з «режиму виживання» людини в умовах військовогостану..	7
<b>Радзівіл К. П.,</b> Психологічна допомога постраждалим у період російсько-української війни: практичний досвід роботи з дітьми.....	10
<b>Середа Ю. О.</b> Технології саморегуляції стресових станів у психологічному супроводі реадаптації учасників військових конфліктів.....	15
<b>Швець Т. В.</b> Особливості прояву депресії у військових.....	18

### *Секція 2. Стресостійкість особистості в умовах життєвих криз.*

<b>Вахоцька І. О.</b> Психологічний зміст поняття «криза» та її роль в розвитку особистості .....	20
<b>Гичко Ю. В.</b> Психологічні фактори переживання втрати.....	24
<b>Гриньова Н. В.</b> Чинники та складові стресостійкості особистості.....	27
<b>Діхтяренко С. Ю., Стойкова С. А.</b> Особливості кризи підліткового віку .....	29
<b>Дудник О. А.</b> Втрата та горювання: психологічний аспект .....	31
<b>Кукурудза М. В.</b> Діагностика саногенного мислення як ресурсу особистості в кризових ситуаціях.....	35
<b>Стойкова С. А.</b> Кризові стани особистості та їх особливості у підлітковому віці .....	37

### *Секція 3. Психолого-педагогічні аспекти підготовки майбутніх фахівців в умовах військового стану.*

<b>Гуртовенко Н. В.</b> Психологічна допомога у стресових ситуаціях в умовах військового стану	39
--	----

### *Секція 4. Удосконалення професійної майстерності майбутніх педагогів та психологів у сучасних умовах.*

<b>Горенко М. В.</b> Емоційна стійкість як критерій оцінки готовності майбутніх психологів.....	42
<b>Попова С. В., Данилевич Л. А.</b> Психологічні особливості становлення професійної спрямованості майбутніх психологів .....	45
<b>Діхтяренко С. Ю., Величко О. П.</b> Використання казкотерапії у роботі з тривожністю дітей молодшого шкільного віку .....	47
<b>Діхтяренко С. Ю., Кустовська Н. І.</b> До проблеми мотивації професійного самовизначення особистості в підлітковому віці .....	50
<b>Діхтяренко С. Ю., Белінська О. І.</b> Психологічні ролі в структурі особистості .....	53
<b>Діхтяренко С. Ю., Матвієнко Л. В.</b> До проблеми психологічної готовності вчителя до інклюзивного навчання.....	57
<b>Жук А. Г.</b> Профілактика суїцидальної поведінки в юнацькому віці.....	60
<b>Золотухіна Н. О., Міщенко М. С.</b> Психологічні особливості впливу кіберреальності та відеоігор на прояви агресивності особистості .....	63

<b>Кобзар О. В.</b> Невідкладна психологічна допомога дошкільникам.....	65
<b>Колесніченко К.О.</b> Використання музикотерапії у роботі соціального працівника з дітьми з особливими потребами.....	68
<b>Круглий Р. В., Міщенко М. С.</b> Теоретичний аналіз проблеми психологічної готовності вчителів до інклюзивного навчання дітей з особливими освітніми потребами .....	73
<b>Кудак В. П.</b> Стратегії сучасного освітнього реформування.....	75
<b>Кустовська Н. І.</b> Специфіка професійного самовизначення особистості в підлітковому віці.....	78
<b>Лановик Ю. М.</b> Психологічні особливості ігрової залежності в юнацькому віці	81
<b>Линькова А. В.</b> Психологічні особливості самовдосконалення особистості в юнацькому віці.....	83
<b>Макарова Ю. О., Міщенко М. С.</b> Психологічні аспекти розвитку особистісно-професійного потенціалу .....	85
<b>Ригас О. О., Міщенко М. С.</b> Професійна рефлексія як фактор професійного становлення майбутніх психологів .....	88
<b>Сметаніна Н. Л.</b> Проблема булінгу в шкільному середовищі .....	90
<b>Сокольникова С. О.</b> Психологічні аспекти мотивації навчання іноземної мови.....	93
<b>Станішевська В. І.</b> Перша психологічна допомога дітям дошкільного віку.....	95
<b>Тищенко В. В., Міщенко М. С.</b> Теоретичні передумови дослідження феномена життєстійкості особистості.....	97
<b>Члек Л. С.</b> Соціальна активність як показник успішної соціалізації особистості .....	99
<b>Шиманська В. В.</b> Психологічні аспекти віктимної поведінки в юнацькому віці та її психопрофілактика.....	105
<b>Шинкарук І. П., Міщенко М. С.</b> Теоретико-методологічні засади дослідження проблематики здоров'я особистості.....	107
<b>Шулдик Г. О., Полторацька О. С.</b> Психодрама та її використання в діяльності практичного психолога .....	109
<b>Якимчук Б. А., Павленко О. В.</b> Вплив персоніфікації знань у процесі фахової підготовки майбутніх психологів на їх особистісне становлення .....	113
<b>Якимчук Б. А., Садівська Ю. В.</b> Формування морально-етичної відповідальності особистості майбутнього практичного психолога.....	116
<b>Якимчук І. П., Слюсар В. В.</b> Психологічні особливості авторитарної спрямованості майбутніх фахівців психолого-педагогічного профілю .....	118
<b>Яловенко В. В., Міщенко М. С.</b> Роль комунікації у особистісному становленні підлітка .....	120
<b>Андрусик О. О.</b> Розвиток емоційної стійкості майбутнього практичного психолога.....	123
<b>Діхтяренко С. Ю., Сошнікова М. О.</b> Дослідження механізмів психологічного захисту особистості.....	126
<b>Чорнобай О. В.,</b> Психологічні аспекти публічного виступу.....	130

світу особистості, характерне для життєвої кризи, можуть бути пом'якшеними засобами реконструкції зруйнованих психологічних.

Системою засобів психологічної допомоги особистості в критичних життєвих ситуаціях може стати рольова психотерапія, яка використовує 2 основні стратегії: терапія роллю (використання рольової поведінки для досягнення терапевтичного ефекту) та терапію ролі (відновлення деформованої рольової структури особистості та метаструктури її життєвого світу).

### **Список використаних джерел**

1. Берн Э. Трансакционный анализ и психотерапия: СПб.: Братство, 1992.
2. Горностай П. П. Рольовой конфликт и проблема выбора. *Психологія на перетині тисячоліть*. К.: Гнозис, 1998. Т.1. С. 319-326.
3. Психологія життєвої кризи. К.: Агропромвидав України, 1998.
4. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості та детермінанти його побудови. Мистецтво життєдіяльності особистості (теорія і технологія): Навч.-метод. посібн. К., 1997.

*Діхтяренко Світлана Юріївна,  
кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології,  
Матвієнко Людмила Василівна,  
здобувачка вищої освіти  
факультету соціальної та психологічної освіти  
Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини,  
м. Умань*

## **ДО ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВЧИТЕЛЯ ДО ІНКЛЮЗИВНОГО НАВЧАННЯ**

Інклюзивне навчання забезпечує доступ до освіти дітей з особливими потребами у ЗЗСО за рахунок застосування методів навчання, що враховують індивідуальні особливості таких дітей. В основу інклюзивної освіти покладена ідеологія, яка виключає будь-яку дискримінацію дітей; забезпечує однакове ставлення до всіх людей, але створює спеціальні умови для дітей з

особливими потребами.

І хоча «інклюзія» не є докорінно новим явищем для нашої країни, на шляху її ефективного запровадження існує багато труднощів та перешкод. Перш за все йдеться про професійну, особистісну та психологічну підготовку педагогів до навчання дітей з особливостями психофізичного розвитку. На сьогоднішній день ця проблема стоїть досить гостро і потребує розробки науково та практично обґрунтованих шляхів її вирішення.

Як свідчить практика запровадження інклюзивного навчання в Україні, учителі закладів освіти, які звикли протягом багатьох років працювати за налагодженою системою, апробованими навчальними планами, виявилися не готовими до нових вимог, які ставить перед ними інклюзивна освіта. У цьому велику роль відіграє недостатність у педагогів знань про особливості розвитку, навчання і виховання учнів з особливими освітніми потребами.

Надзвичайно важливими є психологічна підготовка педагогів до роботи з такою категорією дітей. На перший план, як правило, виступає мотиваційна та особистісна готовність учителя сприймати дитину з вадами психофізичного розвитку як повноправного члена класного колективу. І саме від цієї готовності в кінцевому результаті залежатиме успіх соціальної адаптації учня [1].

Позитивна налаштованість на успіх є запорукою доброго результату у будь-якій діяльності. Учитель, є для учнів авторитетом, носієм суспільної думки, під впливом якого формуються установки, переконання та подальша поведінка дітей. Тому, якщо в учителя відсутнє упереджене ставлення та негативні соціальні установки до дитини з особливими освітніми потребами, якщо він позитивно ставиться до перебування її серед здорових однолітків і створює умови для сприятливого соціально-психологічного клімату у колективі, то відповідно це позитивно впливатиме і на ставлення решти учнів до такої дитини.

Інклюзивний підхід в освіті покликаний сформувати позитивну педагогічну мотивацію вчителів і вихователів, стерти негативні стереотипи

та установки, які заважають сприймати «особливу дитину» як цілісну особистість, повноцінного члена суспільства [2].

Для успішного навчання дітей з особливостями психофізичного розвитку педагог повинен оволодіти необхідними знаннями і навичками: ознайомитися з анамнезом учня, мати уявлення, які психічні процеси та функції у нього порушені, у процесі навчальної діяльності вивчати динаміку уваги, стомлюваності, темп роботи кожної дитини, враховувати стан слуху, зору, загальної та дрібної моторики дитини, навчитися адаптувати навчальні плани, методи роботи, дидактичний матеріал до індивідуальних потреб дітей, уміти створювати оптимальні умови для спілкування, сприяти налагодженню дружніх стосунків між дітьми, формуванню колективу, формувати у дітей досвід стосунків у соціумі, навичок адаптації до соціального середовища.

Зміст, форми та методи навчально-виховної роботи в інклюзивному класі мають бути корекційно спрямованими. Це означає, що кожна тема, яку вивчають діти, кожен метод, повинні сприяти не лише засвоєнню знань, умінь і навичок, формуванню поведінки, а й спрямовуватися на виправлення вад розвитку (залежно від нозології). Дуже важливими моментами у роботі з такими дітьми є правильно обраний темп роботи, повторюваність, поглиблений індивідуальний та диференційований підхід, опора на здібності дитини, які є більш розвиненими, а також забезпечення обережності навчального процесу, уникнення перевантаження [3].

Наступною складовою готовності педагогів до інклюзивного навчання дітей з особливими освітніми потребами, є оволодіння наступними особистісними якостями, такими як: терпіння, витримку, любов до дітей, уміння знайти індивідуальний підхід до дитини, уміння співпрацювати з іншими спеціалістами та використовувати їх поради, доброта, доброзичливість, уміння зрозуміти дитину тощо.

Отже, успішна та ефективна практична реалізація процесу інклюзивного навчання залежить насамперед від ставлення до нього учителя як суб'єкта навчальної діяльності. Якщо особливості психофізичного розвитку дитини –

це, майже завжди, незмінний фактор, то спроможність учителів щодо свідомої зміни свого ставлення до них, розширення знань, умінь та навичок у навчанні та вихованні дітей з вадами психофізичного розвитку, використанні ними різноманітних форм, методів і прийомів роботи мають змогу змінитись на краще. Саме за таких умов є можливим ефективне запровадження інклюзії в практику роботи загальноосвітніх навчальних закладів.

Особи з порушенням розвитку потребують не лише співчуття, а й допомоги стати повноправними членами суспільства, мати змогу повністю соціалізуватися в наше сьогодення.

### **Список використаних джерел**

1. Колупаєва А.А. Діти з особливими потребами та організація їх навчання: наук.-метод. посіб. К.: Наук. світ, 2010. 196с.
2. Кочерга О.В. Психофізіологія дітей з особливими потребами. К.: Редакція газети з дошкільної та початкової освіти, 2012. 128с.
3. Психологічний та соціально-педагогічний супровід навчання і виховання «особливої дитини» у школі: метод. посібник. Чернівці: Технодрук, 2009. 196 с.

*Жук Анна Геннадіївна,  
здобувачка вищої освіти  
факультету соціальної та психологічної освіти,  
Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини,  
м. Умань*

## **ПРОФІЛАКТИКА СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ В ЮНАЦЬКОМУ ВІСІ**

Важливість профілактичної роботи є очевидною, тому що саме дороге, що людина має – це життя. Це тільки в комп'ютерній грі у героя багато життів, а насправді – тільки одна! На шляху дорослішання юнаку складно справлятися з безліччю завдань та питань: успішно опанувати знання, бути прийнятим і визнаним однолітками, зрозуміти себе, навчитися керувати своїми емоціями,