

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.

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

Секція 2. Стресостійкість особистості в умовах життєвих криз.

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

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

Гуртовенко Н. В. Психологічна допомога у стресових ситуаціях в умовах військового стану	39
--	----

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

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

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

пропонується дітям в такому вигляді, дуже легко, без опору сприймається та аналізується. Казки допомагають попередити про наслідки тих чи інших дитячих вчинків, але не нав'язують життєвих програм [1].

Завдяки казкотерапії дитина може опанувати нові позитивні моделі поведінки для себе, позбавитися тривожності та знизити рівень агресії, негативних емоцій та страху. Коли дитина слухає або читає казку, це допомагає їй впоратися з певними проблемними думками, невпевненістю у собі та свої діях, позбутися страху перед новими знайомствами.

На нашу думку, завдяки терапії казкою можна допомогти формуванню особистості дитини, бо кожна людина по життю маж вміти висловити власну думку, навчається з дитинства слухати співрозмовника та підтримувати діалог не соромлячись.

Список використаних джерел

1. Моліцька М. Терапевтичні казки. Львів : Свічадо, 2009. 200 с.
2. Шик Л. А. Казкотерапія в роботі з дошкільниками. Харків : Основа, 2012. 240 с.
3. Яценко Т., Галушко Л., Євтушенко І., Манжара С. Пралогічність мислення психолога в контексті глибинно-корекційного пізнання. *Психологія і суспільство*. 2020. № 4. С.54–69.

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

ДО ПРОБЛЕМИ МОТИВАЦІЇ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ ОСОБИСТОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Серед великої кількості життєвих рішень, які ще прийдеться приймати,

питання професійного самовизначення є найпершим і одночасно одним з найважливіших. У сучасному українському суспільстві спостерігається швидке збільшення кількості професій. Поява нових професій призводить до болючого процесу ламання стереотипів, традиційних форм професіоналізації, які в свою чергу ускладнюють процес професійного самовизначення.

Визначальними для дослідження проблематики професійного самовизначення є праці К. Абульханової-Славської, Б. Ананьєва, Г. Балла, В. М'ясищева, Н. Пряжнікова, К. Платонова, Є. Клімова та інших.

Професійне самовизначення є процесом самостійного вибору особистістю професії, що здійснюється на основі аналізу власних даних та їх відповідності вимогам професії. Він починається із роздумів над своїм майбутнім, які підводять до вибору професії, і закінчується її фактичним вибором.

З вітчизняними дослідженнями професійного самовизначення перегукуються теорія потреб А. Маслоу, погляди Е. Еріксона щодо розвитку психосоціальної ідентичності особистості.

У професійному самовизначенні особливу роль має мотивація особистості. Становлення майбутнього фахівця можливе лише при сформованому мотиваційно-ціннісному відношенні до професії. В структурі професійного самовизначення мотивація виконує низку функцій, а саме спонукаючу – активізує потребу у певному виді професійної діяльності, її виконання; спрямовуючу – визначає вибір та характер мети професійної діяльності; регулюючу – визначає ієрархію ціннісних орієнтацій особистості, зміст та співвідношення мотивів професійної діяльності.

Професійне самовизначення є найважливішим новоутворенням підліткового віку.

У психолого-педагогічній літературі процес професійного самовизначення розглядається у контексті проблеми особистісного самовизначення. Один із перших дослідників самовизначення С.Л.Рубінштейн [6] розглядав його саме як самодетермінацію, на відміну від зовнішньої детермінації. Він відзначав, що життя людини не повністю залежить від зовнішніх умов, спадковості, його

значною мірою визначає сама особистість. Вплив на людину зовнішніх обставин опосередковується позицією особистості. Саме співвідношення зовнішньої і внутрішньої детермінації визначає зрілість особистості.

Важливу роль у процесі становлення професійного самовизначення має мотиваційна сфера особистості. Р. С. Гуревич визначає мотивацію через «систему взаємопов'язаних і підпорядкованих мотивів діяльності особистості. Мотивація є рушійною силою будь-якої людської, а звісно, і навчально-пізнавальної діяльності людини» [2, с. 380].

Питання мотивації особистості щодо здійснення професійного вибору та здатності до певної діяльності висвітлені в наукових дослідженнях В. Бодрова, Є. Клімова, К. Платонова та інших. Вчені визначають, що мотивація професійного самовизначення включає у свою структуру: інтереси особистості, схильності та здібності, спрямованість особистості, її нахили та прагнення, погляди та переконання, ідеали, а також соціокультурні цінності. У професійному самовизначенні: мотивація – це процес спонукання особистості до задоволення потреби, що забезпечує особистісне обґрунтування рішення діяти в певному напрямку для досягнення певних цілей. Тобто мотивація відіграє не тільки важливу роль у професійному самовизначенні, але й є цілісним процесом, без якого самовизначення неможливе.

Важливим у становленні мотивації до професійного самовизначення є підлітковий вік, як перехідний період розвитку дитини у доросле життя. У цьому віці формується «внутрішня позиція» особистості, відбувається внутрішньо особистісний конфлікт, самопізнання та визначення себе як «дорослого» у системі суспільно-ціннісних відносин.

У більшості підлітків вже сформована внутрішня мотивація, і вони цілеспрямовано йдуть до своєї мети, наприклад, ставлячи акцент на ті предмети, які їм будуть потрібні при вступі, чи у подальшому житті. Але залишаються підлітки, які мають зовнішні мотиви, поверхневі уявлення про професію, які спираються лише на заробіток, престиж, боязнь осуду, невдачі, критики з боку інших. Таким учням потрібна професійна допомога з боку педагогів, а також

підтримка батьків.

Найперше, необхідно забезпечити умови оточення, які наділяють підлітків свободою вибору, дозволяють їм почуватися самодостатніми. Викликати в учнів відчуття просування вперед, переживання успіху в діяльності, шляхом похвали за, навіть незначні, досягнення. Потрібно бачити і враховувати індивідуальність підлітків, мотивувати їх, спираючись на вже наявні мотиви. Проводити зв'язок навчального матеріалу із реальним життям, застосувати методи формування та стимулювання почуття обов'язку і відповідальності. Педагогам рекомендується проводити профорієнтаційні заходи, застосовувати інтерактивні методи навчання, а саме метод дискусії, обговорення проблем у вигляді евристичної бесіди, ділові ігри.

Список використаних джерел

1. Вітковська О. В. Професійне самовизначення особистості і практичні аспекти професійної консультації: монографія. К.: Наук. світ, 2001. 91 с.
2. Гуревич Р. С. Теорія і практика навчання в професійнотехнічних закладах: монографія. Вінниця : ДОВ «Вінниця», 2008. 410 с.
3. Карпюк Ю. Взаємозв'язок ціннісно-орієнтаційної і мотиваційної сфер особистості. Психологія і суспільство. 2021. № 2. С.169-176.
4. Кучеренко Є. В. Професійне самовизначення підлітків як динамічний процес. *Психологія*: електронне наукове фахове видання. 2015. Режим доступу: <http://vuzlib.com/content/view/443/94/>.
5. Поліщук В. М. Вікові кризи в підлітковому і юнацькому віці : монографія. Суми : Університетська книга, 2012. 478 с.
6. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. Человек и мир. СПб.: Питер, 2003. 512 с.
с.Токарева Н. М. Сучасний підліток у системі психолого-педагогічного супроводу : монографія. Кривий Ріг, 2014. 312 с.

*Діхтяренко Світлана Юріївна,
кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології,
Белінська Оксана Іванівна,
здобувачка вищої освіти*