МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені Михайла Драгоманова
Факультет психології

Психологічна наука і практика: сучасні виклики та допомога особистості у кризових умовах

Psychological Science and Practice: Modern Challenges and Helping Individuals In Crisis Conditions



МАТЕРІАЛИ

Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції
10 квітня 2025 р.
Частина 1

PROCEEDINGS

of International Scientific and Practical Internet Conference
April 10, 2025
Part 1

Київ 2025 Kyiv

Міністерство освіти і науки України
Український державний університет імені Михайла Драгоманова

ПСИХОЛОГІЧНА НАУКА І ПРАКТИКА: СУЧАСНІ ВИКЛИКИ ТА ДОПОМОГА ОСОБИСТОСТІ У КРИЗОВИХ УМОВАХ

* * *

Psychological Science and Practice: Modern Challenges and Helping Individuals In Crisis Conditions

МАТЕРІАЛИ
Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції

10 квітня 2025 року

PROCEEDINGS
of International Scientific and Practical Internet Conference

April 10, 2025

Частина 1

Part 1

Київ – 2025

Kyiv – 2025

УДК 159.923:616-036.81(082)
П 86

Рекомендовано до друку рішенням Вченої Ради
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова
(протокол № 12 від 25 квітня 2025 р.)

Рецензенти: *Кузікова Світлана Борисівна,* доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка;

Котлова Людмила Олександрівна, кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології, логопедії та інклюзивної освіти Житомирського державного університету імені Івана Франка.

П 86 **ПСИХОЛОГІЧНА НАУКА І ПРАКТИКА: СУЧАСНІ ВИКЛИКИ ТА ДОПОМОГА ОСОБИСТОСТІ У КРИЗОВИХ УМОВАХ** : матеріали Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції (Київ, 10 квітня 2025 р.) / Мін-во освіти і науки України ; Укр. держ. ун-т імені Михайла Драгоманова ; упоряд. : І. С. Булах, Л. М. Вольнова, Н. В. Гузій. – Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова Драгоманова, 2025. – Частина 1. – 443 с. електронне видання

ISBN 978-966-931-329-4 загальний номер
ISBN 978-966-931-330-0 частина 1

У збірнику матеріалів конференції Частині 1 представлено результати досліджень вітчизняних та зарубіжних науковців актуальних проблем психологічної науки і практики; висвітлено наукові позиції авторів щодо аналізу інноваційних тенденцій та перспектив теоретичних досліджень у психології; визначено соціально-політичні детермінанти підтримки психологічного здоров'я особистості в сучасних умовах та засоби психологічної підтримки вирішення міжособистісних конфліктів; запропоновано перспективні підходи до використання технологій надання психологічної допомоги учасникам бойових дій, ветеранам й постраждалим внаслідок військової агресії рф, а також шляхів збереження психологічного благополуччя особистості в умовах воєнного стану в країні; обговорено продуктивні методи та стратегії психологічного консультування в кризових ситуаціях, а також психологічні інструменти діагностики, терапії, профілактики психосоматичних розладів.

Збірник адресовано науковцям, викладачам, здобувачам вищої освіти, психологам-практикам.

УДК 159.923:616-036.81(082)

© Автори публікацій, 2025
© Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2025

ISBN 978-966-931-329-4 загальний номер
ISBN 978-966-931-330-0 частина 1

Серед найважливіших чинників, що сприяють підтриманню психічної рівноваги, на перше місце виходить соціальна підтримка – як емоційна, так і практична. Наявність близьких осіб, здатність отримати допомогу, бути почутим та прийнятим значно знижує рівень емоційного напруження. Водночас духовні ресурси – віра, ціннісна система, приналежність до релігійної чи культурної спільноти – виступають внутрішнім джерелом стабільності у кризових умовах.

Отже, психологічна допомога в умовах війни повинна реалізовуватися у двох форматах: кризові інтервенції (невідкладна підтримка при гострому стресі) та довготривала терапевтична підтримка (відновлення після втрат, ПТСР, тривалого дистресу). Ефективність психологічної підтримки значно зростає, якщо вона реалізується міждисциплінарно, індивідуалізовано та з урахуванням культурно-соціального контексту постраждалої особи.

Список використаних джерел:

1. Дяченко О. С. Воєнний стан як чинник формування хронічного емоційного стресу. *Психологічний журнал.* 2023. № 2. С.45-53.
2. Колесник І. В. Когнітивні фактори емоційної адаптації до стресу в умовах війни. *Психологічна наука і практика*. 2022. № 3. С. 98-104.
3. Козяр М. М. Психологічні механізми подолання стресу в умовах збройного конфлікту. *Психологія і суспільство.* 2023. № 1. С. 72-80.
4. Ліщинська Т. Б. Емоційна компетентність як чинник подолання стресу у дорослих. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова.* 2020. Вип. 79. С. 54-61.
5. Слободянюк О. М. Когнітивні схеми особистості у стресових ситуаціях. *Психологія і особистість*. 2016. № 1. С. 145-150.
6. Шахова Л. І. Вікові аспекти стресостійкості у пізньому дорослому віці. *Вісник ЛНУ ім. Т. Шевченка. Серія: Педагогічні науки*. 2019. № 2. С. 38-44.

УДК 159:038

Поліщук Валерій

Український державний університет імені Михайла Драгоманова

ПСИХОЛОГІЧНА НАУКА: АКТУАЛЬНА ПРОБЛЕМАТИКА У ДЕСТРУКТИВНОМУ ТЕРМІНОЛОГІЧНОМУ ВИМІРІ

Будь-яка *актуальна проблематика* має результативні перспективи свого доказового розв’язання лише у конкретних об’єктивних координатах вікової та соціумної адреси життєвого шляху людини. У конструктивному термінологічному вимірі *вона* має визначатися пошуковими стратегіями, які

складають пізнавальну альтернативу 1) спорадичним дослідницьким спробам, які, як правило, обмежені у календарному часі і зосереджуються на локальних чи нерепрезентативних вибірках, що призводить до продукування "*загального знання"* про особистість, тобто *такого*, що, наприклад, стосується широких вікових діапазонів без будь-якого уточнення свого змісту у "вузьких" життєвих інтервалах, 2) недоказовим чи малодоказовим висновкам і прогнозам про розвиток особистості з довільним використанням власної сумнівної термінології або такому ж аналогічному тлумаченні загальноприйнятих експериментально перевірених і апробованих практикою понять.

Сучасна парадигма психологічної науки, як вагомий освітній фактор національної безпеки держави, громадянського суспільства має одночасно сконцентрувати і розв'язати актуальні *цільові освітні перспективи, або пошукові стратегії,* спрямовані на збільшення пізнавальних масштабів власного дослідницького поля (приклад: розвінчування у громадян сталих повсякденних стереотипів, згідно з якими знання психології дошкільного, шкільного, юнацького віку начебто уже попередньо обмежуються лише системою освіти або сімейними взаєминами, тоді як насправді вони потрібні для інженерної, економічної, юридичної психології; психології реклами, ЗМІ, управління; проектування професійної кар'єри тощо).

У цьому змістовому контексті ми наразі дійсно спостерігаємо стрімке накопичення тематичних авторських *уявлень*, які,як здається,мали б презентувати і потенційно акумулювати інформаційний масив, важливий для теорії і практики психологічної науки, однак *вони* здебільшого є не стільки якісними, скільки кількісними здобутками, причому зі значними застереженнями про деструктивну термінологію. Так, через 1) спрощене розуміння сутності проблемних завдань, 2) категоричне оперування даними, отриманих на основі часто лише однієї недосконалої анкети, проте з претензією на важливі масштабні узагальнення, 3) відсутню, обмежену чи недосконалу передовсім експериментальну базу увиразнюється очевидний дослідницький факт зміцнення пошукового дисбалансу між теоретичними та емпіричними розвідками "актуальної психологічної проблеми" як універсальної категорії [3] у деструктивному полі понятійного хаосу з його структурно-функціональною невизначеністю, незавершеністю, реальною чи потенційною підміною формулювань, деклараційністю, довільністю тлумачень. Наприклад: навіть без натяків на пояснення авторами можуть констатуватися "сильні" (?) та "слабкі" (?) "сторони" (і чому саме "сторони"?) особистості як, начебто, апріорі усім загальновідома даність, що насправді не відповідає дійсності. Або: спостерігаємо тотальне використання слова "певні" у поєднанні з предметом інтересу, отримуючи, як наслідок, термінологічні невизначеності типу "певні явища", "певні якості", "певні особливості", "певні завдання" (це як?). Звісно, що така "пошукова логістика" не стільки увиразнює, скільки "заплутує" зміст проблеми та

девальвує відповідальність науковця за її дослідницький стан. Маємо також частотний вжиток загальновідомих, але сумнівних понять: “життєва енергія” (який зміст?), “життєва аура” (?), а ще розповсюджену загально-психологічну термінологічну невизначеність, зведену в осмисленні навколишньої дійсності з рангу фундаментальної психологічної галузі (загальна психологія) навіть більше, ніж до пізнавального “мінімуму” для інших галузей психологічного знання (вікова, педагогічна, соціальна психологія тощо), наприклад: “відчуття щастя” (у даному випадку йдеться про аналізаторні системи чи “Щось *інше*”?). Якщо припускаються *інші* понятійні варіанти, то їх потрібно пояснити доказовими фактами, а не пізнавальною позицією типу “Я вважаю”. Зрештою, яка змістова диференціація “відчуттів” і “почуттів”?

Привертають дослідницьку увагу тлумачення “мудрості” на кшталт “внутрішньої (?) мудрості” як знань самого себе (які знання? з якою провідною інформаційною основою? критерії таких знань?). Виходить, що припускається існування якоїсь “зовнішньої мудрості”, як альтернативного знання вже не про себе (знову-таки: які знання? чому саме такі?), актуалізуючи таємничий фокус “вічного питання” “Що таке, власне, “мудрість”?”. Або: “треба рухатися вперед” (куди і як? за якими орієнтирами чи шляхами тощо?), “Не озиратися (!?) назад (!?)”; “Ці досягнення мають “надихати” (це як? і знову-таки: “кого” і “як”?). Деструктивними виглядають висновки про начебто виявлені тенденції у розвитку особистості на кшталт “Багато (?) людей виявляють….”, “Половина (?) респондентів уважають…”, “Здійснено значний (?) внесок….”.

Типовим явищем у науковому пошуці є здебільшого ненавмисна підміна понять, наприклад: 1) “психічні властивості” – “психологічними властивостями” (і – навпаки); 2) розгляд змісту “криза” виключно у негативному ракурсі (варіації тут справді безмежні: кризовий стан, ситуація, намір, можливості, розвиток…), хоча всяка криза – це також показник майбутньої якості, а тому йдеться про екстремальність чи надзвичайну ситуацію. Або: виявляється, що 1) зміст “психічної травми”, як нагальної зараз проблеми, можна характеризувати всякими довільними травмувальними *ознаками, які*, однак, до цього феномена не мають жодного відношення, проте *прикінцеві висновки* формулюються як про “травму” (реальні і потенційні несприятливі наслідки таких узагальнень у професійної діяльності є очевидними), 2) навіть існує “поняття” “щирий інтерес” як “те, що відбувається довкола; прагнення відповісти на питання, викликані певною подією” (що означає “Те” і які його критерії у зіставленні з нещирістю”?).

Такі чи інші схожі “терміни” не презентують хоча б початків наукового трактату;це схоже на недосконалий літературний художній твір у його первинному пробному варіанті, термінологія якого знову-таки потребує пояснення, а головне – соціальної необхідності, актуалізованої для життєдіяльності людини та держави теперішніми соціальними викликами і

загрозами, які вимагають оперативних доказових результативних дій на основі виразної та зрозумілої інформації. Інакше – це “теоретизування”, або “книжкова вченість” з типовими ознаками: 1) судження на кшталт “на засадах комплексного підходу”, “системного підходу” без пояснення специфіки змісту у конкретній життєвій ситуації; 2) “психологія фокусу” (досліднику здається, що варто лише заявити про ще “невідкрите” відкриття, і навколишня дійсність набуде вершинної досконалості); 3) споглядальні висновки, що “цією проблемою ніхто ніколи (!) не займався” з претензією на “новітні узагальнення”, що лише ускладнює її розуміння, формує у себе та оточення хибні уявлення про стан “недостатнього розроблення”; 4) очевидність, або банальність, узагальнень, які насправді не потребують ніяких доведень (“судження заради судження”, наприклад: соціальний вплив є важливим для людини).

Загалом, невизначеність термінологічного виміру актуальної психологічної проблематики відображає передовсім кон’юнктурне реагування на соціальний запит, внаслідок чого потерпає якість отриманого дослідницького продукту, у масштабному полі якого вторинним, якщо не третинним явищем, залишається емпіричне вивчення психічних станів, процесів, індивідуально-типологічних особливостей, понятійну сутність яких визначає передовсім *експеримент*, а не споглядальність та описовість. З цього приводу констатуємо мізерність відповідних тематичних досліджень про 1) відчуття, волю, характер, уяву, оскільки вони потребують від дослідника завершеної професійної підготовки із схильністю до наукового ризику, 2) *вікову* динаміку структур психіки у *вузьких вікових інтервалах* як відображення внутрішньої логіки розвитку на тлі перебігу пізнавальних тенденцій у *вікових* літичних (дошкільному, молодшому шкільному, підлітковому тощо) та нормативних кризових періодах. Громадянське суспільство потребує також дослідницького інструментарію для розуміння змісту функціональної напруги, напруженості, екстремальних і надзвичайних ситуацій тощо в умовах сучасного воєнного повсякдення, яке передовсім Україна, а вже потім інша європейська спільнота не знали від закінчення Другої світової війни.

Отже, здійснене дослідження дозволило дійти наступних висновків:

1. За розробленням наукової проблеми, а, отже, її доказової термінології має бути конкретний науковець з фундаментальною підготовкою, яка передбачає постійне обов’язкове інтенсивне опрацювання психологічних енциклопедій, словників [1, 2, 4, 5]; культурою мислення та поведінки, зрештою – спрямованістю на пошук істини.

2. Ігнорування, довільне використання наукового понятійного базису, оперування сумнівними “термінами” призводить до продукування догматичної, компілятивної інформації, яка, у свою чергу, формулює наступну схожу “проблематику”, актуальну хіба що в уявленнях її автора, і, зрештою, дедалі дискредитує наукове психологічне знання.

Список використаних джерел:

1. Ґенеза поняття “особистість” в українській психологічній науці : монографія / [В. В. Турбан, Л. З. Сердюк, В. В. Бушанський, В. В. Москаленко, Ж. М. Маценко та ін.] ; за ред. В. В. Турбан. Київ : Видавничий Дім “Слово”, 2020. 178 с.
2. Поліщук В. М. Віковий кризовий розвиток людини від народження до дорослості. Суми : Університетська книга, 2021. 458 с.
3. Поліщук В. М. Психологічні ресурси особистості: пошукові методологеми (інформаційний зріз) // Активізація психологічних ресурсів особистості у різних умовах соціалізації : кол. монографія / за ред. : Г. О. Хомич. Київ : 7БЦ, 2024. 270 с. (С. 32-45).
4. Степанов О. М. Психологічна енциклопедія. Київ : Академавидав, 2006. 474 с.
5. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків : Прапор, 2007. 640 с.

УДК 378:811.111

Резвих Євгенія

Український державний університет імені Михайла Драгоманова

ПРОФЕСІЙНЕ САМОВИЗНАЧЕННЯ ЯК СКЛАДОВА ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ

Питання професійного самовизначення особистості вважається сьогодні одним з головних, не лише для тих людей, перед ким постає вибір навчання, певної професії чи спеціальності. Це питання, також є доволі актуальним для тих людей, які хочуть змінити сферу своєї професійної діяльності, вдосконалити свої уміння та навички, або навіть опанувати спеціальність, що може бути як суміжною, наближеною до їх професійної діяльності, так і абсолютно новою, яка жодним чином не пов’язана з освітою, що її здобула свого часу людина, або з попереднім професійним досвідом.

Проблема професійного самовизначення особистості в різні періоди розглядалась багатьма українськими дослідниками, такими як Є. І. Головаха, О. А. Ігнатюк, Т. М. Титаренко, О. І. Вітковська, Г. К. Радчук та ін. Проте в їх працях ця більша увага приділялась молоді та юнацькому віку. Вивчення проблеми самовизначення дорослих залишилось без достатньої уваги.

У психологічному словникові за редакцією В. І. Войтка професійне самовизначення тлумачиться як процес прийняття особистістю рішення щодо вибору майбутньої професії та полягає в усвідомленні себе як суб’єкта професійної діяльності. Цей процес передбачає само оцінювання людиною своїх психологічних якостей, зіставлення своїх можливостей з вимогами