

Міністерство освіти та науки України
Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя
Чернівецький національний університет
імені Юрія Федьковича
Інститут соціальної та політичної психології
Національної академії педагогічних наук України

ВИМІРИ ОСОБИСТІСНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ

*Матеріали IV Всеукраїнського науково-практичного
семінару*

Міністерство освіти та науки України
Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя
Чернівецький національний університет
імені Юрія Федьковича
Інститут соціальної та політичної психології
Національної академії педагогічних наук України



IV Всеукраїнський науково-практичний семінар
«Виміри особистісних трансформацій»

*Матеріали IV Всеукраїнського
науково-практичного семінару*

06 жовтня 2021 року

Ніжин – Київ – Чернівці 2021

УДК 159.923:082](043.2)
В47

Рекомендовано Вченою радою
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя
(НДУ ім. М. Гоголя)
Протокол № 4 від 28.10.2021 року

Редакційна колегія:

Титаренко Тетяна Михайлівна – дійсний член НАПН України, професор, головний науковий співробітник лабораторії соціальної психології особистості Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, доктор психологічних наук;

Щотка Оксана Петрівна – доцент, завідувачка кафедри психології Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя, кандидат психологічних наук;

Андрєєва Ярослава Федорівна – доцент, завідувачка кафедри психології Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, кандидат психологічних наук;

Дворник Марина Сергіївна – завідувачка лабораторії соціальної психології особистості Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, кандидат психологічних наук

Рецензенти:

Чорна Лідія Георгіївна – завідувач лабораторії психології малих груп та міжгрупових відносин Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник.

Іванчук Марія Георгіївна – доктор психологічних наук, професор кафедри педагогіки та методики початкової освіти Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича.

Виміри особистісних трансформацій: матеріали IV Всеукраїнського науково-практичного семінару (м. Ніжин, 6 жовтня 2021 року) / Т. М. Титаренко (голов. ред.) та ін. Київ: ІСПП НАПН України, 2021. 104 с.

ISBN 978-617-527-256-5

У збірнику тез висвітлюються актуальні питання функціонування та розвитку особистості в мінливому світі. Обговорюються питання життєконструювання особистості в епоху невизначеності; трансформації особистості в умовах пандемії та ризикогенних ситуацій; посттравматичне відновлення особистості; психологія здоров'я та благополуччя особистості у мінливому світі, а також психологічна підготовка фахівців до роботи в умовах невизначеності та змін.

Збірник тез призначений для здобувачів вищої освіти, докторантів, аспірантів, викладачів та науковців, практикуючих психологів, соціальних працівників, діячів громадських організацій та усіх зацікавлених проблемами психології особистості.

УДК 159.923:082](043.2)

© Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, 2021
© Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, 2021
© Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя, 2021
© Т. М. Титаренко, головний редактор, 2021
© Автори, 2021

ISBN 978-617-527-256-5

З М І С Т

ВСТУПНЕ СЛОВО	5
РОЗДІЛ 1. ПЛЕНАРНЕ ЗАСІДАННЯ	7
<i>Титаренко Т.М.</i> Особистість і пандемія: життя у лещатах невизначеності	7
<i>Дворник М.С.</i> Дистанційні модулі підтримання психологічного благополуччя особистості в період очікування миру	11
<i>Андрєєва Я.Ф., Щотка О.П.</i> Менеджмент гумору як один із засобів редукції стресу в діловій взаємодії персоналу організації (на прикладі освітніх організацій)	15
<i>Миرونчак К.В.</i> Роль почуття надії під час переживання втрат в умовах пандемії	19
РОЗДІЛ 2. ОСНОВНА ЧАСТИНА СЕМІНАРУ	24
<i>Войтусик П.А.</i> Гендерні особливості стрес-реагування персоналу освітніх організацій	24
<i>Горянська А.М., Пісоцький В.П.</i> Соціальний інтелект як умова успішної адаптації особистості	26
<i>Громова Г.М.</i> Толерантність до невизначеності та ставлення до часу як медіатори посттравматичного відновлення особистості	30
<i>Гундєртайло Ю.Д.</i> Особливості використання арт-терапевтичних методів у соціально-психологічному супроводі ВПО	35
<i>Діброва В.А.</i> Стратегії конструювання особистісного майбутнього внутрішньо переміщених осіб	38
<i>Лазоренко Б.П.</i> Соціально-психологічний супровід ветеранів та волонтерів у переході до умов мирного життя	42
<i>Литовченко Н.Ф.</i> Парадокс надії	46
<i>Папуча М.В., Наконечна М.М.</i> Особистісна взаємодія у площині навчання ...	50
<i>Поліщук О.М.</i> Проблеми фаббінгу в епоху відволікання	54
РОЗДІЛ 3. ДОПОВІДІ ТА ПОВІДОМЛЕННЯ	59
<i>Гайсонюк Н.А., Зелінська В.В.</i> Особливості емоційної обізнаності в юнацькому віці (на прикладі студентів різних спеціальностей)	59
<i>Гаркавенко Н.В.</i> Екзаменаційний стрес у студентів ЗВО та особливості його прояву у навчальному процесі	63
<i>Доскач С.С.</i> Вплив психологічного благополуччя особистості на орієнтацію у кризових умовах суспільства	67

<i>Здоровець Т.Г.</i> Психологічні особливості наративної компетентності практичних психологів в умовах невизначеності та змін.....	70
<i>Король В.С.</i> Роль навчально-пізнавальних інтересів у розвитку особистості підлітків.....	74
<i>Кошова І.В., Прокоф'єва О.О.</i> Особливості використання психодрами у викладанні онлайн	78
<i>Кресан О.Д.</i> Усвідомлення людиною власної хвороби як життєвої події.....	81
<i>Ларіна Т.О.</i> Потенціал емоційного спілкування в умовах пандемії.....	84
<i>Михайлова О.І.</i> Стрес. Формування стресостійкості особистості	87
<i>Собкова С. І., Бойтель О. С.</i> Соціально-психологічні та педагогічні умови забезпечення психологічної безпеки учнів в освітньому середовищі	91
<i>Степаненко О. П.</i> Соціально-психологічні фактори поведінки водія в контексті безпечного дорожнього руху	95
<i>Шилова Г.П.</i> Споглядання в епоху трансформаційних змін світу	98
ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ	102

3. Прокоф'єва О.О., Прокоф'єва О.А., Кошова І.В. Социодрама – ситуація всіх ситуацій и событие, собирающее в себе все события / Прокоф'єва О.О., Прокоф'єва О.А., Кошова І.В. // Інноваційні технології розвитку психологічних ресурсів особистості: колективна монографія / відп. ред. Н.І. Тавровецька. - Херсон: ФОП Вишемирський В.С., 2019. – С. 243-258. – ISBN -617-7573-66-0

Кресан О.Д. Усвідомлення людиною власної хвороби як життєвої події

Сучасні реалії сьогодення спричиняють до змін у світогляді та сформованих стереотипах поведінки й життєдіяльності особистості. Передусім зазвичай це переживається і сприймається сучасною людиною як травматичний досвід та криза на певному етапі життя. Зокрема епідемія COVID 19 змусила людей інакше оцінити глобальні світові процеси та власне життя, а також переглянути ставлення до власного здоров'я, приділяючи більше уваги безпеці та профілактиці хвороб. Йдеться про усвідомлення власного здоров'я і хвороби особистістю.

У клінічній психології є спеціальний термін для позначення цього явища – *внутрішня картина хвороби* (ВКХ) (О.Р.Лурія та ін.) – це сукупність уявлень людини про своє захворювання, результат творчої активності, що здійснює пацієнт на шляху усвідомлення своєї хвороби. Внутрішня картина хвороби також включає *оцінку людиною своєї хвороби та об'єктивного здоров'я*.

У психології існує низка термінів для позначення подібних явищ, які описують внутрішні почуття, ставлення людини до своєї хвороби, її розуміння тощо. Це зокрема [2]:

- переживання хвороби (Є.А.Шевальов, В.В.Ковальов);
- почуття хвороби (Є.К.Краснушкін);
- ставлення до хвороби, свідомість хвороби (Л.Л.Рохлін);
- реакція на хворобу (Д.Д.Федотов);
- позиція щодо хвороби (Я.П.Фрумкін, І.А.Мірзухін, І.В.Іванов);
- «концепція хвороби», «масштаб переживання хвороби» (В.М.М'ясищев, С.С.Лібіх);
- аутогенне уявлення про хворобу (М.Балінт);
- образ власного захворювання (Дж.Хецен-Клеменс).

Всі ці терміни описують розмаїття внутрішніх психологічних процесів і станів, які відбуваються з людиною під час захворювання, окрім фізичного болю, страждань та інших органічних порушень. Така кількість психологічних реакцій свідчить про те, що хвороба для особистості, особливо, коли йдеться про тяжкі захворювання або ті, що мають ускладнення, є непересічним явищем, що може становити для неї життєву подію. У психології під *життєвою подією* розуміють значущий для особистості випадок, епізод життя, який надовго запам'ятовується та приносить істотні зміни в її життя (Т.М.Титаренко, Т.Б.Карцева та ін.).

Хвороба, яка є несподіваною для людини, складною за перебігом, за умов наявності певних наслідків і змін у способі життя, самосвідомості людини та відносинах з навколишнім світом, безперечно становить собою життєву подію.

Як відбувається усвідомлення людиною своєї хвороби як життєвої події?

За даними дослідників, вплив тяжких та тривалих захворювань на особистість є травмуючим і призводить до тривалого стресу, іноді до депресій та інших розладів. О.Т.Соколова у своїх дослідженнях виявила, що фізична хвороба або пошкодження значно змінюють образ тіла людини, і, відповідно, образ Я, таким чином змінюється суб'єктивне сприйняття власного тіла та самосвідомість особистості. У зв'язку з такими змінами самого себе, на думку нарративних психологів та психотерапевтів, під час гострого чи хронічного захворювання у людини формується нова сторона ідентичності (М.Уайт та ін.), а також нові історії про себе, новий автобіографічний нарратив (Д.Елстон, В.В.Нуркова, О.Є.Сапогова та ін.).

Вчені Л.М.Довжик та К.А.Бочавер, досліджуючи хвороби та травми у спортсменів визначили наявність гострого або хронічного стресу у травмованих протягом усього періоду лікування, реабілітації, а також після них [1]. Це свідчить про складні зміни у внутрішньому світі особистості у зв'язку із хворобою, що можуть оцінюватись самою людиною як негативні, критичні або навіть трагічні події.

На думку А.Ш.Тхостова, хвороба змінює смислову сферу, цінності людини, таким чином, особистісні смисли автор поділяє на три типи відповідно до співвідношення хвороби та мотиваційної сфери особистості. Перешкоджаючий тип особистісних смислів хвороби передбачає її сприйняття людиною як перешкоди до реалізації бажаного, важливих цілей та завдань на шляху особистості.

Позитивний смисл хвороби пов'язаний з усвідомленням воринної вигоди від хвороби та її наслідків. Конфліктний тип смислу хвороби характеризується тим, що хвороба для людини одночасно є і перешкодою для досягнення цілей, і можливістю для вибору й досягненні інших. Таким чином хворий постає перед необхідністю переструктурування власної системи мотивів та пошуку нових життєвих цілей.

Насамперед у хворих спостерігається зниження відчуття суб'єктивного благополуччя та задоволеності життям, що може виявлятися у стражданні, депресивних симптомах та тривожних розладах (I. Пис, I.Milic, M.Arandelovic).

Отже, можемо зробити висновок, що вплив хвороби на особистість за своїми наслідками не може бути оцінений як однозначно позитивний чи негативний, проте усвідомлення людиною різних сторін цієї події для свого життя та майбутнього може відбуватися поступово.

На нашу думу, усвідомлення людиною хвороби як життєвої події може відбуватися на трьох рівнях відповідно до ступеня розуміння та осмислення цілісного впливу події на життєдіяльність особистості [3]. Перший – *рівень первинного сприйняття події*, який полягає в усвідомленні події як факту, він наявний у більшості ситуацій, коли людина пам'ятає цю подію та розуміє, що саме відбулося. Наприклад, людина, розуміє, що отримала травму чи ушкодження, яка в неї хвороба і скільки часу займе лікування.

Ментальний рівень, або *рівень когнітивного аналізу* – виявляється в аналізі своєї хвороби, подій, що призвели до неї, у міркуваннях щодо неї, визначенні її причин, наслідків тощо. Так, хворі згадують всі ситуації напередодні хвороби, намагаються простежити причинно-наслідкові зв'язки між власними діями та ситуацією, що склалася, часто звинувачують себе за недалекоглядність або недотримання правил безпеки.

Рівень усвідомлення сенсу події, що передбачає знаходження сенсу цієї хвороби для власного життя і може спричиняти появу нового усвідомлення й досвіду щодо цієї ситуації.

Рівень усвідомлення людиною власної хвороби як життєвої події таким чином може залежати від таких особистісних чинників: від ступеня осмислення людиною ситуації хвороби, рівня розвитку рефлексії та рефлексивності особистості, загальної емоційної установки людини щодо цієї події та щодо самого себе (позитивне чи негативне ставлення до себе та свого досвіду), ступінь інтелекту й

можливість здійснення самоаналізу, відкритість події та своєму досвіду загалом, що полягає у прийнятті того, що сталося й готовності побачити нові горизонти й можливості, які виникли. Усвідомлення власної хвороби та прагнення її осмислення та прийняття, на нашу думку, сприяє зниженню стресу, тривожності, негативних почуттів, а також «переводить» людину з позиції жертви життєвих обставин у роль суб'єкта власного життя, що дозволяє їй подолати складні ситуації, що виникли у зв'язку з захворюванням.

У разі негативного, ворожого налаштування хворого щодо самого себе, власного організму та ситуації захворювання, у нього можуть зберігатися тривожність, агресія, негативні психологічні стани, хронічний стрес, що може негативно позначитися на психологічному здоров'ї та ускладнити процес видужування. У такому вразливому стані людина потребує психологічної допомоги з боку фахівця-психолога, який зможе забезпечити не лише емоційну підтримку, а й провести комплекс заходів щодо усвідомлення людиною сенсу і значення хвороби в контексті власного досвіду, життєвого шляху та свого майбутнього.

Список використаних джерел:

1. Довжик Л.М., Бочавер К.А. Психология спортивной травмы: монография / Л.М.Довжик, К.А.Бочавер. М.: Спорт, 2020 264 с.
2. Клиническая психология / под ред. М. Перре, У. Бауманна; пер. с англ. А. Желнин, Е. Михалевич, Н. Римицан, И. Стефанович, Н. Тарабрина. СПб: Питер, 2006. 1312 с. (Серия «Мастера психологии»).
3. Кресан О.Д. Психологічні особливості переживання та усвідомлення особистістю життєвих подій : Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.01 / Інститут психології ім. Г.С.Костюка НАПН України / О. Д. Кресан. К., 2017. 22 с.

***Ларіна Т.О.* Потенціал емоційного спілкування в умовах пандемії**

Надзвичайна медико-санітарна ситуація COVID-19 окрім загроз для соматичного здоров'я є фактором ризику здоров'я психологічного. Отже, зона комунікативного ризику, яка утворюється у ментально-комунікативному просторі особистості може бути з одного боку «точкою біфуркації» та призвести до втрати соціальних контак-