



Маріупольський
державний університет



**СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ
СУПРОВІД ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ
ІНТЕГРАЦІЇ УКРАЇНИ В
ЄВРОПЕЙСЬКИЙ ПРОСТІР**

Збірник матеріалів
IV Інтернет-конференції



Київ - 2024



УДК 37.06

Соціально-психологічний супровід особистості в умовах інтеграції України в Європейський простір: збірник матеріалів IV Інтернет-конференції, 22 травня 2024 року / за заг. ред. І. С. Деснова. Київ: МДУ, 2024. 222 с.

Редакційна колегія:

Голова	Ірина ДЕСНОВА, к. пед. н., доцент, в. о. завідувача кафедри практичної психології;
Заступник голови	Олена БЛАШКОВА, к. пед. н., доцент кафедри практичної психології;
Члени оргкомітету:	Олена СТУЛКА, к. псих. н., доцент кафедри практичної психології; Ольга ПУЧИНА, к. псих. н., доцент кафедри практичної психології; Василь ШУСТЬ, к. пед. н., доцент кафедри практичної психології; Анастасія ВАГАБОВА, ст. викл. кафедри практичної психології; Юлія ДЕМИДОВА, к. пед. н., доцент, завідувач кафедри дошкільної освіти; Оксана ГОЛЮК, к. пед. н., доцент, завідувач кафедри педагогіки та освіти.

Рекомендовано до друку Вченою радою психолого-педагогічного факультету Маріупольського державного університету (протокол № 1 від «3» жовтня 2024 року)

Статті публікуються в авторській редакції

© Колектив авторів, 2024

© Кафедра практичної психології МДУ, 2024



тривожності. Так, учасниці груп, відчувають більшу емоційну підтримку та краще долають життєві стреси, що може зменшити ризик депресії та тривожних розладів. Особливо важливою є така підтримка для жінок, які пережили травматичні події, зокрема насильство чи втрату, порушення соціальної взаємодії [4].

Групи підтримки також сприяють зниженню ізольованості, що є важливим аспектом для психічного благополуччя, хоча сучасне суспільство відзначається високим рівнем самотності. Крім того, завдяки таким групам жінки можуть розвинути позитивне ставлення до себе та знайти нові способи боротьби з життєвими труднощами [3]

Отже, стає зрозумілим, що групи взаємопідтримки надають можливість усім учасникам для розвитку колективної співпраці, формування нових соціальних зв'язків та поглиблення навичок емпатії та взаємодопомоги, що має тривалий позитивний вплив на їхнє психічне здоров'я. Тому важливість групової підтримки є не лише у короткочасній емоційній підтримці, а й сприяє формуванню сталих навичок самопідтримки жінки та можливості підтримки оточуючих у повсякденному житті.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бутриновська У. П. Групи самодопомоги як ефективна форма соціальної роботи. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія II: Соціальна робота. Соціальна педагогіка*. 2017. Вип. 23. С. 8–13.
2. Демиденко Т. Групи взаємопідтримки як інноваційна форма соціальної роботи в умовах воєнного стану. *Психологія і соціальна робота у XXI столітті* : зб. наук. матеріалів I Міжнарод. наук.-практ. форуму (1-3 листопада 2023 р., м. Полтава). Полтава, 2023. С.252-254
3. Дослідницька програма «Всі ми». Вплив груп підтримки на емоційну стійкість і стан здоров'я жінок. Національні інститути здоров'я (NIH). 2023. Доступно за посиланням <https://allofus.nih.gov/>
4. Клініка Майо. Групи підтримки: налагодьте зв'язки, отримайте допомогу. Клініка Майо. Описує психологічні та соціальні переваги, а також ризики участі в групах підтримки для жінок. 2023. Доступно за посиланням <https://www.mayoclinic.org/>
5. Кривоконь Н. Принципи наснаження в соціальній роботі. URL: http://hnpu.edu.ua/sites/default/files/files/Kaf_psihologii/konf_2013.pdf#page=270
6. Сергієнко І. З досвіду проведення групи підтримки із застосуванням арт-терапевтичних методів. *Простір арт-терапії* : зб. наук. праць / УМО, 2022, ВГО «Арттерапевтична асоціація», 2022. Київ : ФОР «Назаренко Т. В. 2022. Вип. 1 (31). С. 16–25.

Вітько М. О.,

здобувачка 1 курсу другого (магістерського) рівня вищої освіти
освітня програма «Практична психологія»

Маріупольський державний університет, м. Київ

Поповська О. А.

к. пед. наук, доцент, доцент кафедри дошкільної освіти,
Маріупольський державний університет, м. Київ



ОСОБИСТІСНА ЗРІЛІСТЬ ПОДРУЖНЬОЇ ПАРИ ЯК ФАКТОР ПОДОЛАННЯ СІМЕЙНИХ КРИЗ

Сім'я як один з найважливіших інститутів суспільства визначає соціальну стабільність, забезпечує процес соціалізації, а також забезпечує здатність до відтворення демографії населення в нових поколіннях. Водночас сім'я – це мала соціальна група, що вважається найбільш стабільною й згуртованою серед усіх інших соціальних груп.

Сім'я – «соціальна група з осіб, які зазвичай перебувають у шлюбі, їхніх дітей та інших осіб, або їх самих, дітей та без інших осіб, поєднаних родинними зв'язками з подружжям, родичів, і здійснює свою життєдіяльність на основі спільного економічного, побутового, морально-психологічного укладу, взаємної відповідальності, виховання дітей» [2, с. 394].

Нині спостерігається стійка тенденція збільшення показників сімейних криз у сучасних сім'ях як фактор нестабільності суспільства, що зумовлено низкою причин: пандемія Covid-19, повномасштабна війна російської федерації проти України тощо. В умовах суперечливої соціальної реальності, яка характеризується нестабільністю, змінюваністю, ризиком прийняття відповідальності члена сім'ї на себе тощо, постає проблема пошуку факторів подолання сімейних криз подружжям. Одним з таким факторів є особистісна зрілість подружжя як головна та неодмінна умова успішного майбутнього функціонування сім'ї [8].

Питання проблеми особистісної зрілості різноаспектно представлено в дослідженнях А. Маслоу, К. Роджерса; К. Юнга, Г. Олпорта, К. Абульханової-Славської, Л. Анциферової, О. Бодалева, Д. Леонтьєв, А. Реана та ін. Сучасні дослідження вітчизняних вчених (М. Боришевського, С. Братченко, Ю. Гільбуха, О. Завгородньої, Л. Потапчук та ін.) присвячені розгляду феномену особистісної зрілості в психологічному аспекті.

У широкому розумінні дефініція «особистісна зрілість» визначається як «вищий рівень розвитку людини, пов'язаний з формуванням і стабілізацією у неї певних якостей» [1, с. 27]. На думку Г. Саллівена, зрілість визначається «не стільки біологічним віком людини, скільки рівнем розвитку її особистісних властивостей, готовністю приймати рішення з позиції зрілої особистості, у зв'язку з чим зрілість розглядається як здатність до досягнення, а не самі досягнення» [6, с. 190].

Особистісна зрілість проявляється в багатьох сферах життя, зокрема й в сімейних стосунках. Суспільство історично встановило обмеження на поведінку на основі хронологічного віку (наприклад, голосування та обмеження водіння) як традиційної міри зрілості. Проте, в сімейних стосунках вік і зрілість не обов'язково є тотожними. Натомість, успішність подружніх стосунків або загибель відносин залежить від ступеня зрілості подружжя. Тому важливо розуміти, як зрілість впливає на здібності людини розуміти певні концепції та застосовувати навички, що необхідні для формування та підтримки здорових стосунків. Зрілість відіграє важливу роль у здатності людини приймати відповідальність за власні думки, почуття та поведінку. Вона



впливає на здатність людини контролювати та керувати різними емоціями (тривога, розчарування тощо), відчувати думки партнера [9].

У будь-якій сім'ї трапляються конфлікти і це є нормальним явищем. Але благополуччя сім'ї великою мірою залежить від відсутності, наявності, частоти та тривалості сімейних конфліктів, що проявляються через невербальне та вербальне спілкування. Маркером психологічного здоров'я сім'ї є наявність певних суперечок і розбіжностей.

Сімейна криза – це інтенсивність конфлікту (від лат. *conflictus* – зіткнення) зіткнення протилежних інтересів, поглядів; серйозна розбіжність, гостра суперечка» [4, с. 280]. У психологічних дослідженнях виявлено, описано та вважається нормальним наявність кількох сімейних криз протягом тривалого подружнього життя. Проблема полягає у допомозі у вирішенні кризи та гострого конфлікту задля уникнення розлучення подружньої пари.

Кризова ситуація в сім'ї може бути однією з причин виникнення інтенсивних конфліктів та може призвести до психоемоційної напруги між подружжям.

Ключовими аспектами особистісної зрілості подружжя, що відіграють важливу роль у вирішенні сімейних конфліктів, є емоційна самостійність, емпатія, комунікаційні навички, гнучкість і толерантність, здатність до саморозвитку, взаємна повага та підтримка, здатність до компромісу. Саме ці аспекти визначають здатність подружжя адаптуватися до змін та ефективно взаємодіяти в процесі розв'язання конфлікту [7, с. 181].

Виділяються *шість типів або рівнів зрілості*, що сприяють успішному подоланню сімейних криз в подружньому житті: *фізична, розумова, соціальна, духовна, емоційна і фінансова зрілість*.

Зрілість подружньої пари пов'язана з індивідуальними особливостями особистісної структури кожного з подружжя.

Особистісна зрілість визначається

- ступенем розвиненості почуття відповідальності;
- потребою турбуватися про партнера та членів сім'ї;
- здатністю до активної участі в суспільному житті;
- здатністю ефективного використання власних здібностей, знань, вмінь;
- психологічною близькістю з іншою людиною;
- вмінням конструктивно вирішувати різні життєві проблеми [5, с. 117].

Емоційна зрілість як невід'ємна складова особистісної зрілості характеризується ступенем

- відкритості власних емоційних переживань;
- усвідомлення особистих почуттів партнера та щирості їхнього прийняття;
- розвиненості емоційної сфери та емоційної саморегуляції;
- здатності проявляти власні почуття, емоції та діяти адекватно та відповідно до конкретної ситуації з урахуванням особистого досвіду [7, с. 182].

Успішне подолання сімейних крих залежить від ступеню *особистісної зрілості* подружжя, що проявляється у

- психологічній підтримці та терпимості до недоліків партнера;
- вмінні пробачати;
- володінні прийомами саморегуляції власної поведінки;



- стилі спілкування;
- здатністю не зациклюватися на сімейних проблемах;
- соціальній взаємодії з членами сім'ї
- прагненні до піклування, розвитку та виховання дітей [3, с. 92].

Отже, в контексті подолання сімейних криз фактор особистісної зрілості подружньої пари впливає на побудову взаємодії із соціумом, сімейний клімат взаємостосунків, стан перебігу сімейних криз та вирішення конфліктів. Зрілість впливає на здатність людини будувати міцні довготривалі стосунки та розуміти це зобов'язання як відмову від будь-якого іншого вибору партнера. Це, в свою чергу, визначає рівень довіри та надійності, що присутній у стосунках. Зрілість дозволяє подружжю розуміти індивідуальні інтереси партнера, шанувати їхню власну унікальність, підтримувати цілісність зобов'язань, відновлювати довіру в разі порушень домовленостей, а значить – успішно долати сімейні кризи.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Баранова С. В. Особистісна зрілість та відповідальність: соціально-психологічний аспект: монографія. Київ: Інтерконтиненталь-Україна, 2020. 364 с.]
2. Етимологічний словник української мови: в 7 т. / редкол.: О. С. Мельничук (гол. ред.) та ін. К. : Наукова думка, 2006. Т. 5 : Р- Т / укл.: Р. В. Болдирев та ін. 582 с.
3. Особистісна зрілість як проблема сучасної психології. Том 1: колективна монографія/ кол. авт.; наук. ред. Р. А. Козлов. Кривий Ріг. 2019. 220 с.
4. Приходько Ю. О., Юрченко В. І. Психологічний словник-довідник: навч. посіб., 4-те вид., випр. і доп. Київ: Каравела, 2020. 419 с.
5. Садчікова О.Г. Теоретичні аспекти вивчення особистісної зрілості. *Габітус*. 2020. Випуск 17. С. 116-120.
6. Сурякова М. В. Сім'я у системі цінностей сучасних українців. *Габітус*. 2022. Випуск 40. С. 189-193
7. Шаповал І. Особистісна зрілість: структурно-функціональний аналіз. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2021. Випуск 8. С. 179–185
8. Khoroshchak, K. (2020, January 28). What do modern families look like and how many people live alone - UN infographic. Zhittya. <http://surl.li/przzj>
9. Kruty, K., Koval, L., Vazhenina, O., Desnova, I., Zahnitko, A., & Popovska, O. (2022). Formation of Mastering Morphology Mechanisms and Word Formation in Children: Neuroscientific Research. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 13(4), 280-291. DOI: <https://doi.org/10.18662/brain/13.4/388>

Волкова Ю. М,

здобувачка 1 курсу другого (магістерського) рівня вищої освіти
освітня програма «Практична психологія»

Маріупольський державний університет, м. Київ

Науковий керівник:

Стуліка О. Б.,

канд. психол. наук, доцент, доцент кафедри практичної психології,

Маріупольський державний університет, м. Київ

**СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ КЛІМАТ ЯК ВАЖЛИВА
СКЛАДОВА ЕФЕКТИВНОЇ СЛУЖБИ ПРАВООХОРОНЦІВ**