



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



3. Гладуш В. А. Педагогіка здоров'я як основа розвитку потенціалу особистості: Колективна монографія/за заг. ред. Омельченко Л. В. Дніпро: Вид «Ліра ЛТД» 2020. С. 5-13.
4. Дослідження «Нова Українська школа» в 5-6 класах: виклики впровадження URL:<https://nus.org.ua/articles/45-vchyteliv-5-6-h-klasiv-ne-mozhut-poyasnyty-inshym-sut-reformy-nush-rezultaty-doslidzhennya/>
5. Психологічна платформа-каталог Resilience.help: веб – сайт. URL: <https://smartosvita.org/%D0%9D%D0%B0%D1%88%D1%96%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%94%D0%BA%D1%82%D0%B8/psykholohichna-stiikist/>

Пучина О. В.

к. психол. н., доцент кафедри практичної психології,
Мариупольський державний університет, м. Київ

СУТНІСТЬ ТА МЕТА НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ

Заходи з психологічної допомоги людині, що зазнала/зазнає травмівного впливу і переживає посттравматичні стресові та супутні розлади, реалізують підготовлені фахівці-психологи. Свою діяльність вони організують згідно нормативно-правових актів та правил прийнятих у межах професійної спільноти. Ці заходи спрямовані на відновлення оптимального фізичного, інтелектуального, психічного, психологічного і соціального рівня життєдіяльності особи [2; 3; 4; 5].

Сьогодні психологічна допомога стає все більш затребуваною. О. Бондаренко визначає: «Психологічна допомога – містке поняття, зміст якого складається з безлічі теорій і практик, що варіюються від специфічного застосування такого методу соціологічних обстежень, як глибинне інтерв'ю, до різноманітних технік соціально-психологічного тренінгу, понять та методів, що сходять до медичної психотерапії, без яких тонка жива тканина психолога-практика та його клієнта може легко зруйнуватися, а сама психологічна допомога перетвориться чи то на моралізування, чи то на просте висловлювання співчуття» [1, с. 4].

Аналізуючи такі поняття як «основні види діяльності практичного психолога» та «основні види психологічної допомоги», можна стверджувати, що перше з них є набагато ширшим, ніж інше. Тобто, діяльність психолога-практика може включати як власне психологічну допомогу особистості, так й інші її види: психологічну просвіту (просвітницьку діяльність), профілактичну роботу, прогнозування та моніторинг управлінського процесу в організаціях, психологічну експертизу тощо, – зазначає В. Панок [3, с. 38]. О. Бондаренко зосереджує увагу, з цього приводу на тому, що видами роботи психолога є не лише консультування та психотерапія (поза медичною допомогою), а й діагностика, корекція, профілактика та ін. [1, с. 14]. Та наводить сприятливі та несприятливі фактори взаємодії психолога і клієнта, що дає змогу оцінити перспективу успішності/неуспішності психологічної допомоги.

До сприятливих факторів віднесені:

1. Клієнт здоровий фізично та психічно.
2. Вік до 45 років.
3. Клієнт усвідомлює наявні проблеми та адекватно вмотивований у психологічній допомозі.



4. Клієнт готовий прийняти відповідальність у сумісній діяльності.
5. Не мав досвіду або мав позитивний досвід роботи з психологом.
6. Незначні скарги на відносини в родині.
7. Адекватна самооцінка, самоповага, рівень домагань.
8. Клієнт здатний впоратися зі стресом без регресивних та репресивних реакцій.
9. Психологічний запит ситуативний, форма адекватна змісту.
10. Клієнт – соціально зріла особистість (наявні освіта, професія).

До несприятливих факторів належать:

1. Клієнт має психіатричний діагноз, інвалідність.
2. Вік старший за 45 років, що ускладнює перенавчання і прийняття нового досвіду.
3. Клієнт не усвідомлює наявність в нього проблеми, невмотивований чи неадекватно вмотивований до роботи з психологом (наприклад, «спробую ще й з вами» або «пройти експеримент»).
4. Клієнт не готовий прийняти відповідальність у сумісній діяльності, заявляє «Робіть зі мною, що хочете», «Загіпнотизуйте мене, щоб я більше не страждав» тощо.
5. Клієнт мав негативний досвід роботи з психологом.
6. Значущі складності, дисгармонія в родині, скарги на суттєві порушення у відносинах з батьками.
7. Неадекватна самооцінка і самоповага, амбіційний рівень домагань
8. Клієнт не здатний адекватно впоратися зі станом стресу, алко- чи наркозалежний, агресивний, апатичний, з ідеями самозвинувачення.
9. Проблема клієнта застаріла, хронічна або в стадії загострення.
10. Соціально незріла особистість (дефекти в освіті, матеріальна залежність, інфантильність) [1, с. 41].

Вказані фактори не вказують на неможливість надання психологічної допомоги всім людям, які її потребують, а лише дають орієнтовну інформацію для психолога у виборі методів роботи.

Сутністю психологічної допомоги є надання фахової підтримки, спрямованої на поліпшення психоемоційного стану та психологічного благополуччя людини. Цей процес передбачає активну взаємодію між психологом і клієнтом з метою розуміння проблеми, виявлення шляхів її подолання, а також навчання клієнта ефективним стратегіям управління своїми почуттями, думками та поведінкою. Психолог, працюючи з клієнтом, використовує свої знання та досвід у галузі психології для аналізу його проблеми та допомоги в знаходженні раціональних та конструктивних рішень.

Психологічна допомога може бути надана у різних форматах, таких як індивідуальні консультації або групові сесії. За допомогою різноманітних психотерапевтичних підходів та методів, психолог сприяє розвитку свідомості та самоусвідомленню клієнта, що допомагає йому змінити негативні патерни мислення та поведінки.

Головною метою психологічної допомоги є досягнення психологічного благополуччя та підвищення якості життя людини. Це може включати покращення міжособистісних відносин, подолання тривожності, депресії або люті, підвищення самооцінки та самовпевненості, розвиток стратегій



саморегуляції та розуміння власних потреб. Завдяки психологічній допомозі, людина може отримати важливі інструменти для вирішення проблем, стикаючись з якими вона може стати більш міцною, адаптивною та комфортною в житті.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бондаренко О. Ф. Психологічна допомога особистості. Харків: Фоліо, 1996. 237 с.
2. Особливості стосунків «психотерапевт – клієнт» у сучасному соціокультурному середовищі: монографія / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос [та ін.]; за ред. З. Г. Кісарчук. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2017. 225 с. URL: <http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/708934>
3. Панок В. Г. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультації : навч. посібник / В. Г. Панок, Я. В. Чаплак, Я. Ф. Андреева / за заг. ред. В. Г. Панка, І. М. Зварича. Чернівці: Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 384 с.
4. Пучина О. В. Практика надання психологічної допомоги в онлайн форматі. Нова українська школа: результати та перспективи: збірник матеріалів V Міжнародної науково-практичної конференції 21 грудня 2023 року / за заг. редакцією О. А. Голюк, Київ: МДУ, 2024. С.144-147.
5. Occupational health and safety management - psychological health and safety at work - guidelines for managing psychosocial risks. Geneva: International Organization for Standardization; 2021 <https://www.iso.org/obp/ui/#iso:std:iso:45003:ed1:v1:en>

Роменська К. Ю.

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

Маріупольський державний університет, м. Київ

Науковий керівник :

Голюк О. А.,

к. пед. наук, доцент, завідувач кафедри педагогіки та освіти,
Маріупольський державний університет, м. Київ

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ПІДЛІТКІВ У ЦЕНТРАХ ДИТЯЧОЇ ТА ЮНАЦЬКОЇ ТВОРЧОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Професійна діяльність практичного психолога в позашкільному закладі в умовах воєнного стану набуває особливого значення та важливості. В таких складних періодах люди, особливо діти й молодь, можуть відчувати значний психологічний стрес, страх та тривогу через загрозу або конфліктні ситуації, що їх оточують. На думку чималої кількості науковців, емоційна сфера дітей у підлітковому віці є найбільш чутливою. «Це зумовлено тим, що саме протягом даного періоду у емоційно-почуттєвій сфері відбуваються радикальні зміни, пов'язані із внутрішніми закономірностями розвитку психіки дитини. Подібні радикальні зміни торкаються практично усіх аспектів розвитку і взаємовідносин дітей-підлітків з навколишнім середовищем, а також дають можливість сформувати нові почуття і реакції на певні події чи явища. Однак такі зміни можуть набувати не лише позитивного, але й негативного характеру [1, с. 60]. Підлітковий період є складним етапом у процесі особистісного розвитку, що відрізняється різномірними характеристиками