

Маріупольський державний університет

ПРОГРОМАДСЬКИЙ ВЕКТОР УНІВЕРСИТЕТСЬКОЇ ОСВІТИ У ВИКЛИКАХ СЬОГОДЕННЯ

**Збірник матеріалів
Міжнародної науково-практичної
конференції**



Київ - 2025

Прогромадський вектор університетської освіти у викликах сьогодення: збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції, 24 квітня 2025 року / за заг. ред. О.А.Голюк. Маріуполь: МДУ, 2025. 401 с.

Редакційна колегія:

Блашкова О.М., кандидат педагогічних наук, в.о. завідувача кафедри практичної психології Маріупольського державного університету

Голюк О.А., кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри педагогіки та освіти Маріупольського державного університету

Грошовенко О.П., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки та освіти Маріупольського державного університету

Деснова І.С., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри практичної психології Маріупольського державного університету

Задорожна-Княгницька Л.В., доктор педагогічних наук, професор кафедри педагогіки та освіти, декан психолого-педагогічного факультету Маріупольського державного університету

Крутій К.Л., доктор педагогічних наук, професор кафедри дошкільної освіти Маріупольського державного університету

Мірошніченко В.М., доктор наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри педагогіки та освіти Маріупольського державного університету

Поповська О.А., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри дошкільної освіти Маріупольського державного університету

Присяжнюк Л.А., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки та освіти Маріупольського державного університету

Хаджинова І.В., старший викладач кафедри педагогіки та освіти Маріупольського державного університету

Рекомендовано до друку Вченою радою психолого-педагогічного факультету
Маріупольського державного університету
(протокол № 9 від 16 травня 2025 року)

Статті публікуються в авторській редакції



труднощів, наприклад, можуть виникати емоційна напруженість та розбіжності в очікуванні від партнера можуть стати причиною конфліктів [1].

Дівчата в пізньому юнацькому віці можуть переживати значні емоційні розриви у дружбі через високі вимоги до себе та партнера. Водночас конфлікти часто виникають через непорозуміння або через складність розмежування дружніх і романтичних почуттів. У цьому віці відбувається активний процес ідентифікації зі своїми подругами, що може призводити до високої емоційної залежності і водночас до її руйнування при виникненні будь-яких непорозумінь.

Конфліктність у пізньому юнацькому віці є важливим психологічним механізмом, що дозволяє індивіду розвиватися через боротьбу з зовнішніми та внутрішніми бар'єрами. Водночас, конфлікти можуть мати різні форми і джерела, залежно від специфіки міжособистісних взаємодій, соціальних ролей та розвитку ідентичності [4].

Дружба дівчат є ключовим елементом їхнього соціального світу, адже через цю дружбу вони не лише пізнають себе, але й навчаються конструктивно вирішувати конфлікти та взаємодіяти з іншими. Однак ця дружба є також джерелом численних суперечностей і напруги, що обумовлене специфічною емоційною інтенсивністю відносин.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ємельяненко Л. М. Конфліктологія: навч. посіб. Київ: КНЕУ, 2013. 256 с.
2. Москаленко В. В. Соціалізація особистості: Монографія. Київ. Фенікс, 2023. 540 с.
3. Панок В. Г. Психологія життєвого шляху особистості: моногр. Рудь. Київ: Ніка-Центр, 2006. 277 с.
4. Федоришин Г. М. Психологія становлення особистості у батьківській сім'ї. Івано-Франківськ. 2016. 174 с.

Шахов В.І.,

доктор педагогічних наук,
професор кафедри практичної психології,
Маріупольський державний університет

Джихур А.Р.,

здобувач вищої освіти,
Маріупольський державний університет

ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ У ВОЄННИЙ ЧАС

Період підліткового віку є критичним етапом становлення особистості, який характеризується емоційною нестабільністю, пошуком ідентичності, активним формуванням моральних переконань і системи цінностей. В умовах воєнного конфлікту цей вік супроводжується додатковими викликами: психологічною травматизацією, переживанням страху, втрати, тривоги, відчуттям небезпеки за себе та близьких. У таких обставинах особливої значущості набувають механізми



саморегуляції – внутрішні психологічні процеси, що забезпечують контроль за поведінкою, емоціями та мисленням.

До основних психологічних механізмів саморегуляції, що актуалізуються у підлітків у воєнний час, належать: емоційна саморегуляція (вміння усвідомлювати, приймати та керувати власними емоціями), когнітивна саморегуляція (здатність до раціонального аналізу ситуацій, усвідомленого прийняття рішень), мотиваційна саморегуляція (цілеспрямованість, прагнення до самозбереження та розвитку), а також поведінкова саморегуляція (контроль за імпульсами, реакціями, адаптація до змін середовища). Усі ці складові формуються під впливом як особистісних характеристик, так і соціального контексту.

В умовах воєнного часу ці механізми часто активізуються у відповідь на психотравмувальні фактори, зокрема втрату безпеки, зміну життєвого простору, розлуку з близькими або перебування у зоні підвищеного ризику. Саморегуляція в таких умовах є не лише засобом підтримки психічного здоров'я, а й основою для збереження соціальної активності, навчальної мотивації, моральної орієнтації та особистісної цілісності. Наприклад, здатність підлітка раціонально переосмислити негативний досвід, знайти опору у власних цінностях або звернутися за підтримкою, є проявом ефективної когнітивної й емоційної саморегуляції.

Окрім індивідуальних психологічних особливостей, суттєвий вплив на формування механізмів саморегуляції мають фактори мікросоціального середовища: родина, шкільне оточення, наявність підтримуючих дорослих, які сприяють формуванню стабільного емоційного фону та безпечної атмосфери. Наявність довірливих міжособистісних стосунків і позитивних соціальних моделей поведінки значно підвищує здатність підлітків до опанування внутрішньої тривоги, подолання фрустрації та ефективної саморегуляції у кризових ситуаціях.

Таким чином, розвиток психологічних механізмів саморегуляції у підлітків є багатофакторним процесом, який охоплює індивідуальну психологічну зрілість, соціальну підтримку та контекст подій. У періоди суспільних потрясінь, даний процес набуває особливої значущості, адже сприяє не лише адаптації, але й збереженню психологічної стійкості, формуванню життєстійкості та емоційного інтелекту.

Зауважимо, в умовах війни діти та підлітки змушені швидко адаптуватися до нових реалій, змінювати звичні форми поведінки, пристосовуватися до нестабільності, вимушеної міграції, втрати звичного соціального кола. Якщо рівень саморегуляції недостатній або порушений внаслідок стресу, це може призводити до емоційної дезадаптації, агресивних або відчужених реакцій, втрати навчальної мотивації, депресивних станів. У цьому контексті важливими є раннє виявлення таких проявів та цілеспрямована психологічна допомога.

Однак, навіть за складних умов воєнного часу, механізми саморегуляції можуть не тільки зберігатися, а й розвиватися. Завдяки підтримці родини, участі у волонтерських, громадських чи творчих ініціативах, психоемоційній допомозі та інклюзивному освітньому середовищу, підлітки здатні мобілізувати внутрішні



ресурси. Вони опановують стратегії подолання стресу (копінг-стратегії), такі як пошук соціальної підтримки, позитивна рефлексія, планування дій у кризових ситуаціях, а також вміння переключатися на конструктивну діяльність.

На думку сучасних дослідників І. Петухової, М. Заушнікової, Л. Клевець, важливим чинником саморегуляції є розвиток рефлексивності – здатності до аналізу власних переживань і вчинків. Це дає змогу підлітку не тільки краще розуміти себе, а й усвідомлювати причини тривоги чи страху, що, своєю чергою, знижує ризик імпульсивних або деструктивних реакцій. В умовах війни така усвідомленість сприяє внутрішньому зростанню, розвитку особистісної зрілості та емоційної стійкості.

Отже, психологічні механізми саморегуляції поведінки підлітків у воєнний час відіграють ключову роль у збереженні їхнього психічного здоров'я та адаптації до екстремальних умов. Формування і підтримка цих механізмів потребує комплексного підходу, який має включати не лише індивідуальну психологічну допомогу, а й створення безпечного й стабільного соціального середовища, у якому підліток зможе відчувати себе прийнятим, зрозумілим і важливим.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Петухова, І., Заушнікова, М., Клевець, Л. Способи зниження рівня тривоги населення в умовах війни. Вісник Національного університету оборони України. 2022. Випуск 68 (4). С. 123-129.
2. Тимошук Є. А., Бруяка І. С., Любомирський В. О. Роль інтуїції в структурі саморегуляції в умовах невизначеності. Наукові записки «Національного університету «Острозька академія». Серія: Психологія. 2022. № 15. С. 52-61.
3. Тривожність під час війни. Що допоможе заспокоїтися: веб-сайт. URL: <https://suspilne.media/211997-trivoznist-pid-cas-vijni-so-dopomoze-zaspokoitisa/>.

Філіпов М.О.,
здобувач вищої освіти,
Маріупольський державний університет
Науковий керівник: Шахов В.В., канд. психол. наук, доцент,
доцент кафедри практичної психології,
Маріупольський державний університет

ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ ПСИХОЛОГІЧНИХ ІНТЕРВЕНЦІЙ ДЛЯ ОСІБ, ЯКІ ВТРАТИЛИ ЖИТЛО ВНАСЛІДОК ВОЄННИХ ДІЙ

З початку повномасштабної збройної агресії Російської Федерації проти України понад 4 мільйони осіб стали внутрішньо переміщеними. Втрата житла, розрив соціальних зв'язків, відсутність стабільного середовища – це потужні травматичні чинники, які негативно впливають на психоемоційне благополуччя. За даними Міжнародної організації з міграції, 82% внутрішньо переміщених осіб (ВПО) відчувають потребу у психологічній підтримці [1, с. 17].