



Мукачівський державний університет
Кафедра психології
Поморський університет в Слупську
Малопольський державний університет імені Вітольда Пілицького в Освенцімі
Університет прикладних наук в м. Ельблонг
Пряшівський університет
Мукачівська міська рада
Волинський національний університет ім. Лесі Українки



Становлення особистості: персоногенетичний контекст

Збірник тез доповідей

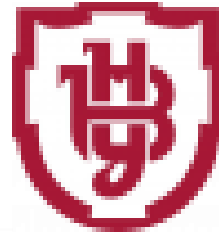
II Міжнародної науково-практичної
конференції

Україна, Мукачево
23-24 квітня 2024 р.

Ministry of Education and Science of Ukraine
Mukachevo State University
Department of Psychology
Mukachevo City Council
Volyn National University named after Lesya Ukrainka
Pomeranian Academy in Slupsk



 Akademia
Pomorska
w Slupsku



Personality Formation: Personogenetic Context

Collection of theses

Mukachevo
April 23-24, 2024

процесі навчання. Здатність розуміти та керувати власними емоціями, а також емпатія та ефективне спілкування з іншими є критичними компетенціями у сучасному світі. Тому важливо, щоб ЗВО надавали студентам можливості розвивати ці навички через спеціально розроблені курси та практичні завдання.

Нарешті, розширення міжкультурної компетентності також має важливе значення в умовах невизначеності. Глобалізація та міжнародна співпраця роблять сприйняття різноманітності культур та точок зору необхідним для ефективного функціонування в сучасному світі. Тому важливо, щоб навчальні заклади стимулювали студентів до розвитку цієї компетенції через обмін студентами, міжнародні програми обміну та спільні проекти з університетами з різних країн.

Зосередження на цих аспектах сприятиме більш успішній підготовці фахівців, які будуть готові працювати в умовах невизначеності та розвиватися в сучасному світі.

У підсумку, підготовка фахівців у ЗВО в умовах невизначеності вимагає глибокого перегляду підходів до навчання та використання інноваційних методів. Тільки так університети зможуть забезпечити своїм випускникам необхідні компетентності для успішного функціонування в сучасному визначеному непевністю світі.

Список використаних джерел

1. Іщенко А., Карпенко М. Українська система вищої освіти в умовах воєнної агресії рф: проблеми й перспективи розвитку. Національний інститут стратегічних досліджень
2. Корнєшук В. В. Конфлікт як соціально-педагогічна проблема. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Педагогічні науки*: збірник наук. праць. Миколаїв: МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2015. № 3(50). С. 115–118.
3. Федірчик Т. Професійно значущі якості викладача вищої школи як особистісна складова його педагогічного професіоналізму. *Молодь і ринок*. 2013. № 5(100). С. 77–83.

УДК 159.944.4-026.564:159.922.8(043.2)

ЯМЧУК Т. Ю.
к. психол.н., доцент
Мукачівський державний університет
ДОЛИНАЙ М.
здобувач спец. 053 «Психологія»
Мукачівський державний університет

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

В сучасних соціально-економічних умовах перед людиною на різних вікових етапах її життєвого шляху виникають неочікувані ситуації, як правило стресові, які вимагають адекватного і невідкладного їх опанування, підвищення здатності протистояти таким впливам без шкоди для здоров'я. Найбільш вразливими, інтолерантними до негативних зовнішніх впливів, схильними до

стресу є юнацька молодь. Юнацький вік характеризується стрімким розвитком і швидкими змінами особистості, що включають різного роду стреси.

Стрес – це захисна реакція організму на різні подразники, яка допомагає людині адаптуватися до умов, що часто змінюються.

Дослідження стресу, започатковане Г. Сельє, набуло подальшого розвитку у працях багатьох вчених, зокрема Р. М. Грановської, Т. Кокса, Г. Купера, Р. Лазаруса та інших. Значна кількість досліджень присвячена вивченню особливостей різноманітних стресових станів (Е. І. Бистрицька, Дж. Віткін, О. С. Копіна, Н. В. Самоукіна, В. А. Татенко, О. М. Черепанова), дослідженню професійного стресу (М. Борневасер, Дж. Грінберг, Г. Купер, Л. Леві).

В цілому розрізняють два види стресу: гострий, або еустрес, та хронічний, його ще називають дистресом. Еустрес активізує функціональні резерви організму, сприяє адаптації та, врешті-решт, ліквідації самого стресу. Еустрес нетривалий, завдяки чому організм активує свої системи для «збереження життя», але не встигає їх вичерпати. Дистрес – це «шкідливий» стрес, внаслідок якого вичерпуються захисні сили організму та зриваються механізми адаптації, організм слабшає, що призводить до розвитку різних захворювань. Здебільшого стрес виникає, коли важливі потреби людей залишаються незадоволеними. Саме дистрес є небезпечним для людини та її здоров'я.

Щоб зберегти фізичне та психічне здоров'я, важливо навчитися ефективно управляти стресом, розвивати стресостійкість. Вивчення проблеми стресостійкості, механізмів та засобів її формування належить науковцям Г. Васильченко, Н. Жигайло, В. Крайнюк, Т. Титаренко, А. Фомінова та ін. Проблему стресостійкості студентської молоді досліджували Л. Афанасенко, І. Мартинюк, Л. Омельченко, Т. Циганчук, А. Шамне, С. Яшник.

Науковці відзначають, що стресостійкість як властивість психіки відображає здатність особистості успішно здійснювати необхідну діяльність у різних життєвих ситуаціях.

Стресостійкість за Б. Х. Варданяну – це «властивість особистості, що забезпечує гармонійне ставлення між усіма компонентами психічної діяльності в емоційних ситуаціях і, тим самим, сприяє успішному виконанню діяльності».

Мигаль Г. та Протасенко О. пояснюють стресостійкість як здатність людини протистояти негативному впливу стрес-факторів, зумовлену індивідуальним комплексом вроджених та набутих психологічних і фізіологічних властивостей та процесів.

На думку Л. Афанасенко стресостійкість особистості пов'язана з пошуком ресурсів, індивідуальних можливостей для подолання негативних впливів стресових ситуацій, а саме: внутрішніх (комплекс психофізіологічних, індивідуально-особистісних та соціально-психологічних особливостей індивіда) і зовнішніх (характеристика середовища діяльності людини) чинники, що сприяють стійкості в стресогенних ситуаціях.

Хуторна М. Е. зазначає, що стресостійкість є психологічним утворенням, яке включає в себе особистісний компонент, що визначає розвиток вольової,

емоційно-регулятивної, мотиваційної функцій.

Церковський А. внутрішніми чинниками стресостійкості вважає: силу нервової системи, урівноваженість нервових процесів, їхню інертність та рухливість, темперамент, тривожність, гендерні особливості, мотивацію, установки особистості, самооцінку, індивідуальний стиль діяльності, стилі копінг-поведінки.

Отже, стресостійкість як інтегративна властивість особистості характеризується взаємодією поведінкових, емоційних, вольових, інтелектуальних і мотиваційних компонентів психічної діяльності людини та тих особистісних характеристик, що забезпечують оптимальне досягнення мети діяльності в складній емотивній обстановці. Всі вони проявляються через індивідуальний досвід особистості, адекватне емоційне реагування людини на стресори, компетентність у подоланні стресових навантажень.

Оскільки юнацький вік характеризується підвищеною емоційною збудливістю, реактивністю, то проблема стресостійкості в юності розглядається крізь призму психічної адаптації особистості, емоційної стійкості та здатності контролювати власну поведінку. Вчені стверджують, що у процесі подолання стресу кожна особистість юнацького віку використовує власні копінг-стратегії (тобто тактику поведінки), на основі уже набутого у неї особистісного досвіду й її психологічних ресурсів.

Список використаних джерел

1. Кравцова О. К. Стресостійкість особистості як психологічний феномен: основні теоретичні підходи. *Вісник післядипломної освіти. Серія: Соціальні та поведінкові науки*. 2019. Вип. 7(36). С. 98–117.
2. Корольчук В. М. Психологія стресостійкості особистості. Київ, 2009. 511 с.
3. Психологія стресостійкості студентської молоді / за заг. ред. В. Шмаргуна. Київ: Видавничий центр НУБіП України, 2018. 198 с.
4. Вплив хронічного стресу на здоров'я людини. URL: <https://suspilne.media/2033-vplivhronicnogo-stresu-na-zdorova-ludini/>.

САРАНЧА І. Г.	РОЛЬ КОВОРКІНГ-ЦЕНТРІВ У ФОРМУВАННІ ІННОВАЦІЙНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА СУЧАСНИХ УНІВЕРСИТЕТІВ	64
ШУЛЬГА Г. Б.	ОСОБЛИВОСТІ ДОВІРИ ДО ВИКЛАДАЧА ЗВО У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	66
ЩЕРБАН Т. Д., ДУДИНЕЦЬ Н., МЕЙСАРОШ Р.	СУТНІСТЬ ПІДГОТОВКИ НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ЗВО В УМОВАХ ВОЄННИХ РЕАЛІЙ	69
ЯМЧУК Т. Ю., ДОЛИНАЙ М.	ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ	70

СЕКЦІЯ 3.

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ФАХІВЦІВ В РЕАЛІЯХ СУЧАСНОСТІ

БАРЧІ Б. В., ЗИНЬКОВСЬКА О.	ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ФЕНОМЕН УСПІШНОЇ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ	73
БАРЧІЙ М. С., ДРАГУН О. В.	ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПЕДАГОГІЧНОГО СПІЛКУВАННЯ	75
ВАРГА В. С., БУРДЮХ В., ШВАРДАК І.	ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ФАХІВЦІВ: ВИКЛИКИ ТА СТРАТЕГІЇ В СУЧАСНИХ УМОВАХ	77
ГОПТА О., КОРНІЄНКО І. О.	СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК РЕСУРС ПОДОЛАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ	79
ДЕМИДА П., КОРНІЄНКО І. О.	КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ЯК ЧИННИК ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ТОРГІВЕЛЬНИХ ПРЕДСТАВНИКІВ У СУЧАСНИХ УМОВАХ	81
ДОЛИНАЙ М. І., ПЕТРИЧ С., ЯМЧУК Т. Ю.	ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИМ ОСОБАМ	83
КОЛОМІЄЦЬ Л. І.	ПРОФЕСІЙНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ В РЕАЛІЯХ СУЧАСНОСТІ	85
НЕМАШ Л. І.	ПРОФЕСІЙНА ІДЕНТИЧНІСТЬ ПСИХОЛОГІВ В УМОВАХ ВІЙНИ	87
ПОПОВА О. В., ВЛАСОВА І. В.	ЗБЕРЕЖЕННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я СОЦІАЛЬНОГО ПРАЦІВНИКА ПІД ЧАС РОБОТИ З ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИМИ ОСОБАМИ В ЧАС ВІЙНИ В УКРАЇНІ	89
ТРОЦКОВЕЦЬ К., КОРНІЄНКО І. О.	ПСИХОЛОГІЧНІ ВИКЛИКИ ШЛЮБНИХ СТОСУНКІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ: РОЛЬ І ПРОЯВИ	91



МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: www.msu.edu.ua

E-mail: info@msu.edu.ua, pr@mail.msu.edu.ua

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>