

професій до людини, які можуть стосуватися як особистісних рис, так і психофізіологічних особливостей, освітнього рівня. Також учні не володіють глибокою інформацією про соціально-економічні потреби свого регіону, мають загальні уявлення з цього приводу.

За шкалами «Уміння приймати рішення» та «Емоційне ставлення» у старшокласників показник 62,6%. Це означає, що в них частково розвинене вміння визначати та оцінювати альтернативи розвитку професійного шляху. Старшокласники розуміють відповідальність за наслідки свого рішення. У досліджуваних на середньому рівні розвинені здібності та сформовані навички, від яких залежить прийняття оптимальних рішень, а саме вміння працювати з інформацією, передбачливість щодо проблем та способів їх вирішення, проникливість, рішучість; делегування обов'язків, оцінювання можливих ризиків та прийняття за них відповідальності тощо. Результат за шкалою «Емоційне ставлення до ситуації вибору професії» свідчить про середній рівень зацікавлення та усвідомлення важливості професійного самовизначення старшокласниками. Цей показник охоплює як ставлення до різних варіантів вибору, так і до самого процесу планування, необхідності прийняття рішення, відповідальності за цей вибір, а також потреби проявляти активність і йти на компроміси.

Отже, професійне самовизначення є тривалим процесом, який не слід розглядати як одномоментний акт вибору професії. Воно триває протягом всього професійного життя людини і складається з прийняття низки рішень на різних етапах: вибір професії, навчального закладу, перекваліфікація тощо.

Існують різні підходи до періодизації етапів професійного самовизначення. Аналізуючи вікову динаміку процесу самовизначення у професійному плані, варто зазначити, що більшість дослідників приділяють особливу увагу віковим періодам, в яких знаходяться старшокласники. На процес професійного самовизначення впливає низка внутрішніх та зовнішніх чинників. Серед головних складових структури професійного самовизначення можна назвати уявлення особистості про професію, про самого себе та сформований образ про себе як фахівця – суб'єкта праці.

Результати емпіричного дослідження готовності старшокласників до професійного самовизначення свідчать про наявність у десятикласників уміння планувати своє професійне майбутнє та достатній рівень незалежності у своїх діях. Рівень зацікавленості у здійсненні професійного вибору та навички прийняття рішень у більшості досліджуваних на середньому рівні. Учням варто пізнавати більше ринок праці, професії та вимоги, оскільки результат за цією шкалою в них виявився найнижчим.

Перспективою даного дослідження є продовження емпіричного дослідження старшокласників за допомогою інших діагностичних інструментів та розробка тренінгової програми стимулювання професійного самовизначення з подальшим її впровадженням.

ЛІТЕРАТУРА

1. Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітка: монографія. К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2003. 340 с.
2. Вітківська О.І. Психологічні умови професійного самовизначення випускників середніх шкіл у процесі профконсультації: дис. канд. психол. наук: 19. 00. 07. Київ. 2002. 24 с.
3. Тарасюк І.П. Теоретичний аналіз проблеми періодизації професійного самовизначення. Гуманіт. вісн. Держ. вищого навч. закл. «Переяслав-Хмельниц. держ. пед. ун-т ім. Г. Сковороди». Педагогіка. Психологія. Філологія. Філософія: наук.-теорет. зб. Переяслав-Хмельницький, 2006. Вип. 10. С. 210-213.
4. Федоренко Л.П. Психологічні особливості професійного самовизначення випускників сільських шкіл: дис. канд. психол. наук: 19. 00. 07. Київ. 2020. 263с.

*Станічний Іван
Науковий керівник – доц. Свідерська Галина*

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПОДОЛАННЯ НЕГАТИВНИХ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Тривалий вплив війни та постійне переживання травматичних подій призводить до розвитку посттравматичного стресового розладу у постраждалих, а також домінування негативних емоційних станів. Ці стани супроводжуються значними порушеннями психічних,

поведінкових та соматичних процесів, створюючи труднощі в соціально-психологічній адаптації для травмованих осіб і важко піддаються корекції за допомогою психологічних методів. Це питання набуває особливої актуальності в умовах запиту сучасного українського суспільства на надання кваліфікованої психологічної допомоги великій кількості постраждалих через тривалу воєнну агресію та повномасштабне вторгнення військ російської федерації в Україну 24 лютого 2022 року, серед яких особливу увагу слід приділяти військовослужбовцям та ветеранам ЗСУ.

Вивчення науково-психологічної літератури дає змогу констатувати, що негативні психічні стани, які переживає людина, закономірно впливають на її поведінку в тих чи інших ситуаціях (О. Будницька [2], О. Ігумнова [4], В. Пархомович [6], В. Юрченко [8] та ін.). Показано, що професійна діяльність військовослужбовців, що здійснюється в умовах ризику і постійного стресу, є впливовим предиктором їх негативних психічних станів (О. Кокун, В. Клочков, В. Мороз [3] та ін.). Про те, як коригувати негативні психічні стани у військових, йде мова у працях Ю. Бриндікова [1], Л. Крimeць [5], О. Самойленко [7] та ін. Однак слід констатувати, що фрагментарність наукових досліджень не дала науковцям змоги виявити соціально-психологічні чинники подолання негативних психічних станів військовослужбовців.

Мета статті – обґрунтувати соціально-психологічні чинники подолання негативних психічних станів у військовослужбовців.

Теоретичний аналіз проблеми розвитку психічних станів, здійснений такими дослідниками, як О. Будницька [2], О. Ігумнова [4], В. Пархомович [6], В. Юрченко [8] та іншими, показав, що цей феномен розглядається з точки зору системного підходу як складне, інтегративне та багатоаспектне явище психічного життя особистості. Виникнення психічних станів обумовлене особливостями взаємодії між суб'єктом та ситуацією, основою якої є смислова система особистості. Серед зовнішніх чинників, що впливають на формування негативних психічних станів, виділяються соціально-психологічне середовище та соціальні умови розвитку і самоствердження особистості. Внутрішніми факторами формування негативних психічних станів є особистісні й індивідуальні характеристики людини. Для військовослужбовців специфіка службово-професійної діяльності виступає провокуючим чинником у розвитку негативних психічних станів, визначаючи їх перебіг, тривалість та інтенсивність.

Як зазначає Л. Крimeць, початок військової служби суттєво змінює соціальну ситуацію розвитку військовослужбовців, що пов'язано з новим середовищем та умовами професійної діяльності. У процесі дослідження чинників, що впливають на виникнення негативних психічних станів у військових, науковець ґрунтується на концепції особистісно-ситуаційної взаємодії, виділяючи дві групи факторів: зовнішні (об'єктивні) та внутрішні (суб'єктивні). За його твердженням, ці чинники діють одночасно й комплексно, що зумовлює вплив змін у довіллі, соціумі, тілі людини, а також індивідуальних особливостей і попередніх емоційних станів, які виявляються в актуальних психічних станах військовослужбовців [5].

О. Самойленко відносить до ключових чинників формування емоційної сфери в дорослому віці певні соціально-психологічні фактори розвитку та самоствердження військовослужбовців, а також їхню діяльність у ситуаціях, що становлять ризик для життя і здоров'я. Науковець пропонує поділяти чинники на внутрішні та зовнішні, причому внутрішні чинники включають особистісні фактори, що впливають на розвиток емоційної сфери військовослужбовців. Зовнішніми ж є всі умови зовнішнього впливу на людину, наприклад, соціально-економічні, інформаційні, екологічні та техногенні [7].

О. Кокун, В. Клочков та В. Мороз надають провідну роль у формуванні психічних станів військовослужбовців впливу соціального оточення (командирів і військового колективу), сімейним взаєминам та неформальним контактам із соціальним середовищем. Ці соціальні чинники визначають культуру вираження емоцій та поведінку відповідно до того, які існують моральні норми, право, традиції. Дослідники підкреслюють, що оточення має певний вплив на особистість, проте її актуальний стан і попередній досвід змінюють сприйняття та реакцію на ці впливи. Тому повторення тієї ж ситуації за інших внутрішніх умов може призвести до появи нового негативного психоемоційного стану [3].

Серед зовнішніх чинників, що впливають на формування і розвиток негативних психічних станів особистості, і зокрема, військовослужбовців, А. Будницька виділяє наступні: 1) глобальні – екологічні, соціально-економічні, інформаційні, техногенні проблеми, що ускладнюють задоволення базових життєвих потреб; 2) негативний вплив соціально-

культурних чинників і засобів масової інформації; 3) матеріальні труднощі; 4) проблеми у взаєминах у родині, сімейні конфлікти; 5) проблеми зі здоров'ям, необхідність лікування; 6) труднощі в адаптації до умов професійної діяльності; 7) соціально-психологічні труднощі – розлука з сім'єю і друзями, зміна кола спілкування та соціального оточення, інтеграція в новий колектив, необхідність вибудовувати новий статус у стосунках з іншими військовими; 8) професійні труднощі – висока інтенсивність роботи, значні психофізичні навантаження, недостатній рівень підготовки; 9) труднощі адаптації до нових умов професійної діяльності та різноманітних вимог командирів [2].

Ю. Бриндіков пояснює особливості психоемоційного стану військовослужбовців внутрішніми психологічними чинниками, які є складними для аналізу через їх багатогранність. Сукупність властивостей особистості, що формують її індивідуальний профіль, створює той "рельєф", який визначає специфіку прояву актуального психічного стану. Дослідник відносить до індивідуально-типологічних характеристик військовослужбовців, що безпосередньо впливають на розвиток негативних психічних станів, нейротизм — вроджену властивість нервової системи. Високий рівень нейротизму проявляється через надмірну нервовість, нестійкість, слабку адаптацію, схильність до швидкої зміни настрою, дратівливість, тривогу, почуття провини, ворожість, відчуженість, депресивні реакції та неуважність. Натомість низький рівень нейротизму може проявлятися у байдужості до почуттів інших, незважаючи на високу працездатність, організованість в стресових ситуаціях, зрілість, хорошу адаптацію та схильність до лідерства й комунікабельності [1].

В. Юрченко стверджує, що екстравертованість повинна бути основним фактором у подоланні негативних психічних станів особистістю. За словами вченого, екстравертовані військовослужбовці вирізняються комунікабельністю, прагненням до нових вражень і соціальних контактів, імпульсивністю, ініціативністю, гнучкістю поведінки, підвищеною руховою та мовною активністю, життєрадісністю. Такий тип особистості схильний до виникнення станів агресивності, збудливості, роздратованості та імпульсивності. Натомість інтроверти зосереджуються на внутрішньому світі, проявляють замкненість, сором'язливість, схильність до самоаналізу, рефлексії, планування дій та аналізу ситуацій. Вони менш товариські, більш контролюють почуття, мають високу чутливість, повільність у рухах і мовленні. Інтроверти зазвичай характеризуються тривожністю, дратівливістю, песимістичністю, пасивністю та вдумливістю [8].

В. Пархомович вважає мотиваційну сферу одним із ключових психологічних чинників попередження негативних емоційних станів у військовослужбовців. За його думкою, діяльність може бути стимульована як позитивною, так і негативною мотивацією. Позитивна мотивація — це мотивація досягнення успіху. Військовослужбовці з таким типом мотивації є активними, ініціативними, цілеспрямованими, вони схильні до планування та пошуку шляхів подолання перешкод, досягнення реалістичних цілей. Їхня продуктивність не залежить від зовнішнього контролю, і невдачі лише підвищують їхню мотивацію. З іншого боку, мотивація уникнення невдач базується на потребі уникнути зриву, осуду, покарання або сорому. Така мотивація викликана страхом невдачі і негативними очікуваннями щодо результатів діяльності, що підвищує емоційну нестабільність і сприяє виникненню негативних психічних станів у військовослужбовців [6].

О. Ігумнова вважає, що соціально-психологічні риси й якості сучасних військовослужбовців, такі як ступінь незалежності, відповідальності та активності у досягненні мети, значно впливають на їхню взаємодію з оточуючими. Вона виділяє локалізацію контролю над подіями як ключовий чинник. Дослідження показали, що інтернальність, тобто внутрішня орієнтація на контроль над подіями, може призводити до внутрішнього напруження, дезадаптації та розвитку комплексів негативних психічних станів у військовослужбовців. Водночас екстернальність, або зовнішня орієнтація, може виконувати роль захисного механізму, що сприяє подоланню цих негативних станів і знижує ймовірність їх виникнення [4].

Отже, вплив негативних психічних станів на військовослужбовців можуть бути як деструктивним, так і конструктивним. У деструктивному аспекті виявляється виражений негативізм, що супроводжується низьким рівнем розвитку механізмів саморегуляції. Це призводить до порушення міжособистісних стосунків, дезорганізації як психічної, так і професійної діяльності, зниження адаптації, формування негативних новоутворень індивіда, його невротизації, розвитку психосоматичних захворювань. У конструктивному плані

негативні психічні стани можуть активізувати внутрішні ресурси, спрямовані на подолання труднощів. Це може проявлятися в формуванні нових динамічних стереотипів, а також підвищенні пошукової активності та креативності під час вирішення складних ситуацій. Такі зміни сприяють переосмисленню і перебудові важливих смислів, формуванню нових знань, умінь, норм, цінностей та поведінкових моделей, що, в свою чергу, активізує механізми саморозвитку, саморегуляції та особистісного зростання військовослужбовців.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бриндіков Ю. Л. Реабілітація військовослужбовців учасників бойових дій в системі соціальних служб : теоретико-методичні основи : монографія. Хмельницький : Поліграфіст, 2018. 372 с.
2. Будницька О.А. Індивідуально-особистісні детермінанти емоційних переживань у психотравмуючих ситуаціях : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2019. 20 с.
3. Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій : метод. посіб. / О. М. Кокун, В. В. Клочков, В. М. Мороз та ін. Київ-Одеса : Фенікс, 2022. 128 с.
4. Ігумнова О. Б. Генеза негативних психічних станів у професійній діяльності. Психологія і суспільство. 2013. Вип. 3 (53). С. 110-115.
5. Основи формування психічної стійкості військовослужбовців у бойових умовах : підручник / за ред. Л. В. Кримець. Київ : НУОУ, 2022. 348 с.
6. Пархомович В.Б. Деструктивні емоційні стани. Черкаси : Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького, 2012. 444 с.
7. Самойленко О. О. Формування психологічної готовності мобілізованих військовослужбовців-прикордонників до ведення бойових дій : дис.... канд. психол. наук. Хмельницький, 2018. 309 с.
8. Юрченко В.М. Психічні стани людини : системний опис : монографія. Рівне : РДГУ, 2006. 574 с.

Карпа Іван

Науковий керівник – доц. Свідерська Галина

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ РОЗВИТКУ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ПІДЛІТКІВ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ

Комунікативна компетентність є однією з ключових складової успішної соціалізації підлітків, зокрема тих, хто має особливі освітні потреби. Вона включає здатність до ефективної взаємодії з іншими людьми, використання вербальних та невербальних засобів спілкування, а також розуміння соціальних контекстів комунікації. Для підлітків з особливими освітніми потребами розвиток комунікативної компетентності є особливо важливим, оскільки це впливає не лише на їхню здатність до соціальної інтеграції, але й на подальший успіх у навчанні та житті. Підлітки з ООП часто стикаються з труднощами у встановленні контактів, підтримці діалогу та розумінні соціальних ситуацій, що може призводити до ізоляції. Водночас розвиток комунікативної компетентності сприяє їх самостійності, впевненості у власних силах і формуванню позитивної самооцінки.

У психологічній науці велику увагу приділяли вивченню комунікативної компетентності підлітків. Зокрема, Н. Бабич обґрунтувала особливості формування комунікативних навичок у дітей з порушеннями зору та інтелекту як одна з умов їх успішної адаптації [1]. Н. Воронська розкрила зміст спілкування дітей з особливими потребами в закладах освіти [2]. І. Дорожко, О. Малихіна, Л. Туріщева показали умови розвитку комунікативних умінь дітей з ООП в умовах інклюзивного навчання [3]. Є. Карпенко розкрив специфіку організації тренінгу спілкування з дітьми [4]. Г. Остапенко проаналізувала спілкування та його фактори в підлітковому віці [5]. А. Турубарова запропонувала шляхи психокорекції розвитку комунікативних здібностей підлітків з особливими освітніми потребами [6]. О. Щуцька показала формування навичок соціальної комунікації в учнів з комбінованими порушеннями розвитку [7].

Як показує аналіз науково-психологічних досліджень різних аспектів проблеми комунікативної компетентності, сформованість означеного феномену розглядається як важливе джерело особистісного розвитку підлітків. Проте соціально-психологічні чинники розвитку