

МІНІСТЕРСТВО ЮСТИЦІЇ УКРАЇНИ
ПЕНІТЕНЦІАРНА АКАДЕМІЯ УКРАЇНИ

**ІНТЕГРАЦІЯ ТЕОРІЇ У ПРАКТИКУ:
ПРОБЛЕМИ, ПОШУКИ, ПЕРСПЕКТИВИ
В УМОВАХ ЄВРОІНТЕГРАЦІЙНИХ ПРОЦЕСІВ**

**INTEGRATION OF THEORY INTO PRACTICE:
PROBLEMS, SEARCHES,
PROSPECTS IN THE CONTEXT
OF EUROPEAN INTEGRATION PROCESSES**

Матеріали
Міжнародної науково-практичної конференції
(м. Чернігів, 22 листопада 2024 року)

У двох томах
Том 2

Чернігів 2024

УДК 378.147:[34+159.9+81`243]:341
I-73

Рекомендовано до друку вченою радою Пенітенціарної академії України (протокол № 14 від 27 грудня 2024 року).

Головний редактор:

Пузирний В. Ф., доктор юридичних наук, професор.

Редакційна колегія:

Аніщенко В. О., доктор педагогічних наук, професор;

Борисов О. О., доктор філологічних наук, професор;

Данильченко Т. В., доктор психологічних наук, професор;

Ніщимна С. О., доктор юридичних наук, професор;

Стівак В. В., доктор філософських наук, доцент.

I-73 Інтеграція теорії у практику: проблеми, пошуки, перспективи в умовах євроінтеграційних процесів : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Чернігів, 22 листопада 2024 р.) : у двох томах. Том 2 / голов. ред. В. Ф. Пузирний ; Пенітенціарна академія України. Чернігів : ПАУ, 2024. 428 с.

До збірника матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції увійшли публікації вітчизняних та зарубіжних учених і практиків, здобувачів вищої освіти, що присвячені актуальним питанням професійної підготовки, суспільного управління, проблемам національного та міжнародного права, психолого-педагогічним і соціальним методам роботи з особистістю, особливостям викладання іноземних мов, суспільно-економічним і культурним явищам як в Україні, так і за її межами.

Для наукових, науково-педагогічних працівників, практиків, здобувачів вищої освіти.

УДК 378.147:[34+159.9+81`243]:341

*За зміст публікацій і достовірність результатів досліджень
відповідальність несуть автори.*

Лук'яненко О. РОЛЬ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ У ПРОФІЛАКТИЦІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ ПІД ЧАС ВІЙНИ	279
Луценко В. ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ ПОДОЛАННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПЕРСОНАЛУ ДКВС УКРАЇНИ ПІД ЧАС ВІЙНИ	281
Марус Н. ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ ПОДОЛАННЯ ТРИВОЖНОСТІ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ПІД ЧАС ВІЙНИ	286
Марусенко С. АКТУАЛЬНІСТЬ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ РЯТУВАЛЬНИКІВ ПІД ЧАС ЕКСТРЕМАЛЬНИХ НАВАНТАЖЕНЬ У СПОРТИВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ	290
Миколаєнко М. ПСИХОЛОГІЧНИЙ КЛІМАТ СІМ'Ї ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ «Я-КОНЦЕПЦІЇ» В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ	294
Моїсеєнко В. ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПЕРСОНАЛУ ДКВС УКРАЇНИ	298
Муژیло Н. ГЕНДЕРНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ УВ'ЯЗНЕНИХ	302
Олійник М. ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА СУБ'ЄКТА ПРАВООХОРОННОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	306
Петросян М. СТРАТЕГІЇ ПІДТРИМКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ	310
Прищепя І. ОСОБИСТІСНА ЗРІЛІСТЬ ЯК НАСЛІДОК ПСИХОЛОГІЧНОЇ ТРАВМАТИЗАЦІЇ	315
Сеник А. ЗНАЧУЩІСТЬ ПСИХОЕМОЦІЙНОЇ ДОПОМОГИ СТУДЕНТСЬКІЙ МОЛОДІ В ПЕРІОД ВІЙНИ	319
Смірнова Т. ПОДОЛАННЯ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ДИСТРЕСУ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ	322
Станова А. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ДО УМОВ СІЗО УВ'ЯЗНЕНИХ З РІЗНИМ РІВНЕМ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ	325
Степаненко В. ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ РЕГУЛЯЦІЇ ЛЮДСЬКОЇ ПОВЕДІНКИ В СУСПІЛЬСТВІ	329
Сулківська А. ПСИХОЛОГІЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ СІМЕЙНОГО ЩАСТЯ ЯК ЧИННИКА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ	331
Трипта М. ОСОБЛИВОСТІ ЦІННІСНОЇ СФЕРИ ЗАСУДЖЕНИХ З РІЗНИМИ ТЕРМІНАМИ УВ'ЯЗНЕННЯ	335

Список використаних джерел

1. Корольчук М. С. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Київ : Ніка-Центр, 2006. 580 с.
2. Осадько О. Страх тривоги: специфіка психологічної допомоги. *Психолог.* 2004. № 13. С. 9–12.
3. Матвієнко О. Особливості прояву тривожності у дітей молодшого шкільного віку в умовах війни. *Освітньо-науковий простір.* 2024. № 6 (1). С. 76–85.
4. Богучарова О. Шкільні страхи шестирічок та їх запобігання завдяки поведінці опанування. *Практична психологія та соціальна робота.* 2002. № 5. С. 1–3.
5. Аландаренко Ю. Шляхи подолання : семінар-тренінг для вчителів молодших класів. *Шкільному психологу. Усе для роботи.* 2014. № 9. С. 26–30.

Світлана Марусенко,

ад'юнкту ад'юнктури

Національного університету цивільного захисту України;

науковий керівник: Діана Похілько,

кандидат психологічних наук, старший науковий

співробітник, провідний науковий співробітник

науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової

психології науково-дослідного центру

Національного університету цивільного захисту України

АКТУАЛЬНІСТЬ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ РЯТУВАЛЬНИКІВ ПІД ЧАС ЕКСТРЕМАЛЬНИХ НАВАНТАЖЕНЬ У СПОРТИВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

У професійній діяльності рятувальників трапляється низка несприятливих факторів, що впливають на організм і вимагають високого рівня психологічної стійкості та фізичної витривалості. Підготовка та участь у змаганнях постає додатковим викликом, адже вимагає від рятувальників, крім фізичної витривалості, вміння працювати в екстремальних умовах, мати емоційну стійкість, долати психологічні бар'єри, що є більш характерними для спортивної діяльності.

Аспекти психологічного забезпечення та супроводу досліджувалися такими науковцями: Коваль М. С., Коваль І. С., Бабелюк О. В., Гоцуляк Н. Є., Журавель А. П., Мушкевич М. І., Чередниченко Т. В. Однак досліджень, які б стосувалися психо-

логічного супроводу під час екстремальних навантажень у спортивній діяльності, поки недостатньо.

На цей час не розроблено чітких програм психологічного супроводу вказаної категорії осіб. Це робить актуальним питання психологічної підтримки і супроводу рятувальників під час підготовки та участі у змаганнях.

Психологічний супровід рятувальників є одним з важливих складових психологічного забезпечення у Державній службі України з надзвичайних ситуацій. Він являє собою комплекс заходів і підходів, спрямованих на підтримку і розвиток психічного стану та емоційного благополуччя особи в процесі виконання професійних обов'язків. Цей процес спрямований на забезпечення психологічного комфорту, підвищення працездатності та ефективності роботи, запобігання професійному вигоранню та розв'язання психологічних проблем, пов'язаних з робочою діяльністю [1].

Основними завданнями психологічного супроводу професійної діяльності рятувальників є:

1. Оцінка психологічного стану: аналіз і оцінка емоційного стану, стресових ситуацій та психологічних аспектів, пов'язаних з роботою.

2. Психологічна підтримка: надання професійної допомоги в управлінні стресом, розв'язанні конфліктів, стимулювання психічної стійкості та саморегуляції.

3. Розвиток професійних навичок: надання порад і тренінгів для покращення навичок управління часом, комунікації, ефективності роботи та інших аспектів професійного зростання.

4. Адаптація до змін: допомога в адаптації до нових робочих умов, змін у колективі чи структурі робочого процесу.

5. Консультування у сфері міжособистісних відносин: робота з комунікаційними навичками, розв'язанням конфліктів та покращенням взаємин у колективі.

6. Профілактика вигорання: розробка стратегій для запобігання професійному вигоранню та виявлення його ознак на ранніх стадіях [3].

Аналізуючи ситуацію спортивних змагань, можемо сказати, що однією з найголовніших характеристик заходу є висока сус-

пільна та особистісна значимість самого процесу боротьби, її результату, досягнення найвищого результату. Однак прагнення до вищих досягнень завжди пов'язане з максимальними фізичними і психічними навантаженнями, що іноді переважають можливості професійного спортсмена [2]. Виснажливі інтенсивні тренування та виступ на змаганнях певною мірою можуть негативно впливати на психологічний стан рятувальників: призводити до емоційного виснаження, психологічного вигорання, виникнення стану апатії та зниження мотивації.

Для спортивної діяльності характерними є:

а) яскраві та сильні емоційні переживання, що глибоко захоплюють особу спортсмена і суттєво впливають на його спортивну діяльність [2];

б) різноманітність емоційних переживань, що охоплюють різні за якістю емоції – від простих фізичних відчуттів, пов'язаних з м'язовою діяльністю, до глибоких етичних відчуттів, в основі яких лежить спільність інтересів, що об'єднують спортивний колектив у єдине ціле [2];

в) динамічність емоційних переживань під час спортивних змагань, швидкі переходи від одних відчуттів до інших, інколи протилежних за своїм характером. Цьому сприяє і динамічність самих спортивних змагань, що проходять з великою інтенсивністю і часто супроводжуються швидкими й різкими переходами від поразки до перемоги [2].

До основних аспектів психологічного супроводу рятувальників у ситуаціях екстремальних навантажень саме у спортивній діяльності можна додати такі:

1. Формування мотивації та постановка цілей: постановка реальних, досяжних цілей, підтримка мотивації на шляху їх досягнення.

2. Вдосконалення когнітивних навичок: тренування пам'яті, уваги, швидкості реакцій та обробки інформації, важливої для прийняття рішень в екстремальних умовах.

3. Тренування емоційної саморегуляції: формування навичок керувати емоціями у стресових ситуаціях для мінімізації та уникнення помилок під час нервового напруження.

4. Розробка індивідуальних програм відновлення після тренувань і змагань.

5. Організація та проведення колективних заходів для формування згуртованості команди, зміцнення командного духу, взаємопідтримки та позитивного мікроклімату в колективі.

6. Впровадження технік моделювання та візуалізації вправ, ситуацій та можливих сценаріїв змагань.

7. Формування навичок подолання невдач: розвиток стресостійкості, адаптації до невдач та сприйняття їх як досвіду, необхідного для розвитку.

Отже, особливості психологічного супроводу спортивної діяльності рятувальників полягають у комплексному підході, що охоплює: систематичний моніторинг психологічного стану; надання психологічної підтримки; розвиток професійних, спортивних та когнітивних навичок; формування навичок саморегуляції та управління стресом; допомога в постановці цілей і підтриманні мотивації. Такий підхід забезпечує успішну підготовку рятувальників для участі у змаганнях, запобігає емоційному виснаженню тощо.

Забезпечення психологічного супроводу рятувальників, які готуються до змагань, є важливим елементом не лише їхньої спортивної підготовки, а й збереження психічного здоров'я та професійної ефективності.

Список використаних джерел

1. Миронець С. М., Тімченко О. В. Негативні психічні стани рятувальників в умовах надзвичайної ситуації: монографія. Київ: Консультант, 2008. 232 с.
2. Шаріпова Д. С. Особливості психічної ригідності в системі емоційних переживань професійних спортсменів з кульової стрільби. // Психологія діяльності в особливих умовах: дисертація. Харків: НУЦЗ України, 2015. 235 с.
3. Радченко Г., Чердниченко Т. В. Особливості психологічного супроводу професійної діяльності пожежних-рятувальників в умовах воєнного стану. *Проблеми психології діяльності в особливих умовах*: матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Черкаси, 23 квітня 2024 р.). Черкаси: ЧПБ ім. Героїв Чорнобиля, 2024. С. 96–98.

Наукове видання

**ІНТЕГРАЦІЯ ТЕОРІЇ У ПРАКТИКУ:
ПРОБЛЕМИ, ПОШУКИ, ПЕРСПЕКТИВИ В УМОВАХ
ЄВРОІНТЕГРАЦІЙНИХ ПРОЦЕСІВ**

**INTEGRATION OF THEORY INTO PRACTICE:
PROBLEMS, SEARCHES, PROSPECTS IN THE
CONTEXT OF EUROPEAN INTEGRATION
PROCESSES**

Матеріали
Міжнародної науково-практичної конференції
(м. Чернігів, 22 листопада 2024 року)

У двох томах
Том 2

Відповідальні за випуск	А. С. Квітка, С. А. Нестеренко
Редактори літературні	Л. М. Сила, О. П. Махотко
Комп'ютерна верстка і макетування	Ю. О. Чайковський

Підписано до друку 06.01.2025 р. Формат 60×84/16.
Друк різнографія. Гарнітура Times New Roman. Ум. друк. арк. 24,88.
Тираж 100 пр. Зам. № 131(2)/24.

Редакційно-видавнича група Пенітенціарної академії України
14000, м. Чернігів, вул. Гонча, 34.
Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до Державного реєстру
видавців, виготовлювачів і розповсюджувачів видавничої продукції
серія ДК № 8016 від 23.11.2023 р.