

Львівський державний університет
внутрішніх справ

Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві

Збірник матеріалів
IV Всеукраїнської науково-практичної
конференції

18 жовтня 2019 року

Львів
2019

УДК 159.942.5;159.98.+316.613.5
П86

Рекомендовано до поширення через мережу Інтернет
Вченою радою Львівського державного
університету внутрішніх справ
(протокол від 25 вересня 2019 року № 2)

У к л а д а ч

З. Р. Кісіль,

доктор юридичних наук, професор,
декан факультету психології Львівського державного
університету внутрішніх справ

П86 **Психічне** здоров'я особистості у кризовому
суспільстві: збірник матеріалів IV Всеукраїнської науково-
практичної конференції (18 жовтня 2019 року) / уклад.
З. Р. Кісіль. Львів: Львівський державний університет
внутрішніх справ, 2019. 312 с.

Збірник містить тези доповідей та повідомлень матеріалів
Всеукраїнської науково-практичної конференції «Психічне
здоров'я особистості у кризовому суспільстві», яка відбудеться
18 жовтня 2019 року у Львівському державному університеті
внутрішніх справ.

У публікаціях українських учених та молодих науковців
розкрито актуальні проблеми психічного здоров'я особистості
сьогодення, а також задіяння й реалізації інноваційних методів
та технологій щодо його збереження у кризовому суспільстві.

Опубліковано в авторській редакції.

УДК 159.942.5;159.98.+316.613.5

© Львівський державний університет
внутрішніх справ, 2019

цію до збільшення кількісних показників і відповідає критеріям, які ставляться до криміналізації діянь.

Література

1. Велика українська юридична енциклопедія: у 20 т. Т. 11: Трудове право / редкол.: Прилипко С. М. (голова), Іншин М. І. (заст. голови), Ярошенко О. М. та ін.; Нац. акад. прав. наук України; Ін-т держави і права ім. В. М. Корецького НАН України; Нац. юрид. ун-т ім. Ярослава Мудрого. 2018. 776 с.: іл.
2. Лоренц К. Агрессия (так называемое «зло») / пер. с нем. М.: Прогресс, Универс, 1994. 272 с.
3. Heinemann, P. P. Mobbning-Gruppvåld bland barn och vuxna. Stockholm: Natur & Kultur, 1972. 192 p.
4. URL: <http://psyfactor.org/lib/bulling.htm>

О. Ю. Воронова,

*кандидат психологічних наук,
старший викладач кафедри психології
(Мукачівський державний університет)*

РЕФЛЕКСИВНИЙ КОМПОНЕНТ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я

Проблема психологічного здоров'я привертає увагу багатьох дослідників різних галузей науки і практики: філософів, медиків, педагогів, соціологів, психологів та ін. Водночас є підстави для твердження про її недостатню дослідженість у психології, що пов'язано з багатоаспектністю даного феномена.

Багато науковців намагалися дати визначення поняттю «здоров'я», серед них можна виділити Ю. Лісіцина, І. Брахмана, Є. Кудрявцева, Г. Апанасенко, Д. Венедиктова, Т. Бойченко, Н. Колотій, С. Максименко, Г. Балла. Вихід за межі визначення здоров'я як медичної категорії може бути пов'язаний з недостатністю спроб підвищити рівень здоров'я особи через акцент на формування лише фізичного і соматичного здоров'я. Співвідношення і оцінки означених понять – фізичного, соматичного, психічного, психологічного здоров'я, обговорювались у численних наукових працях [1, 9].

Іноді психологічне здоров'я описується як стан балансу між різними аспектами особистості людини (Р. Ассаджіолі), між потребами індивіда і суспільства, який підтримується постійними зусиллями (С. Фрайберг). Деякі дослідники розглядають психологічне здоров'я як процес життя особистості, в якому збалансовані рефлексивні, емоційні, інтелектуальні, комунікативні, поведінкові аспекти (Н. Гаранян, А. Холмогорова). Багато авторів роблять акцент на його функції: підтримання рівноваги між особистістю і середовищем, адекватна регуляція поведінки і діяльності людини, здатність протистояти життєвим труднощам без негативних наслідків для здоров'я (А. Петровський, М. Ярошевський, П. Бейкер).

Даний феномен вони трактують як багатофакторний конструкт, що являє собою складний взаємозв'язок культурних, соціальних, психологічних, фізичних, економічних, духовних факторів та залежить від впливу генетичної схильності, середовища та особливостей індивідуального розвитку.

Відповідно, модель психологічного здоров'я, може включати такі компоненти:

1. Аксіологічний компонент – усвідомлення людиною своєї цінності і унікальності, а також цінності й унікальності оточуючих. Особистість повністю приймає саму себе і при цьому визнає цінність і унікальність оточуючих людей.

2. Інструментальний компонент – володіння рефлексією як засобом самопізнання, здатністю концентрувати свідомість на самому собі, своєму внутрішньому світі та своєму місці у взаєминах з іншими.

3. Потребо-мотиваційний компонент – наявність у людини потреби в саморозвитку, тобто в особистісному зростанні. Людина повністю приймає відповідальність за своє життя.

4. Розвивальний компонент – наявність динаміки в розумовому, особистісному, соціальному, фізичному розвитку себе та інших людей.

5. Соціокультурний компонент – можливість успішно діяти, розвиватися в оточуючих соціально-культурних умовах, розуміти і взаємодіяти з людьми [2].

Розглянемо інструментальний компонент більш детально. У роботах сучасних учених із проблеми рефлексії це психічне утворення розглядається як переосмислення і перебудова

людиною своєї свідомості, ставлення до світу в цілому (С. Степанов, І. Семенов [8]), здатність до суб'єктного, незалежного від власних потягів управління своїм життям (В. Слободчиков, Є. Ісаєв [7]), «метамозок», системне і синтетичне утворення, яке здійснює саморегуляцію особистості та забезпечує її усвідомлене управління своїм життям (А. Карпов [3]) та ін.

Вчені підкреслюють, що рефлексія є механізмом інтегративного осмислення індивідуумом буття як єдиного цілого з одночасним виходом за межі цього буття. Відтак особистість набуває здатності суб'єкта, творця свого буття, стає автором творення і здійснення, реалізації проекту свого життєвого шляху.

У сучасній науці рефлексії відводиться надважливе місце в еволюції психіки людини. Вона розглядається як функція чи похідна свідомості, діяльності, особистості (це рефлексивні акти вищого рівня) [6]. Науковці вважають рефлексію не тільки центральним феноменом внутрішньої активності людини, а й, перш за все, базовим механізмом самоорганізації психічної активності, а отже, механізмом регуляції взаємодій людини у світі [6]. Такий механізм самоорганізації психіки (як рефлексія) дає можливість людині вивчати особливості прогнозування та проектування своєї діяльності.

Розуміючи рефлексію в найбільш широкому сенсі як механізм самоорганізації психіки, як центральний феномен внутрішньої (психічної) активності людини, дослідники відповідно розглядають рефлексію як базовий механізм самоорганізації психічної активності, тобто як механізм регуляції взаємодій людини зі світом (В. Зінченко, В. Лефевр, А. Шаров, Ю. Кулюткін, Г. Щедровицький). Ця – регулятивна функція рефлексії визнається більшістю вчених.

У працях С. Л. Рубінштейна, Д. О. Леонтьєва знаходимо (як вони підкреслюють) дві основні функції рефлексії: ціннісно-сміслового визначення життя, особливого регулятора поведінки та діяльності [5; 10]. Це й зрозуміло, адже рефлексія спрямована на пізнання власного «Я», що дозволяє людині усвідомити необхідність пошуку особистого сенсу життя; систему своїх ціннісних орієнтацій, установок і моральних норм; свої інтелектуальні сили й можливості; необхідність пошуку

свого місця в житті – такого, яке б дало можливість здійснити самореалізацію (самоактуалізацію, самоповагу) [4].

Таким чином, відіграючи важливу роль у житті кожної людини протягом усього її існування, даючи їй певні знання про себе саму та оточуючих її людей – рефлексія виконує: розвивальну, регулятивну, мотивуючу, пізнавальну, смислоутворюючу, стимулюючу, конструктивну, контрольну функції, що неодмінно впливає на стан психологічного здоров'я особистості.

Література

1. Воронова О. Ю. Професійна рефлексія як умова розвитку професіоналізму педагога. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві*: збірник тез III Всеукраїнської науково-практичної конференції (19 жовтня 2018 року). Львів, 2018. С. 90–94.
2. Галецька І. Психологічне здоров'я. *Психологія здоров'я: теорія і практика*. Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2006. С. 89–122.
3. Карпов А. В. Психология рефлексивных механизмов деятельности. М.: ИП РАН, 2004. 424 с.
4. Кулюткин Ю. Н. Рефлексивная регуляция мыслительных действий. *Психологические исследования интеллектуальной деятельности*. М.: МГУ, 1980. С. 37–51.
5. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. 2-е изд. М.: Политиздат, 1997. 304 с.
6. Лепский В. Е. Рефлексия в работах Г. П. Щедровицкого и В. А. Лефевра. Рефлексивный подход от методологии к практике / под ред. В. Е. Лепского. М.: Когито-Центр, 2009. 327 с.
7. Слободчиков, В. И. Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности: учеб. пособие для вузов / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. М.: Школа-Пресс, 1995. 384 с. *Педагогіка і психологія професійної освіти*, 2016, № 4. 106 с.
8. Степанов, С. Ю., Семенов И. Н. Психология рефлексии: проблемы и исследования. *Вопросы психологии*. 1985. № 3. С. 31–40.
9. Теория и практика формирования психического здоровья населения / Катков Л. Кастанай, 1998. 267 с.
10. Рубинштейн С. Л. Человек и мир. Проблемы общей психологии. М.: Педагогика, 1976. С. 253–381.

Зміст

Балашов Е. М. САМОРЕГУЛЬОВАНЕ НАВЧАННЯ І ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТІВ.....	6
Бамбурак Н. М. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ ПСИХІЧНОГО І ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ.....	10
Барко В. І., Остапович В. П. ГОТОВНІСТЬ КЕРІВНИКА ПОЛІЦЕЙСЬКОГО ПІДРОЗДІЛУ ДО ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПРАЦІВНИКІВ.....	13
Барчі Б. В. ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я: НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ПОСЛУГ НАСЕЛЕННЮ.....	18
Березовська Л. І. АДАПТАЦІЯ ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО СТУДЕНТСЬКОГО КОЛЕКТИВУ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	22
Білецька Т. В. ІДЕНТИФІКАЦІЙНІ КРИЗИ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ТРАНСФОРМАЦІЙНИХ ПЕРЕТВОРЕНЬ.....	25
Боброва Л. Г. ПОЗИТИВНА ПСИХОТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ.....	30
Бойко С. Т. ВПЛИВ ІНФОРМАЦІЙНОГО СТРЕСУ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ.....	34

Борисенко О. М.	
ВПЛИВ МАЙНДФУЛНЕС-ПРАКТИК НА ВПЕВНЕНІСТЬ У СОБІ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	37
Борисюк О. М.	
ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ СЛУЖБОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ.....	40
Бригадир М. Б.	
ПРОБЛЕМА ВИЗНАЧЕННЯ ПОКАЗНИКІВ ТА КРИТЕРІЇВ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я.....	44
Вавринів О. С., Яремко Р. Я.	
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГОТОВНОСТІ ДО РИЗИКУ МАЙБУТНІХ РЯТУВАЛЬНИКІВ.....	48
Василюк Н. М.	
ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ ЯВИЩА МОБІНГУ В ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ.....	50
Воронова О. Ю.	
РЕФЛЕКСИВНИЙ КОМПОНЕНТ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я.....	53
Галян І. М., Галян О. І.	
НЕВИЗНАЧЕНІСТЬ ТА СКЛАДНІСТЬ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЙ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ СМИСЛОЖИТТЄВОЇ СТІЙКОСТІ МОЛОДИХ ЛЮДЕЙ.....	57
Ганаба С. О.	
ЕВРИСТИЧНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ЛОГОТЕРАПІЇ В. ФРАНКЛА У НАДАННІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ УЧАСНИКАМ БОЙОВИХ ДІЙ.....	60
Гнатюк О. В.	
ПРОБЛЕМА ФОРМУВАННЯ І ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ В СУЧАСНІЙ ШКОЛІ.....	65



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/>