



Міністерство освіти і науки України  
Державний торговельно-економічний університет  
Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України  
*Лабораторія організаційної та соціальної психології*  
Державний податковий університет  
Київський національний університет будівництва і архітектури  
European Knowledge Development Institute (EUROKD)  
Birmingham Institute for Psychodrama  
EUROPEAN ASSOCIATION for SECURITY (EAS)  
University of Warmia and Mazury in Olsztyn (Poland)  
Uniwersytet Ekonomiczny w Poznaniu, Polska

# **ВЕКТОРИ СОЦІАЛЬНОЇ, ОРГАНІЗАЦІЙНОЇ ТА ЕКОНОМІЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ  
II МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

*(Київ, 17 лютого 2023 року)*

# **VECTORS OF SOCIAL, ORGANIZATIONAL AND ECONOMIC PSYCHOLOGY**

PROCEEDINGS OF THE  
II INTERNATIONAL SCIENTIFIC-PRACTICAL CONFERENCE

*(Kyiv, February 17, 2023)*



Київ 2023

**Міністерство освіти і науки України**  
**Державний торговельно-економічний університет**  
**Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України**  
**Лабораторія організаційної та соціальної психології**  
**Державний податковий університет**  
**Київський національний університет будівництва і архітектури**  
**European Knowledge Development Institute (EUROKD)**  
**Birmingham Institute for Psychodrama**  
**EUROPEAN ASSOCIATION for SECURITY (EAS)**  
**University of Warmia and Mazury in Olsztyn (Poland)**  
**Uniwersytet Ekonomiczny w Poznaniu, Polska**

## **ВЕКТОРИ СОЦІАЛЬНОЇ, ОРГАНІЗАЦІЙНОЇ ТА ЕКОНОМІЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

**ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ**  
**II МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ**

*(Київ, 17 лютого 2023 року)*

## **VECTORS OF SOCIAL, ORGANIZATIONAL AND ECONOMIC PSYCHOLOGY**

**PROCEEDINGS OF THE**  
**II INTERNATIONAL SCIENTIFIC-PRACTICAL CONFERENCE**

*(Kyiv, February 17, 2023)*

**Київ 2023**

**Розповсюдження і тиражування без офіційного дозволу ДТЕУ  
заборонено**

УДК: 316.6:159.9.07(043.2)

В 26

**Вектори** соціальної, організаційної та економічної психології [Електронне видання] : тези доп. II Міжнар. наук.-практ. конф. (Київ, 17 лют. 2023 р.) / відп. ред. С. М. Миронець. – Київ : Держ. торг.-екон. ун-т, 2023. – 404 с. Укр. та іноземними мовами.

ISBN 978-966-918-074-2

DOI: 10.31617/k.knute.2023-02-17

У тезах доповідей II Міжнародної науково-практичної конференції «Вектори соціальної, організаційної та економічної психології» висвітлено актуальні питання соціальної, економічної та організаційної психології; надано практичні рекомендації щодо формування соціально-психологічного благополуччя та збереження професійного здоров'я працівників організацій; розглянуто передові технології подолання кризових станів в умовах війни.

Тези доповідей II Міжнародної науково-практичної конференції розраховані на наукових працівників у галузі психології, соціології, педагогіки, викладачів, аспірантів, студентів, а також на практичних психологів, соціальних педагогів, соціологів і соціальних працівників.

Матеріали друкуються в авторській редакції. За зміст матеріалів відповідають автори.

**УДК: 316.6:159.9.07(043.2)**

**Редакційна колегія:** А. А. Мазаракі, ректор, д-р екон. наук, проф.; С. М. Миронець (відп. ред.), д-р психол. наук, доц., завідувач кафедри психології; О. І. Міняйло, канд. екон. наук, доц., декан факультету економіки, менеджменту та психології; О. В. Войтенко (відп. за вип.), канд. психол. наук, доцент кафедри психології.

ISBN 978-966-918-074-2

© Державний торговельно-економічний університет, 2023

<b>Лізун А.</b> Психологічні професійно важливі якості особистості як складові побудови кар'єрної спрямованості військовослужбовців .....	151
<b>Манойло В.</b> Організація професійно-психологічного відбору особового складу до військових частин Держспецтрансслужби під час воєнного стану .....	155
<b>Мартиненко О.</b> Соціально-економічні, психологічні та педагогічні чинники обрання молоддю професій .....	157
<b>Мартинюк І.</b> Самоосвіта як чинник адаптації особистості в умовах кризового стану суспільства .....	162
<b>Маслюк А.</b> Врахування психологічних особливостей українців в умовах кризового стану суспільства .....	165
<b>Миронець С.</b> Особливості роботи кризового психолога в умовах екстремальних викликів.....	168
<b>Мозговий В.</b> Психологічна допомога військовослужбовцям у подоланні тривоги під час виконання завдань за призначенням .....	173
<b>Мостова І.</b> Соціально-психологічні чинники адаптації студентів 1 курсу закладу вищої освіти до умов дистанційного навчання.....	178
<b>Науменко Н., Корольчук М.</b> Загальна характеристика профілактики негативних психічних станів у підприємців .....	182
<b>Овсяннікова Я.</b> Психологічна реабілітація учасників бойових дій засобами арттерапії .....	186

9. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк, А. Ф. Косенко, Т. І. Кочергіна ; заг. ред. М. С. Корольчука. К. : Фірма «Інкос», 2002. 272 с.
10. Tkalych, M., Snyadanko, I., Guba, N., Zhelezniakova, Yu. (2020) Social and psychological support for personnel in organizations: work-life balance programmes. *Journal of Intellectual Disability – Diagnosis and Treatment*, Vol. 8, # 2, pp. 159-166 <https://doi.org/10.6000/2292-2598.2020.08.02.10>
11. Voitenko O. Emotional burnout as a result of professional stress in the work of managers (in the context of self-actualization). *Journal of Behavior Studies in Organizations*, 2020 (3), 5–12 Index Copernicus.

**УДК 159.9**

**Овсяннікова Яніна,**

**канд. психол. наук,**

**старш. наук. співроб.,**

**старший науковий співробітник навчально-наукової лабораторії**

**екстремальної та кризової психології науково-дослідного центру,**

**Національний університет цивільного захисту України**

## **ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ ЗАСОБАМИ АРТТЕРАПІЇ**

Війна залишає свій відбиток на всіх сферах життєдіяльності людини.

Перебування в зоні бойових дій може кардинально змінити людину і зазвичай ці зміни відбуваються не найкраще. Деструктивний вплив війни проявляється не лише у фізичних втратах, а й у соціальній дезорієнтації, втраті соціальних контактів, цілісності Я та сприйняття особистістю самого себе як військовослужбовця. Без належної психологічної реабілітації таким людям важко повернутися до мирного життя та своєї соціальної ролі в суспільстві.

На жаль, найпоширеніше зняття стресу в учасників бойових дій відбувається за допомогою алкоголю або інших психотропних речовин, а це лише посилює і збільшує проблему та депресію [1].

Для того, щоб люди могли нормально адаптуватися до цивільного життя, вони повинні пройти курс психологічної реабілітації, або отримати кваліфіковану психологічну допомогу.

Провідні психологи відзначають, що з учасниками бойових дій досить складно вибудувати повноцінний терапевтичний процес,

бо вони думають, що час все вилікує, і зазвичай все тримають у собі, або покидають терапію завчасно. Війна деструктивно впливає на психологічне здоров'я, а потреба у фаховій психологічній допомозі зростає з кожним днем. Що більше, вже сьогодні існує потреба в більш глибокій та комплексній психотерапії не лише для учасників бойових дій, а й для їх сімей [2, с. 194].

Ми вважаємо, що під час психологічної реабілітації з учасниками бойових дій, повинні використовуватись лояльні методи психологічної корекції, зокрема методи арттерапії.

Оскільки, на сьогодні методи арт-терапії є провідними методами психотерапії у роботі з військовослужбовцями та особами, що отримали психологічну травму [3]. Методи арттерапії, які використовуються в комплексі реабілітаційних заходів здатні позбавити людину негативних почуттів, підняти настрій та допомогти побудувати нові моделі життя.

Ці методи оминають свідомість особистості та впливають на несвідому частину травми людини. Вони дозволяють м'яко витягнути на поверхню те, що насправді заважає звільнитися від страждань та жити гармонійно, бути щасливим.

Оскільки арттерапія зарекомендувала себе як ефективний метод роботи із психологічною травмою, то ми його активно використовуємо в соціально-психологічних тренінгах із представниками ризиконебезпечних професій. Так, за допомогою арттерапевтичних методів виходить досить м'яко, ненав'язливо та поступово працювати з такою темою як «Стрес». Тобто працювати зі складною та болісною для людини темою, при цьому не завдаючи їй шкоди.

Під час проходження психологічної підготовки до виконання завдань за призначенням в осередку надзвичайної ситуації, а також після виконання завдань у складних та нестандартних ситуаціях пропонуємо наступну комплексну роботу зі стресом.

Хочемо зауважити, що даний комплекс проводиться після встановлення тісного психологічного контакту та довірливих відносин між тренерами та групою.

Комплекс складається з 4 основних етапів роботи:

**Перший етап:** введення учасників групи у стан емоційної напруги.

Стан стресу дозволяє людині швидше приймати рішення, але при цьому швидко виснажує її життєву енергію.

Зазвичай в повсякденному житті людина помічає за собою, що вона перебуває у стані стресу вже після його завершення або тривалого перебування в цьому стані. Тобто людина усвідомлює свій стрес

постфактум. Якщо навчити людину оперативно визначати свій емоційний стан, то людина може швидше реагувати на зняття емоційної напруги для стабілізації свого загального психічного стану.

Отже, першою вправою у цьому комплексі є вправа, яка спрямована на виникнення емоційної напруги.

**Другий етап:** усвідомлення та фіксація особистісної емоційної напруги.

Ведучий пропонує набір карток із базовими кольорами. З усього спектра кольорів учасникам необхідно вибрати тільки один, який відображає їх внутрішній стан емоційної напруги.

Після того, як буде обраний колір «стресу», ведучий пропонує фігури людини, зроблені з паперу форматом А4 (чоловіча і жіноча фігури). Обраного «чоловічка» ведучий пропонує розмалювати. Розмалювати таким чином, щоб були зазначені ті області тіла, в яких людина відчувала максимальне напруження та дискомфорт, як емоційно так і фізично. Ведучий зазначає, що розмалювати необхідно тим кольором, який був обраний в якості базового кольору «стресу».

Після того як завдання з розмалювки завершено, людині необхідно проаналізувати виконану роботу і розповісти, в яких частинах тіла акумулювалось психоемоційне та фізичне напруження. У процесі виконання такого завдання людина приходить до усвідомлення і розуміння того, де живе її «стрес». Які частини тіла вимагають найбільшої уваги, і як саме змінюються її відчуття під впливом стресу.

Наступним етапом цього комплексу є надання учасникам тренінгу набору технік і методик, які спрямовані на розвиток довільної регуляції свого емоційного та фізичного стану.

**Третій етап:** проходження технік стабілізації психоемоційного та фізичного стану.

Тренер пропонує групі опанувати та врівноважити дихання, м'язове напруження та стиснення. Обов'язково слід попередити групу, що опанування навичок свідомого контролю дихання та м'язової релаксації потребує часу, і з першого разу може все не вийти, але це не привід зупинитися і не продовжувати вчитися. Поступово навички контролю дихання стануть автоматичними, і саме дихання зробиться автоматичним регулятором емоційного стану організму (не дозволить емоціям «зашкалювати», переповнювати людину).

**Четвертий етап:** ресурс. Ресурс, який надасть можливість ефективно справлятися зі стресовими ситуаціями, які виникають в їхньому житті. Тренер проводить вправу на виявлення ресурсів особистості.

Таким чином, можна екологічно, нетравматично працювати з особистісними болісними питаннями, вчитися, пізнавати та проявляти себе, опановувати та використовувати свої приховані можливості й ресурси.

Можна сказати, що арттерапія має бути використана у психологічній реабілітації воїнів.

Отже, арттерапія надає можливість взаємної емоційної підтримки під час нестабільного емоційного стану. У процесі роботи з особистісними комплексами групова арт-терапія служить подоланню відчуття соціальної ізоляції та застою.

Слід зазначити, що у процесі творчого самовираження можливий вибуховий викид сильних емоцій, що вимагає спеціальної підготовки психолога. Завдяки використанню методу арттерапії активізуються два механізми психокоригуючого впливу: реконструкція психотравмуючої ситуації в особливій символічній формі та її вирішення шляхом перебування на основі творчих здібностей.

### **Список використаних джерел**

1. «АРТ постріл» – проект реабілітації бійців АТО та їх родин засобами мистецтва. URL: <http://555art.org.ua/news/art-postril/art-postril-blagodiinyi-volonterskyi-proekt-reabilitatsii-biitsiv-ato-ta-yikh-rodynzasobamy-mystetstva/>.
2. Коваль П. Арт-терапія – важливий засіб реабілітації. *Науковий вісник МНУ імені В. О. Сухомлинського. Педагогічні науки*. 2017. № 3 (58). С. 193–197.
3. Реабілітація воїнів АТО через мистецтво. URL: <http://www.dobrodel.org.ua/project/596/>.

**УДК 159.947**

**Олефір Валерій,**

*д-р психол. наук, доц.,*

*завідувач кафедри загальної психології,*

*Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна*

### **САМОКОНТРОЛЬ ЯК МЕДІАТОР У ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ МІЖ ЕМОЦІЙНИМ ДИСОНАНСОМ ТА ЕМОЦІЙНИМ ВИСНАЖЕННЯМ**

В останні роки в центрі уваги організаційних психологів опинилися питання емоційної праці, у якій вираз організаційно бажаних емоцій є частиною роботи. Емоційна праця виникає, коли доводиться працювати з людьми. Вона відноситься до якості взаємодії між співробітником та особою, яка взаємодіє зі співробітником. Емоційна