

**ПСИХОЛОГІЧНІ ФАКТОРИ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА ПРОЦЕС
САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ (ТА II ЧАСТКИ САМОНАВЧАННЯ)
НАЧАЛЬНИКІВ КАРАУЛІВ ОПЕРАТИВНО-РЯТУВАЛЬНИХ СИЛ
ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ**

С.В. Мороз

Здобувач другого рівня вищої освіти навчально-наукового інституту
управління і безпеки населення

НК – Л.О. Гонтаренко, доцент, кандидат психологічних наук, доцент
Національний університет цивільного захисту України
м. Черкаси

Сучасні умови професійної діяльності вимагають від начальників караулів оперативно-рятувальних сил цивільного захисту, не лише високої професійної підготовки, а й здатності до самонавчання, саморозвитку, швидкого прийняття рішень, психологічної стійкості та навчання підлеглих. Умови екстремальних ситуацій, у яких вони працюють, сприяють як прискоренню їхньої самоактуалізації, так і виникненню психологічних бар'єрів на цьому шляху. Високий рівень психологічної готовності цих фахівців є запорукою ефективності роботи всієї команди, оскільки їхня здатність до саморозвитку безпосередньо впливає на ухвалення рішень у кризових ситуаціях. Однак процес самоактуалізації може бути ускладнений різноманітними внутрішніми та зовнішніми бар'єрами, що потребує аналізу та розробки відповідних стратегій їх подолання.

Одним із ключових аспектів професійної самоактуалізації начальників караулів є наявність певних особистісних якостей, які визначають їхню ефективність у роботі. Передусім це лідерські здібності, що включають вміння організовувати роботу команди, мотивувати підлеглих та підтримувати високий рівень дисципліни. Важливу роль відіграє також стресостійкість, оскільки робота в умовах екстремальних ситуацій вимагає здатності швидко приймати

рішення без втрати самоконтролю. Крім того, наявність внутрішньої мотивації до розвитку та вдосконалення професійних навичок є визначальним чинником, що впливає на рівень самоактуалізації [2. 209].

Основні характеристики самоактуалізації: внутрішня мотивація (не зовнішні досягнення, а внутрішнє відчуття повноти буття); прагнення до самопізнання і гармонії; орієнтація на цінності, сенси, істину; творчий, автентичний підхід до життя; є процесом особистісного зростання, незалежно від соціального схвалення. Самореалізація є ширшим і більш соціально орієнтованим поняттям, це реалізація своїх цілей, ідеалів, здібностей через конкретну активність, що оцінюється за досягнутими результатами.

Ключові ознаки самореалізації: поєднує як внутрішні прагнення, так і зовнішні досягнення; зорієнтована на взаємодію з соціальним середовищем; може бути оцінена за результатами (успіх у кар'єрі, соціальний статус тощо); охоплює широке коло життєвих сфер: від особистого до професійного. Таким чином, самоактуалізація – це процес внутрішнього розкриття потенціалу особистості, що є передумовою для самореалізації. Самоактуалізація є глибинною мотиваційною основою для зовнішньо вираженої самореалізації.

Фактори, що впливають на процес професійної самоактуалізації начальників караулів, можна поділити на внутрішні та зовнішні. До внутрішніх належать психологічні характеристики особистості, такі як рівень стресостійкості, самооцінка, впевненість у собі, емоційна інтелектуальність. Начальник караулу повинен не лише керувати колективом, але й бути освітянином та прикладом для підлеглих, що потребує постійної роботи над собою. До зовнішніх факторів відносяться соціальне середовище, підтримка колективу, кар'єрні можливості та загальні умови праці. На шляху самоактуалізації, що є природним процесом розвитку особистості, можуть виникати певні бар'єри. Основними серед них є професійне вигорання, що виникає через високе емоційне та фізичне навантаження, брак мотиваційних стимулів та конфліктні ситуації в колективі. Психологічне виснаження може

знижувати ефективність виконання обов'язків, що, у свою чергу, негативно впливає на роботу всієї команди. Крім того, відсутність чітких перспектив кар'єрного зростання або системи заохочень може демотивувати керівника до подальшого професійного розвитку.

Подолання означених бар'єрів можливе за допомогою різних психологічних механізмів, спрямованих на розвиток особистості та підвищення рівня професійної мотивації. Одним із ефективних підходів є розвиток емоційного інтелекту, який дозволяє краще розуміти власні емоції, контролювати їх та ефективно комунікувати з оточенням. Важливу роль відіграє також психологічна підтримка, яка може включати участь у тренінгах, консультування з фахівцями та впровадження програм з професійного розвитку. Додатково до цього, формування мотиваційної стратегії, що передбачає встановлення професійних цілей, підвищення кваліфікації та створення системи заохочень, сприяє активізації процесу самоактуалізації [1].

Висновки. професійна самоактуалізація начальників караулів оперативно-рятувальних сил цивільного захисту є багатокомпонентним процесом, що включає розвиток особистісних якостей, подолання психологічних бар'єрів та формування сприятливого середовища для професійного зростання. Високий рівень самоактуалізації сприяє ефективному виконанню обов'язків, продуктивності команди та зниженню рівня професійного вигорання. Війна як створює додаткові загрози так і може стати поштовхом для професійного та особистісного зростання. Запобігання емоційному вигоранню, впровадження психологічної підтримки та розвиток лідерських якостей є ключовими чинниками, які сприяють самореалізації в екстремальних умовах [2, 199].

Список використаних джерел

1. Афанасьєва Н. Є. Особливості професійної мотивації рятувальників у кризовий період професіогенезу. *Особистість, суспільство, закон*. Харків, 2019. С. 18-21.

2. Дії підрозділів ДСНС України в умовах воєнного стану: навчальний посібник / за ред. М. Ковалю. Львів: ЛДУБЖД, 2023. 308 с.

АРТПЕДАГОГІКА ЯК ЧИННИК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ В ДОШКІЛЬНІЙ ОСВІТІ

Д.Д. Мочалова

здобувач другого рівня вищої освіти факультету дошкільної освіти
Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди
м. Харків

У сучасних умовах зростає потреба у впровадженні інноваційних підходів у дошкільну освіту, які сприяють не лише всебічному розвитку дитини, а й збереженню та зміцненню її здоров'я. Одним із таких підходів є артпедагогіка, яка, поєднуючись із здоров'язбережувальними технологіями, створює сприятливе середовище для гармонійного розвитку дошкільнят.

Артпедагогіка в дошкільній освіті виступає не лише засобом естетичного та творчого розвитку дитини, але й потужним інструментом психоемоційного оздоровлення. Дитина в дошкільному віці дуже чутлива до емоційних коливань, тому педагогічні методи, що сприяють самовираженню, розслабленню й емоційній стабілізації, є надзвичайно важливими.

Артпедагогічні методи передбачають залучення дітей до різноманітних видів мистецтва – музики, живопису, театру, хореографії, казки – з метою створення умов для вільного самовираження, формування позитивної самооцінки та зниження рівня тривожності.

Особливу роль у цьому процесі відіграють арттерапевтичні техніки, які мають як профілактичне, так і корекційне значення. Серед них: