

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО
Кафедра педагогіки та психології**

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ
Кафедра практичної психології та педагогіки**

ТЕОРІЯ КОНТРОЛЬНОСТІ ТА АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Матеріали наукових читань, присвячених 115-й річниці від дня народження Ярослава Івановича Цурковського – відомого українського вченого-психолога, громадського діяча

м. Львів, 20 лютого 2020 р.

Рекомендовано до друку вченою радою Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського 11 лютого 2020 року, протокол № 8.

Рецензенти:

Ковальчук Зоряна Ярославівна – доктор психологічних наук, професор;
Повстин Оксана Вікторівна – доктор педагогічних наук, доцент.

Теорія контрольності та актуальні проблеми сучасної психології: матеріали наукових читань, присвячених 115-й річниці від дня народження Ярослава Івановича Цурковського – відомого українського вченого-психолога, громадського діяча (20 лютого 2020 р., м. Львів). Львів, 2020. 184 с.

Редакційна колегія:

доктор педагогічних наук, професор *Пристапа Є. Н.*
доктор педагогічних наук, професор *Литвин А. В.*;
кандидат психологічних наук, доцент *Баклицька О. П.*;
кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник *Вдович С. М.* (упорядник).
доктор педагогічних наук, старший науковий співробітник *Руденко Л. А.*;
доктор психологічних наук, доцент *Сірко Р. І.*;
кандидат педагогічних наук, доцент *Соловійов В. Ф.*

У збірнику матеріалів наукових читань розглядаються феномен видатного українського психолога і громадського діяча Я. І. Цурковського, психолого-педагогічні аспекти підготовки фахівців на сучасному етапі, методологічні засади становлення сучасного фахівця-психолога й актуальні проблеми сучасної психології.

Для науковців у галузі психології та педагогіки, психологів-практиків і педагогів закладів вищої освіти, аспірантів, ад'юнктів, докторантів.

- © Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, 2020
- © Львівський державний університет безпеки життєдіяльності, 2020
- © Автори, 2020

| | |
|--|-----|
| <i>Алла Галабуз</i> | |
| Соціально-психологічна адаптація студентів в умовах проживання у гуртожитку закладу вищої освіти | 122 |
| <i>Анна Гасюк, науковий керівник – Лариса Руденко</i> | |
| Деадаптація студентів-першокурсників до навчання у закладах вищої освіти | 125 |
| <i>Соломія Дружбляк, науковий керівник – Роксолана Сірко</i> | |
| Особливості прояву посттравматичного стресового розладу | 128 |
| <i>Ольга Заверуха</i> | |
| Соціально-психологічні аспекти подолання емоційного вигоряння | 133 |
| <i>Олег Казмірчук</i> | |
| Психологія міжособистісних стосунків у студентській групі | 136 |
| <i>Андрій Коб, науковий керівник – Сергій Марчук</i> | |
| Роль сім'ї у формуванні психічного здоров'я молодших школярів | 139 |
| <i>Анастасія Мартюк, науковий керівник – Ксенія Березяк</i> | |
| Особливості мотиваційної сфери діяльності працівників ДСНС | 142 |
| <i>Сергій Марчук</i> | |
| Психологічні ідеї К. Д. Ушинського | 144 |
| <i>Оксана Мельничук</i> | |
| Проблема компенсації глухоти в сурдопсихології | 150 |
| <i>Олена Панас, науковий керівник – Світлана Вдович</i> | |
| Шляхи подолання булінгу в закладах вищої освіти | 154 |
| <i>Валерія Смирнова, Роман Яремко</i> | |
| Статеве виховання дітей як важливий елемент розвитку психічно здорової особистості | 158 |
| <i>Каріна Фаньо, науковий керівник – Світлана Вдович</i> | |
| Синдром емоційного вигорання у професії рятувальника | 161 |
| <i>Алла Хомярчук</i> | |
| Психологічні засади формування творчості молодших школярів засобами мистецтва | 164 |
| <i>Чемерис Ірина</i> | |
| Психолого-педагогічна підготовка молоді до сімейного життя | 169 |
| <i>Ольга Шевчук</i> | |
| Особливості прояву емоційного інтелекту в майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти | 171 |
| <i>Олексій Якимчук, науковий керівник – Сергій Марчук</i> | |
| Психолого-педагогічні умови харчування молодших школярів | 175 |
| <i>Наші автори</i> | 180 |



4. Социальные детерминанты здоровья и благополучия подростков. Исследование «Поведение детей школьного возраста в отношении здоровья»: международный отчет по результатам обследования 2009–2010 гг. / под ред. С. Currie и др. Копенгаген: Европ. регион. бюро ВОЗ, 2012. Серия: Политика охраны здоровья детей и подростков. Вып. № 6. XVIII + 252 с.
5. Besag V. E. Bullies and Victims in Schools. Milton Keynes: Open University Press, 1989. 218 p.
6. Crawford N. New ways to stop bullying. *APA Monitor on Psychology*. 2003. Vol. 23. No. 9. URL: <http://www.apa.org/monitor>
7. Dancanson N. Sexual Bullying: Gender Conflict and Pupil Culture in Secondary Schools. Routledge, 1999. 177 p.
8. Olweus D. Bullying at school. Blackwell Publ. 1993. 215 p. URL: <http://books.google.com.ua>

УДК 37.03

СТАТЕВЕ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ЯК ВАЖЛИВИЙ ЕЛЕМЕНТ РОЗВИТКУ ПСИХІЧНО ЗДОРОВОЇ ОСОБИСТОСТІ

Валерія СМІРНОВА, Роман ЯРЕМКО,

Львівський державний університет безпеки життєдіяльності

У статті розглядається проблема статевого виховання дітей як важливий елемент розвитку психічно здорової особистості, зокрема аналізується сутність поняття «статеве виховання», основні підходи до статевого виховання, його завдання.

Ключові слова: *виховання, статеве виховання, психічно здорова особистість, розвиток особистості.*

В умовах сьогодення, коли формується європейська держава, набуває гостроти проблема міжстатевих, міжособистісних стосунків. Наша країна переживає духовну-моральну кризу, що негативно відображається на українській молоді: зростає кількість венеричних захворювань у юнацькому віці, відбуваються зміни у статево-рольовій поведінці та ціннісних орієнтаціях молоді. Серед негативних тенденцій у статевому вихованні є те, що підлітки дізнаються про статеве життя з мережі інтернет або від старших друзів чи однолітків, мають вільний доступ до відвертих фото в соціальних мережах і сайтів із сексуальним підґрунтям, результатом чого стає вагітність у ранньому віці, комплекси, які формуються у підлітків. Все це відображається у подальшому статевому житті молоді. Отже, необхідним є пошук нових підходів у статевому вихованні.

Проблемою статевого виховання займалися як українські, так і зарубіжні науковці, зокрема Г. Ващенко, В. Кравець, В. Постовий, О. Кузнецова, І. Трухін, Т. Резер, Д. Сандбі, О. Контула. Особливості зарубіжного досвіду організації статевого виховання розглянуто В. Кравцем, І. Даценко, Л. Яворським та ін. Однак досвід європейських країн потребує подальшого вивчення.

У науковій літературі на даний момент не існує єдиного погляду на поняття «статеве виховання». Науковці трактують його по-різному, ставлячи акценти на тих чи інших його особливостях. Так, О. Кузнецова розглядає статеве виховання як особливу складову морального виховання. Статеве виховання має психологічний, соціальний, медичний і філософський аспекти. Його характерний предмет

– виховання ставлення особистості однієї статі до протилежної статі та пов'язаних із цим найтонших і найскладніших навичок самоконтролю і поведінки [2].

У зарубіжній літературі для відповідного поняття, зазвичай, використовуються терміни «sexuality education» та «sex education», які за своїм змістом тотожні. Так, у документах всесвітньої організації ЮНЕСКО використовується термін «сексуальна просвіта» як підхід до викладання знань, пов'язаних зі взаємостосунками відповідно до вікового періоду вихованців, напрямом надання науково достовірної інформації. Сексуальна просвіта надає можливість молодому поколінню розвинути навички та дослідити ціннісні орієнтири, котрі пов'язані з такими особливостями, як прийняття правильних рішень, зниження негативних факторів, що стосуються міжстатевих відносин.

Так, Т. Резер, розглядаючи статеве виховання, виділив такі основні підходи сексуального виховання: забезпечення права підлітка на інформацію про секс і методи контрацепції шляхом введення програм сексуального виховання в освітні стандарти; використання диференційного й особистісно орієнтованого підходів до осіб, які навчаються, з урахуванням особливостей груп ризику, статі та віку; медико-педагогічний супровід статевого і сексуального розвитку дитини, підлітка, дорослої людини упродовж життя [3].

Загалом у світі програма статевого виховання створювалась із практичної необхідності – боротьби з венеричними захворюваннями. Також було з'ясовано, що статеве виховання важливе для покращення рівня життя.

Інформацію стосовно питань сексу підлітки отримували, зазвичай, від однолітків тієї ж статі, ЗМІ, і вже менш важливими джерелами виступали батьки та школа. На сьогодні ситуація майже не змінилась. Підлітки й далі отримують більшість інформації з інтернету. Але чи завжди ця інформація правдива і правильно висвітлена – питання суперечливе.

Отже, можна зробити висновок, що статеве виховання має бути і в школі, і вдома. Батьків необхідно вчити говорити з дітьми на такі теми, щоб у майбутньому діти не боялися звернутися до дорослих за порадою чи допомогою.

Відповідно до основних підходів, дослідники виокремлюють такі напрями статевого виховання:

1. Статеве виховання, основою якого є допомога у формуванні усвідомленої жіночності та мужності, встановлення норм у процесі комунікації.

2. Сексуальне виховання, формування сексуальної свідомості в рамках психосексуальної культури та загальноприйнятих суспільних норм.

3. Підготовка до відповідального шлюбу, що допомагає свідомо підійти до формування шлюбу та зрозуміти цінність подальших взаємовідносин між партнерами.

4. Підготовка до відповідального батьківства, виховання рольової поведінки матері та батька, розуміння відповідальності перед майбутніми дітьми та формування репродуктивної установки.

5. Формування здорового способу життя через пояснення, що сексуальність, шлюб і батьківство повністю залежать від правильного способу життя [1].

Сучасні підлітки відрізняються від попередників більш раннім початком статевих відносин, частою зміною статевих партнерів і відсутністю орієнтованості на оформлення шлюбу.

Починаючи статеве життя, підлітки часто не задумуються про майбутнє, перший статевий контакт у них, як правило, не запланований, а іноді стимульований вживанням алкоголю та наркотиків і відбувається без належного контрацептивного захисту. Наслідком цього є рання підліткова вагітність та зараження інфекцією, що передається статевим шляхом (далі –ППСШ). Перервана вагітність та ППСШ, перенесені в підлітковому віці, призводять до порушення репродуктивного здоров'я та безпліддя [3]. Також часто підлітки займаються самолікуванням, тому що бояться негативної реакції з боку оточуючих.

У більшості родин батьки не мають достатньо знань і досвіду для спілкування зі своїми дітьми в питаннях сексуального життя, профілактики ППСШ. Імовірно, що вони дотримуються системи виховання, яку випробували самі, у своєму дитинстві, що на такі теми не говорять – це непристойно.

Таким чином, можна виділити такі завдання статевого виховання: ознайомлення із загальноприйнятими нормами статевої поведінки та психосексуальною культурою, розвиток особистості; виховання в людині почуття поваги та відповідальності стосовно інших, формування адекватного погляду на взаємовідносини між людьми, зокрема на відносини між чоловіком і жінкою; виховання усвідомленого розуміння в необхідності мати міцну та здорову сім'ю, дітей, необхідності в їхньому вихованні; виховання, спрямоване на розуміння поняття «здоровий спосіб життя», його значущості, важливості слідкувати за здоров'ям та відповідально ставитися до здоров'я інших; формування усвідомленого розуміння поняття «статевий потяг», «секс» як частину такого почуття, як кохання, пропаганда утримання та засвоєння необхідних знань про способи сублимації; ознайомлення з такими важливими поняттями, як шлюб, формування сім'ї, отримання знань про фізіологічний та психологічний розвиток чоловіків і жінок, вироблення вміння спілкуватися з протилежною статтю та правильного уявлення про самого себе [4].

Здійснивши теоретичний аналіз наукової літератури, ми вважаємо, що статеве виховання – це процес, спрямований на вироблення якостей, властивостей особистості, що дозволяє провести власну статеву ідентифікацію та виробити необхідну (в співвідношенні з морально-етичними нормами суспільства) поведінку людини до представників протилежної статі на всіх етапах життєдіяльності.

Розвинута система статевого виховання передбачає залучення до цього процесу різноманітних організацій та інституцій. Так, батьки забезпечують початковий етап статевого виховання й особистісну підтримку молоді, школа та офіційні програми статевого виховання дають змогу набути специфічні знання та навички, необхідні для здорової життєдіяльності в майбутньому, недержавні проекти і програми надають доступ до інформації в більш вільному режимі, гарантують неформальну підтримку молоді, заклади охорони здоров'я надають спеціалізовану інформацію та консультативну підтримку, засоби масової інформації відповідають за інформативну роботу, спрямовану на збереження здоров'я молодого покоління та формування культури статевих відносин.

Статеве виховання повинно відповідати суспільним потребам і бути спрямованим на особистісний розвиток людини, формування ціннісних орієнтирів і переконань відповідно до усталених суспільних і моральних норм, оволодіння необхідними навичками життєдіяльності. Впровадження статевого виховання повинно поєднувати як формальний (школа, медичні установи), так і неформальний підходи (сім'я, громадські організації тощо).

Перспективи дослідження вбачаємо в подальшому детальному вивченні позитивного досвіду зарубіжних країн у галузі статевого виховання.

Бібліографія

1. Григорьева А. И. Современные проблемы формирования здорового образа жизни у студенческой молодежи : материалы Международной научно-практической интернет-конференции, 16–17 мая 2018 г., Минск, Беларусь / БГУ, Фак. социокультурных коммуникаций, Каф. экологии человека ; редкол.: И. В. Пантюк (отв. ред.) и др. Минск : БГУ, 2018. С. 205–209.
2. Кузнецова О. А. Статеве виховання школярів : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Миколаїв : ІПОН, 2004. 176 с.
3. Резер Т. М. Медико-соціальні підходи до організації статевого виховання та соціальної освіти : монографія. М. : Гуманіт. вид. центр ВЛАДОС, 2007. 333 с.
4. Сборник научных трудов участников Международной конференции молодых ученых светских и духовных учебных заведений в рамках Международного лагеря студенческого актива «Славянское содружество – 2016» / Редкол. : А. А. Чертоваидр. Курск : ООМед-ТестИнфо, ООАПИИТ «Гиром», 2016. 250 с.

УДК 159.942

СИНДРОМ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПРОФЕСІЇ РЯТУВАЛЬНИКА

*Каріна ФАНЬО, науковий керівник – Світлана ВДОВИЧ,
Львівський державний університет безпеки життєдіяльності*

У статті розглянуто поняття «емоційне вигорання», його вплив на особистість рятувальника, можливі негативні наслідки на подальшу професійну діяльність. Охарактеризовано основні причини виникнення синдрому емоційного вигорання: суттєве перенавантаження на роботі, постійний тиск, недостатність поваги серед колег або з боку керівництва, відсутність перспектив, наявність почуття тривоги, складність і непередбачуваність виникнення стресових ситуацій, неотримання задоволення від своєї діяльності.

***Ключові слова:** емоційне вигорання, виснаження, рятувальник, екстремальні ситуації, профілактика.*

Багато хто чув про такий неприємний стан, як емоційне вигорання. Це дискомфортний емоційний стан, який заважає виконанню звичайних робочих обов'язків та з часом зростає. Звична професійна діяльність стає нестерпно важкою для людини, людина стає нервовою і непродуктивною. В результаті страждає і робота, і колектив, і сама людина. Ті, хто зіткнувся з таким явищем, не відразу розуміють, що відбувається. Емоційне вигорання в його «інкубаційному» періоді схоже на хандру. Люди стають дратівливими, вразливими. Вони опускають руки