

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ОДЕСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**ФАКУЛЬТЕТ ЕКОНОМІКИ ТА УПРАВЛІННЯ
ПІДПРИЄМНИЦТВОМ**



НАУКОВИЙ СТУДЕНТСЬКИЙ ВІСНИК

№ 41 (1)

Одеса – 2024

Науковий студентський вісник. Одеський національний економічний університет. Факультет економіки та управління підприємництвом, 2024. № 41 (1). 206 с.

Редакційна колегія:

Бабій О.М. (головний редактор), к.е.н., доцент кафедри економіки підприємства та організації підприємницької діяльності, декан ФЕУП

Балута Т. П. (заст. головного редактора), к.пол.н., ст. викладач кафедри філософії, історії та політології

Кошельок Г.В. (відповідальний за випуск), д.е.н., професор кафедри економіки підприємства та організації підприємницької діяльності

Доброва Н.В., к.е.н., доцент кафедри економіки, права та управління бізнесом

Орленко О.М., к.е.н., доцент кафедри економіки підприємства та організації підприємницької діяльності, *помічник проректора з наукової діяльності студентів*

Петровська О.М., к.п.н., доцент кафедри управління персоналом і економіки праці

Старченко А.Ю., к.ю.н., ст. викладач кафедри економіки, права та управління бізнесом

Ковальська Н.А., к.е.н., ст. викладач кафедри загальної економічної теорії та економічної політики

Статті публікуються у авторській редакції

Науковий студентський вісник затверджено Вченою радою Одеського національного економічного університету 30 вересня 2020 року

РОЗДІЛ 4.

КАФЕДРА МОВНОЇ ТА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ

АБРАМОВА Д.В.,	164
СОЦІАЛЬНІ МЕДІА ЯК ІНСТРУМЕНТ КОМУНІКАЦІЇ В	
ПУБЛІЧНОМУ УПРАВЛІННІ: ПСИХОЛОГІЧНІ ВИКЛИКИ ТА	
МОЖЛИВОСТІ	
АСЄЄВА Х.І.	170
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО	
САМОВИЗНАЧЕННЯ ОСОБИСТОСТІ	
АЗОВСЬКА Н.В.	173
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ЧИННИКИ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ	
МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ	
ВІНЦЕВСЬКА З.В.	176
ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПАТРІОТИЗМУ У ОСІБ	
ПРИЗИВНОГО ВІКУ	
ВІХТЄВА С.Д.	179
ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНО-	
ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ У ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ МАЙБУТНІХ	
ПСИХОЛОГІВ	
ГРИЩЕНКО Н.М.	182
ЕМОЦІЙНО-НЕГАТИВНИЙ СТАН УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ	
ВІЙСЬКОВОЇ АГРЕСІЇ	
ГРОМОВА О.О.,	185
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ТРАВМАТИЧНОГО	
СТРЕСУ ДІТЬМИ ТА ПІДЛІТКАМИ	
ДОРОШЕНКО М.В.	189
ІНКЛЮЗИВНЕ НАВЧАННЯ ЯК ЗАСІБ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВПЛИВУ	
НА РОЗВИТОК ТОЛЕРАТНОСТІ ТА ПОДОЛАННЯ СТЕРЕОТИПІВ У	
УЧНІВ ІЗ ТИПОВИМ РОЗВИТКОМ	
ЛЕВАКІН М.С.	192
ФАКТОРИ СТРЕСУ ПІД ЧАС ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ, ЩО	
ПЛИВАЮТЬ НА ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ	
МАКУЩЕНКО Л.А.,	196
РОЗВИТОК ЛІДЕРСЬКИХ НАВИЧОК КОМУНІКАЦІЇ У КЕРІВНИКІВ	
ДЕРЖАВНИХ УСТАНОВ	
МАТВЄЄВА І.О.	201
ВПЛИВ ТЕМПЕРАМЕНТУ НА СТРЕСОСТІЙКІСТЬ	
У ЮНАЦЬКОМУ ВІЩІ	
НАЗАРОВА В.В.	204
ВПЛИВ ВІЙНИ ТА ПАНДЕМІЇ НА СТОСУНКИ В ПАРИ	

ЕМОЦІЙНО-НЕГАТИВНИЙ СТАН УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВОЇ АГРЕСІЇ

Постановка проблеми. Актуальність даного дослідження обумовлена воєнним станом, введеним в Україні через відкриту агресію з боку Росії, яка 24 лютого 2022 року розпочала активні бойові дії на території нашої країни. Унаслідок цього постраждали тисячі людей. Депресії, панічні атаки, постійна тривога – це реалії, з якими стикаються постраждалі українці, особливо ті, хто знаходився в місцях активних бойових дій. Мешканці таких міст, як Харків, Маріуполь, Нікополь та інші, що постраждали від російської агресії, назавжди збережуть у своїй пам'яті ці трагічні події, що значно вплинули на їхню психіку. У сучасній психології важливим завданням є пошук ефективних способів вирішення проблем, пов'язаних з психоемоційним станом людей, які зазнали впливу бойових дій. Враховуючи актуальність цієї теми, ми вирішили дослідити її як на теоретичному, так і на емпіричному рівнях у рамках теми нашого дослідження: «Особливості психоемоційного стану українців в умовах війни».

Аналіз останніх досліджень та публікацій останніх років. Війна може стати причиною виникнення психологічної травми, яка має свої етапи переживання та особливості розвитку. Дослідження цього питання є важливим для кращого розуміння процесів, що відбуваються в психіці людини під час травматичних подій.

О. Турніна зазначає, що витоки поняття травми слід шукати в ранніх працях З. Фрейда, засновника психоаналітичної теорії травми. На думку Фрейда, психологічна травма є глибоко вкоріненим у несвідомому афектом, який може мати патогенний вплив на психіку людини, що призводить до нервових розладів. Він стверджував, що основною причиною психологічної травми є не зовнішня подія, а розщеплення психіки. Цю думку підтримує американський науковець Д. Калшед, який вказував, що саме травмована психіка є джерелом виникнення психологічної травми і постійно травмує саму себе через синдром нав'язливого повторення [2, с. 35].

Сучасні науковці також висвітлюють це питання. Наприклад, Н. Гоцуляк визначає психологічну травму як життєву подію або ситуацію, яка впливає на важливі аспекти існування людини і спричиняє глибокі психологічні переживання. Вона вказує, що травма виникає в результаті незавершеності інстинктивної реакції організму на травматичну подію. А. Терещук зазначає, що психологічна травма є наслідком ситуації, в якій людина відчуває беззахисність перед небезпекою. Він підкреслює, що закріплення психологічних травм має глибоке психофізіологічне підґрунтя, через що емоційна пам'ять може стати перешкодою для вироблення ефективних стратегій адаптації до стресових ситуацій. На думку О. Христук, психологічна травма є наслідком афективних переживань особистості, які виникають внаслідок зовнішніх подразників і спричиняють психічний дискомфорт, виявляючи патогенний вплив на особистість. У метафоричному сенсі психотравма – це будь-яке потрясіння психіки, що має потужний вплив на функціонування особистості та її подальший розвиток. Науковець стверджує, що основна діалектична суперечність психологічної травми полягає в конфлікті між бажанням витіснити зі свідомості жакливу подію і прагненням висловити про неї свої почуття.

Мета статті – проаналізувати психоемоційний стан українців в умовах війни.

Виклад основного матеріалу. Емоційний стан є психологічною характеристикою особистості, яка відображає її тривалі переживання [1, с. 237]. Проаналізувавши наведено приклади психічних станів, до яких відносяться «прояви почуттів (настрій, тривога, афект), уваги (зосередженість, розсіяність), мислення (сумніви, впевненість), уяви (мрії)» тощо. У психології особливо важливим є дослідження психічних станів людей в умовах стресу, що виникає під час екстремальних ситуацій, таких як екстрене прийняття рішень у бойових умовах [3, с. 34]. Автори навчального посібника «Основи психології і педагогіки» О. Степанов і М. Фіцула зазначають, що психічні стани – це «емоційно забарвлені, мінливі стани людини, які виникають під впливом різних обставин життя, стану здоров'я та інших факторів».

Соціально-психологічні фактори, що впливають на емоційний стан українців під час війни, становлять складну та багатогранну систему, яка потребує всебічного дослідження. Ці фактори охоплюють не лише індивідуальні переживання та реакції, але й більш широкі соціальні контексти, культурні традиції та історичний досвід. Взаємозв'язок між цими елементами формує емоційний фон, у якому функціонує суспільство, і визначає способи адаптації людей до стресових умов. Наприклад, індивідуальні переживання, такі як страх і тривога, можуть бути посилені через соціальні стереотипи або культурні норми, що стосуються ставлення до війни. У цьому контексті важливо відзначити, що емоційний стан індивідів може варіюватися під впливом зовнішніх факторів, таких як наслідки військових конфліктів, які можуть впливати не лише на особисті переживання, а й на колективну психіку. Соціальні зв'язки, що підтримують особистість, включаючи родинну підтримку та підтримку з боку друзів, відіграють вирішальну роль у формуванні механізмів подолання стресу. Підтримка з боку близьких може виступати важливим джерелом емоційної стабільності та адаптації.

Також важливою є наявність соціальних інститутів, які надають психологічну підтримку, оскільки вони можуть значно посилити адаптаційні можливості населення в умовах війни. Інститут психологічної допомоги може допомогти людям краще усвідомлювати та управляти своїми емоціями, пропонуючи ефективні методи подолання стресу, такі як групові терапії чи індивідуальні консультації.

Автор навчально-методичного посібника «Тренінг емоційної компетентності» І. Матійків також підкреслює, що емоція є психічним відображенням світу, але додає, що це відображення проявляється «у вигляді короточасних переживань людини, які виражають її ставлення до реальності, своїх дій та інших, а також є реакцією на вплив внутрішніх і зовнішніх подразників» [2, с. 40].

Е. Ізард виділяє три види функцій емоцій. Біологічна функція полягає в тому, що «реакція організму на певний подразник спрямовує потік крові та енергетичні ресурси від внутрішніх органів до м'язів, які відповідають за рухи, як це відбувається, наприклад, при переживанні емоцій гніву, болю, страху тощо». Мотивувальний вплив емоцій на людину полягає в тому, що вони активізують сприйняття, мислення і поведінку. Соціальна функція емоцій виражається в тому, що сигнальний аспект життєво важливої системи взаємодії людини з іншими людьми формує сукупність емоційних проявів». Також, Е. Ізард наголошує, що «будь-яка емоція виконує сигнальну функцію, яка відіграє важливу роль не лише у відносинах і спілкуванні між людьми, але й у розвитку взаємозв'язків між емоціями та когнітивними процесами» [4, с. 23].

Емоції здатні «впливати на адаптивну поведінку у складних життєвих ситуаціях і на здатність людини забезпечувати успіх власної діяльності в цих умовах» [2, с. 38]. Емоції класифікують на два полярні класи: 1) позитивні, які викликані сприятливими

подіями або позитивними впливами, і тому спонукають суб'єкта до їх збереження; 2) негативні, які стимулюють активність організму, спрямовану на уникнення або усунення шкідливих впливів [4, с. 32]. Емоції також визначають особливості саморегуляції. У взаємодії з «когнітивними процесами емоції виконують оцінно-регулюючу функцію. Вплив емоцій на перебіг процесів регуляції проявляється в організації та спрямованості зовнішніх дій, поведінкових реакцій, вибіркової пізнавальних процесів, чіткості психомоторних і когнітивних дій. Тому емоції є важливим чинником внутрішньої регуляції різних видів і форм довільної активності людини, виступаючи суб'єктивним вираженням актуальних потреб особистості».

Висновок. Отже, на основі аналізу наукової та психологічної літератури було вивчено переживання війни як складний психоемоційний феномен, що викликає стресовий вплив на особистість. Стрес є системою реакцій організму на будь-які вимоги, які прагнуть спонукати його до адаптації або пристосування до труднощів. Він може бути короточасним, викликаним незначними чинниками, або довготривалим, що виникає через потужні тригери. Війна, як фактор, здатна спричинити довготривалий стрес, який негативно впливає на психологічне та фізичне здоров'я особистості. Цей стрес може проявлятися у трьох формах: реакціях "боротьби чи втечі", "застиглості" або "втраті реальності". Стрес під час війни може мати такі наслідки для людини, як фізичне та психологічне виснаження, поганий сон, зміни в апетиті (як його зменшення, так і збільшення) та постійна фізична втома. Визначивши особливості та етапи переживання психологічної травми під час війни, ми зробили висновок, що психологічна травма є наслідком ситуації, що стала психологічно важкою для людини. Виокремлюють такі етапи переживання психологічної травми в умовах війни: шок, заперечення, повторне переживання та переосмислення. Наслідки психологічної травми можуть проявлятися в фізичному, емоційному, ментальному та поведінковому аспектах.

Актуальність дослідження психічного здоров'я українського населення в умовах війни має як теоретичну, так і практичну значущість. Теоретичний аналіз дозволяє глибше зрозуміти психоемоційні механізми реагування на екстремальні ситуації, а практична складова включає розробку конкретних заходів для підтримки населення в цей складний час. Психологічні інтервенції, засновані на результатах таких досліджень, можуть стати важливим інструментом для збереження психічного здоров'я нації та запобігання глибоким психічним розладам у майбутньому. Для покращення психоемоційного стану в період війни доцільно використовувати фізичні та дихальні вправи. Також важливим є повноцінне спілкування з близькими та рідними, наявність можливості поговорити про свої переживання.

Список використаних джерел:

1. Балабан Р. Українські суспільні цінності. *Наукові записки Інституту політичних і етнонаціональних досліджень ім. І. Ф. Кураса НАН України*. 2010. №5. С. 237-238.
2. Волошина Н.М. Соціально-філософський вимір патріотизму сучасного українського суспільства: автореф. дисер. ... канд. філософ. наук. 12.00.06. Київ, 2010. 40 с.
3. Патріотизм у розумінні сучасної молоді. URL: https://vinobu.vn.ua/?page_id=1399.
4. Чупрій Л.В. Патріотичне виховання в Україні: стан і перспективи. URL: http://sd.net.ua/2009/11/05/patrotichne_vikhovannja_v_ukran_ctan__perspektivi.html.