

Міністерство освіти і науки України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Тези

**76-ї наукової конференції професорів,
викладачів, наукових працівників,
аспірантів та студентів університету**

ТОМ 2

14 травня – 23 травня 2024 р.

Вибір методів діагностики повинен бути обґрунтованим і відповідати меті. Ураховуючи такі принципи, як системність, комплексність, а також принцип єдності свідомості та діяльності, педагогічна діагностика в кожному конкретному випадку використовує комплекс методів, однак один із них завжди виступає як основний, а інші – як додаткові. У практичній діяльності педагога основними виступають спостереження та бесіда, які доповнюються анкетуванням, тестуванням, аналізом продуктів діяльності чи документації.

Література

1. Галузяк В.М., Холковська І.Л. Педагогічна діагностика: Курс лекцій. Вінниця: ТОВ «Нілан ЛТД», 2015. 155 с.

2. Гріньова О.М., Терещенко Л.А. Дитяча психодіагностика: навчально-методичний посібник. Вінниця: Нілан-ЛТД, 2015. 227 с.

УДК 371.213.212.09

*Є.В. Захарченко, магістр,
Науковий керівник: Л.П. Клевака, к. пед. н, доцентка
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

ПАМ'ЯТЬ ТА ЇЇ ПРОЦЕСИ

Неможливо зрозуміти дійсність, не сприймаючи інформацію ззовні. Ця інформація надається нам через розумові процеси, такі як відчуття та сприйняття. Проте образи зовнішнього світу, що виникають у корі головного мозку, не зникають безслідно. Слід, який вони залишають, може залишатися надовго. Запамятовування, збереження та подальша репрезентація особистістю її досвіду становить суть процесу пам'яті.

На думку С.М. Дмитрієвої, пам'ять – це «відображення предметів і явищ дійсності у психіці людини в той час, коли вони вже безпосередньо не діють на органи чуття. Вона являє собою ряд складних психічних процесів, активне оволодіння якими надає людині здатності засвоювати й використовувати потрібну інформацію» [1, с. 56]. З.П. Москалець визначив пам'ять як «процеси накопичення, зберігання і відтворення (актуалізації у внутрішньо-психічному плані) відображеної органами чуття та розумово опрацьованої інформації» [2, с. 295]. Схоже визначення навів психолог Т.М. Титаренко, який трактує її як «процеси запам'ятовування, збереження, відтворення і забування індивідом свого досвіду. Це характеристика пізнавальної функції психіки, складова пізнавальної діяльності індивіда» [4, с. 71]. Таким чином, всі дослідники включають до визначення пам'яті ті процеси, якими вона зумовлена.

Пам'ять відноситься до вищих психічних функцій людини, яка

відповідає за процес навчання. Розглядаючи пам'ять, як психологічну категорію можна визначити її як сукупність психічних процесів і збереження отриманого досвіду, що дозволяє застосовувати їх у подальшій життєдіяльності. Дані процеси називаються в психології мнемічними (від грец. «мнемос» – пам'ять) [3, с. 64]. До них відносяться: - запам'ятовування інформації – це відображення у своїй свідомості образу якогось конкретного об'єкта. До об'єктів запам'ятовування можна віднести предмети з навколишнього світу, події, знаки вербальної та невербальної комунікації, емоційні реакції, інакше кажучи будь-які прояви людської життєдіяльності можуть вважатися предметами запам'ятовування. Фактори, що визначають успішність запам'ятовування, включають: емоційний і фізичний стан (поганий настрій і хвороба можуть погіршити продуктивність цього процесу), вік (пам'ять має періоди піку і спаду (підлітковий і старість відповідно), налаштування, характеристика самого матеріалу (його значення, логіка, обсяг та ін.); - збереження інформації. Процес збереження інформації характеризується тим, що об'єкт може зберігатися у свідомості як довгостроково, так і може бути забутим з часом. Збереження інформації залежить від способу запам'ятовування, від актуальності інформації для особистості, а також від кількості відтворень даного об'єкта. Фактори, що визначають якість збереження інформації: використання в діяльності (за рахунок повторення матеріали зберігаються краще і довше), встановлення (завдання щодо тривалості та якості зберігання інформації), характеристика самого матеріалу (осмисленість, значимість); - відтворення інформації – це процес відтворення образу, що сприймався особистістю раніше, а не зараз. Процеси відтворення (пригадування), впізнавання відрізняються один від одного тим, що при відтворенні об'єкт згадується без повторного сприйняття, тобто можна просто відтворити у пам'яті вигляд або настрій знайомої людини; - забування проявляється у неможливості відновлення сприйнятої інформації. З погляду фізіології це пояснюється втручанням процесів гальмування у корі великих півкуль, які заважають актуалізувати тимчасові нервові зв'язки [5, с. 93].

Інформація, що накопичена, збережена та відтворена в пам'яті особи, є матеріалом, який використовують всі психічні процеси, без якого вони не можливі. Тому так важливо знайомитись з сучасними дослідженнями, які пов'язані з пам'яттю. Кемерон Рідделл з командою вчених провели дослідження, що демонструє позитивний вплив зміни контексту під час стресу у людей. Дослідження відкривають нові перспективи у розробці терапії для лікування розладів, пов'язаних із посттравматичним стресом та фобіями [7]. Брендон Хайєс та колеги демонструють, як психологічне дистанціювання допомагає особам з депресивними симптомами покращити точність запам'ятовування негативних та нейтральних подій. Психологічне дистанціювання – це переоцінка негативної ситуації, коли

вона розглядається від третьої особи. Як виявилось, така стратегія дозволяла учасника запам'ятовувати менше негативних та більших нейтральних подій, що в перспективі може допомогти у терапії депресивних розладів [6]. Отже, вивчаючи результати останніх досліджень в цій сфері, можна надати більш ефективну психологічну допомогу клієнтам.

Література

1. Дмитрієва С.М., Бондаренко Л.М. Вікові особливості пам'яті старшокласників та шляхи її розвитку. *Конкурентоспроможність в умовах глобалізації: реалії, проблеми та перспективи*. 2016. №1. С. 56-61.
2. Москалець З.П. *Загальна психологія: підручник*. Київ: Ліра-К, 2020. 564 с.
3. Скрипченко О.В. *Загальна психологія: підручник*. Київ: Каравела, 2024. 464 с.
4. Титаренко Т.М. *Сучасна психологія особистості*. Київ: Каравела, 2013. 372 с.
5. Шадських Ю.Г. *Психологія і педагогіка*. Львів: Магнолія плюс, 2022. 320 с.
6. Hayes V.K., Harikumar A, Ferguson L.A... *Emotion regulation during encoding reduces negative and enhances neutral mnemonic discrimination in individuals with depressive symptoms*. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1074742723001053>
7. Riddell C., Yonelinas A.P., Shields G.S. *When stress enhances memory encoding: The beneficial effects of changing context*. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S107474272300117X>

УДК 159.944.4

Ю.А.Карук, студентка гр. 202-ФП
Науковий керівник: Л.П. Клевака, к. пед. н, доцентка
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ПРОЯВИ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

Емоційне вигорання серед студентів-психологів залишається актуальною проблемою в сучасному освітньому середовищі. Завантажений навчальний графік, велика кількість навчальних обов'язків, поєднання освіти з практичною роботою, вимоги до саморозвитку – усе це може призвести до перевантаження і відчуття стресу серед студентів-психологів.

Як відомо, найбільший ризик емоційного вигорання мають люди, які ставлять до себе надто високі вимоги до себе. У їх розумінні справжній фахівець – це зразок непереможності та досконалості. Особистості цієї категорії асоціюють свою роботу із призначенням, місією, тому в них розмиваються межі між роботою та особистим життям.

Емоційне вигорання – це стан психічної та емоційної перевтоми, який виникає внаслідок тривалого стресу, невдоволення роботою або