

освітнього процесу до їх особливостей.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Літвінова М.Б. Досвід діагностування кліпового мислення. Педагогічні науки – випуск LXXVI. Том 3. 2017.
2. Єхалов В. В., Самойленко А. В., Романюта І. А., Бараннік С. І. Клінічне та «кліпове» мислення у лікарів-інтернів. Український журнал медицини, біології та спорту – Том 3, № 1 (10). – 2018. – С.241-244.
3. Вацеба М.О. Ефективні складові якісної оцінки клінічного мислення студентів у процесі вивчення внутрішньої медицини. Медична освіта. 2016. № 4. – С. 34-36
4. Ляшук П. М. Клініка – вища школа лікарської майстерності / П. М. Ляшук, В. П. Пішак // Буковинський медичний вісник. – 2007. – Т. 11, № 1. – С. 151–153.

КРИТЕРІЇ ТА РЕСУРСИ ВІДНОВЛЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ВІЙНИ

Плис О.С.

*Полтавський національний педагогічний університет
імені В. Г. Короленка
oksanaplys83@gmail.com*

Збереження психологічного здоров'я особистості в сучасному суспільстві з кожним днем набуває все більшої актуальності. Дана проблема потребує здійснення аналізу наявних інформаційних ресурсів та професійного досвіду психологів для виділення найбільш актуальних проблем психічного здоров'я, з якими ми зустрілися після початку агресивної війни РФ проти України. Зрозуміло, що ця проблема є достатньо складною і багатоаспектною та потребує постійного аналізу на всіх етапах війни.

Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) визначає психічне здоров'я як стан благополуччя, за якого людина реалізує власні здібності, може справлятися зі звичайними стресами життя, може продуктивно та ефективно працювати на допомогу своїй громаді. [4].

У документах ВООЗ вказується на те, що погіршення психічного здоров'я пов'язане із швидкими соціальними змінами, стресовими умовами праці, гендерною дискримінацією, соціальною ізоляцією, нездоровим способом життя, погіршенням фізичного здоров'я та порушеннями прав людини [4]. Найбільш негативним чинником, що впливає на психологічне здоров'я людини зараз є війна, оскільки вона несе безпосередню загрозу для життя людини і має різні прояви насильства.

Психічне здоров'я особистості в умовах війни включає такі основні складові:

- 1) здатність справлятися з повсякденними стресами життя в умовах війни;
- 2) здатність налагоджувати стосунки з людьми в умовах війни;
- 3) здатність ефективно працювати на допомогу своїй організації, громаді та суспільству в умовах війни;
- 4) здатність реалізувати свої здібності в умовах війни. [2, с.7-12].

Базовим критерієм збереження психологічного здоров'я є готовність до життєтворення, життєконструювання. Його складовими є допоміжні критерії покращення психологічного здоров'я особистості. Щоб їх виокремити, розгляньмо найбільш значущі особистісні структури. Це, по-перше, сфера ставлення особистості до самої себе; по-друге, ціннісно-мотиваційна сфера; по-третє, сфера самореалізації і, по-четверте, сфера стосунків з оточенням.

Критерії відновлення психологічного здоров'я:

- 1) можливість оновлення власної цілісності і безперервності шляхом реконструкції каузального зв'язку минулого, теперішнього і майбутнього та вибудовування нових життєвих перспектив, це відновлення віри в себе, без якої неможливі ефективна самопідтримка і самодопомога.
- 2) можливість посилення потребово-мотиваційних, ціннісно-смыслових ресурсів особистості, що забезпечують особистісну динаміку, задають горизонти самозмін і є енергетичним джерелом зростання.
- 3) можливість підтримання продуктивності і самоефективності особистості, оновлення здатності до самореалізації, підвищення креативності у ставленні до власного життя.
- 4) можливість відновлення відповідного рівня емоційного інтелекту і комунікативної компетентності, що передбачає здатність налагоджувати і підтримувати продуктивні, теплі, щирі стосунки з оточенням. [1, с.20-35].

Для збереження та відновлення психологічного здоров'я особистості в умовах тривалих військових дій необхідно використовувати такі ресурси:

- 1) Слід насамперед усіляко активізувати медійні ресурси, вплив яких на загальний стан населення важко переоцінити. Телебачення, радіо, газети, соціальні мережі мають оперативно і компетентно інформувати різні верстви населення про значущість підтримки, збереження психологічного здоров'я, про шляхи досягнення суб'єктивного благополуччя. Професійні психологи мають з екранів телевізорів навчати населення різноманітних способів самовідновлення, зняття стресу, підвищення адаптивності. Це уможливить подальшу трансляцію набутих знань так званими волонтерами, які також надаватимуть допомогу своїм рідним, близьким, колегам, знайомим. Якщо на державному рівні всерйоз задіяти медіаресурс, можна підготувати велику кількість таких добровільних психологів-волонтерів, що буде сприяти підвищенню психологічної грамотності населення.
- 2) Психологам слід по-новому поглянути на невичерпні ресурси сім'ї і використовувати їх для подолання у людей, що переживають наслідки довготривалої травми, почуття невпевненості в собі, своїх силах, власному майбутньому. Саме сімейне коло допоможе опанувати страх за власне життя і життя близьких, розвинути життєстійкість, опірність стресам. У сім'ї особистість зазвичай отримує такі важливі для оновлення психологічного здоров'я дози гумору, іронії, оптимізму. А оптимісти, як відомо, легше долають перешкоди, тому що вміють зосередитися на

локальній проблемі, не перебільшуючи її значення. До того ж вони завжди більш активні і вмотивовані надавати допомогу іншим. Отже, реабілітаційний потенціал сім'ї має бути переосмисленим й активізованим.

- 3) Психологам не слід забувати про особистісні ресурси, завдяки яким людина самотійно відновлюється після множинних психічних, фізичних, соціальних, духовних втрат. Ніякі тренінги, консультації, психотерапевтичні сесії не зможуть охопити величезні маси людей, які вже сьогодні потребують реабілітації. Тому так важливо орієнтуватися на способи психогієни, прийоми самодопомоги, які можна використовувати самотійно для підвищення стресостійкості, формування навичок самоопанування, ефективної регуляції складних емоційних станів. [1, с.20-35].

Отже, основною умовою збереження психологічного здоров'я є готовність особистості до творчого конструювання власного життя. Засобом відновлення психологічного здоров'я має стати соціально-психологічна реабілітація як комплексний процес активізації життєтворення та підвищення суб'єктивного благополуччя. Здатність особистості керувати власним життям базується на відновленні її готовності до самотрансформацій та реалізації оновлених проєктів майбутнього в сімейній, особистій, професійній сферах. [3, с.54-62].

Критеріями відновлення психологічного здоров'я є наявні можливості досліджуваних: досягати більш високого рівня особистісної цілісності і безперервності, віри в себе, здатності самопідтримки і самодопомоги; підвищувати самоефективність; посилювати потребово-мотиваційні, ціннісно-сміслові ресурси особистості як джерела самозмін; відновлювати конструктивні стосунки з оточенням. [3, с.54-62].

Комплексний підхід до збереження і відновлення психологічного здоров'я особистості, що постраждала внаслідок тривалих воєнних дій, передбачає роботу в трьох напрямках:

- 1) дослідження специфіки психологічного здоров'я особистості та особливостей його підтримки і відновлення;
- 2) розроблення технологій реабілітації постраждалих, зокрема учасників бойових дій і внутрішньо переміщених осіб;
- 3) визначення способів мобілізації ресурсів особистості, що забезпечують ефективність соціально-психологічної реабілітації. [3, с.54-62].

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій : практичний посібник / [Т. М. Титаренко, М. С. Дворник, В. О. Климчук та ін.] ; за наук. ред. Т. М. Титаренко / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. – 220 с.

2. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати : Метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України, 2022. 52 с.
3. Титаренко Т. М. Технології відновлення психологічного здоров'я особистості в умовах війни: комплексний підхід / Т. М. Титаренко // Наукові студії із соціальної та політичної психології. - 2019. - Вип. 43. - С. 54-62.
4. World Health Organization. «Mental health: strengthening our response». URL.: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ БУХГАЛТЕРСЬКОЇ СЛУЖБИ

Ранюк Т.О.

Студентка факультету психології і соціальної роботи

ПНПУ імені В.Г.Короленка

tomaraniuk0605@gmail.com

Гончарова Н.О.

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка,

goncharova.poltava@gmail.com

Актуальність теми. У сучасному світі професія бухгалтера є однією з найбільш затребуваних та суспільно значимих, що має на увазі визнання і прийняття на себе обов'язки діяти в інтересах суспільства. Професійні бухгалтери працюють практично у всіх галузях економіки - в бухгалтерських та аудиторських фірмах, на великих, середніх і малих підприємствах, займаються приватною практикою в комерційних, промислових і фінансових компаніях, некомерційних організаціях та в державних установах. Крім того, вони працюють в якості внутрішніх або незалежних аудиторів чи консультантів на підприємствах, що відносяться до різних спеціалізованих галузей. Значно зросли вимоги ринку праці до цих фахівців. І для успішної кар'єри вже не достатньо бухгалтерських курсів, як це було 10-20 років тому, а необхідно мати вищу профільну освіту, володіти методологічними засадами бухгалтерського обліку та фінансів, досконально знати податкове законодавство, національні та міжнародні стандарти звітності. Потреби ринку вимагають спеціалізації бухгалтерів в тій чи іншій галузі економіки, знання всіх нюансів діяльності підприємства.

В реаліях нашого часу на багатьох українських підприємствах один бухгалтер здійснює ведення обліку та подання фінансової, статистичної, податкової та управлінської звітності. Крім того, працює з банками, держустановами, володіє знаннями в області бюджетування, фінансового аналізу та податкового планування. Бухгалтеру також необхідно контролювати організаційну структуру і документообіг компанії, відстежувати грошові та інформаційні потоки.