

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ КОРАБЛЕБУДУВАННЯ
імені АДМІРАЛА МАКАРОВА

ГУМАНІТАРНИЙ ВІСНИК НУК

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

ВИПУСК 18

Миколаїв
2025

Редакційна колегія збірника:

Берестнєв В. Б., заслужений тренер (Миколаїв);
Бобіна О. В., канд. іст. наук, доц. (Миколаїв);
Гогоренко О. В., канд. філол. наук (Миколаїв);
Деркач В. М., заслужений тренер, канд. наук
з фіз. виховання та спорту, доц. (Миколаїв);
Карсканова С. В., канд. психол. наук, доц. (Миколаїв);
Коваль С. С., канд. фіз.-мат. наук, доц. (Миколаїв);
Матвієнко Л. В., канд. іст. наук, доц. (Миколаїв);
Матійко О. В., заслужений діяч мистецтв (Миколаїв);
Міняйлова А. В., канд. пед. наук, доц. (Миколаїв);
Наливайко В. С., канд. техн. наук, проф. (Миколаїв);
Трибулькевич К. Г., д-р пед. наук, доц. (Київ);
Філатова О. С., д-р філол. наук, проф. (Миколаїв);
Філіппова Н. М., канд. філол. наук, проф. (Миколаїв);
Чугуєва І. Є., канд. психол. наук, доц. (Миколаїв);
Шаповалова І. В., канд. філос. наук, доц. (Миколаїв)

Відповідальний за випуск: **Бобіна О. В.**

*Друкується за рішенням Вченої ради
Навчально-наукового гуманітарного інституту
Національного університету кораблебудування
імені адмірала Макарова
(протокол № 4 від 26.11.2025 р.)*

Гуманітарний вісник НУК: збірник наукових праць. — Випуск 18. —
Г 94 Миколаїв : Іліон, 2025. — 156 с.

У віснику опубліковані статті, що узагальнюють досвід роботи та результати досліджень у сфері вищої освіти та інших галузях знань. Основні рубрики вісника відповідають напрямам гуманітарної підготовки та соціально-гуманітарної освіти, яка здійснюється Навчально-науковим гуманітарним інститутом Національного університету кораблебудування. Вісник розрахований на викладачів, наукових працівників, фахівців, молодих науковців у сфері вищої освіти.

УДК 001(062.552)

© Національний університет кораблебудування
імені адмірала Макарова, 2025

УДК 305-055.2

Білокамінська Л. А.

студентка спеціальності 053 Психологія, Навчально-науковий гуманітарний інститут Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова (Україна, Миколаїв), reuserxz@gmail.com

Чугуєва І. Є.

доцент кафедри психологія, Навчально-наукового гуманітарного інституту Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова (Україна, Миколаїв), inna.chuhuieva@nuos.edu.ua

ПРОФЕСІЙНА САМОРЕАЛІЗАЦІЯ ЯК ЧИННИК СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ ЖІНОК

У статті здійснено теоретичний аналіз професійної реалізації жінки як важливого чинника становлення її особистості. Обґрунтовано актуальність дослідження з огляду на соціальні трансформації, зміну гендерних ролей, розширення можливостей жінок у сфері праці та необхідність забезпечення рівного доступу до професійного розвитку.

Розкрито психологічні аспекти професійного самоствердження жінки, її мотиваційну, ціннісну та ідентифікаційну складову. Визначено бар'єри, що перешкоджають повноцінній професійній самореалізації, зокрема гендерні стереотипи, конфлікти між професійною та сімейною сферами, обмежений доступ до керівних позицій. Показано, що успішна професійна реалізація жінки позитивно впливає на її самооцінку, суб'єктивне відчуття щастя, соціального статусу та психологічну зрілість.

Ключові слова: професійна реалізація, жінка, становлення особистості, гендерні ролі, самореалізація, особистісне зростання.

Постановка проблеми. У сучасному суспільстві спостерігається значна динаміка змін у сфері зайнятості, кар'єрного зростання та розподілу гендерних ролей. Жінки все частіше прагнуть досягнення професійних висот, поєднуючи кар'єру з іншими сферами життя. Проте, попри позитивну динаміку, існують соціальні, культурні та психологічні бар'єри, які ускладнюють або обмежують їхню професійну реалізацію. Наслідком цього стає гальмування особистісного розвитку, емоційне вигорання, почуття незадоволеності або невідповідності власному потенціалу. Саме тому дослідження професійної реалізації жінки як чинника становлення її особистості набуває особливої наукової та соціальної значущості.

Мета статті – теоретично обґрунтувати феномен професійної реалізації жінки, визначити її значення для становлення особистості, а також виокремити соціальні та психологічні чинники, що цьому сприяють або перешкоджають.

Актуальність дослідження. У контексті сучасної динамічної реальності, коли змінюються моделі лідерства, способи професійної взаємодії та уявлення про гендерні ролі, питання професійної реалізації жінки стає предметом широкого суспільного та наукового обговорення.

Професійне самоствердження жінки має потужний вплив на формування її «Я-концепції», реалізацію цінностей, розвиток рефлексивності та відповідальності. Це також дозволяє жінці впливати на соціальні процеси, долати стереотипні обмеження й виступати суб'єктом інноваційних змін.

Водночас значна частина жінок усе ще зіштовхується з викликами, такими як дискримінація, подвійне навантаження (робота і сім'я), що вимагає

глибшого психологічного аналізу й пошуку підтримувальних механізмів для їх особистісного зростання.

Результати дослідження. Аналіз наукових джерел свідчить про комплексний характер професійної реалізації жінки, яка охоплює:

- **мотиваційний аспект** (внутрішня потреба у досягненні, прагнення до самореалізації, соціальна відповідальність, бути незалежною від чоловіка),
- **ціннісний аспект** (пріоритети між роботою, сім'єю, дозволяям, особистісним розвитком),
- **ідентифікаційний аспект** (усвідомлення себе як професіонала, лідера, експерта).

Дослідники (О. Бандура, Л. Орбан-Лембрик) акцентують на тому, що професійна самореалізація тісно пов'язана з особистісною автономією, емоційною стабільністю, креативністю та цілеспрямованістю.

Наявність можливостей для навчання, кар'єрного росту, психологічної підтримки, визнання та поваги в колективі сприяє формуванню позитивної Я-ідентичності, підвищенню самооцінки та суб'єктивного добробуту жінки.

Натомість перешкодами виступають:

- соціальні очікування традиційних гендерних ролей;
- брак ресурсів для поєднання професійного і сімейного життя;
- занижена самооцінка та «синдром самозванця»;
- психологічне вигорання.

Професійна реалізація стає для жінки не лише засобом економічного забезпечення, а й важливим чинником особистісного становлення – розвитку рефлексії, відповідальності, цілісності та автентичності.

Висновки. Професійна самореалізація жінки є важливим чинником її особистісного становлення, оскільки сприяє формуванню цілісної Я-концепції, розвитку відповідальності, самоповаги та психологічної зрілості. Успішна реалізація в професійній сфері дозволяє жінці не лише досягати особистісного та соціального визнання, а й долати внутрішні суперечності, пов'язані з традиційними гендерними установками.

Аналіз наукових джерел показав, що процес професійного самоствердження жінки є комплексним та багатоаспектним. Він включає мотиваційний, ціннісний та ідентифікаційний компоненти, кожен з яких відіграє важливу роль у формуванні особистості. Позитивні результати спостерігаються тоді, коли жінка має доступ до ресурсів для навчання, кар'єрного зростання, підтримки в колективі та можливості поєднувати роботу з іншими сферами життя.

Водночас залишаються актуальними проблеми, що ускладнюють цей процес, зокрема гендерні стереотипи, дискримінація, психологічні бар'єри, «синдром самозванця», а також конфлікт між професійною та сімейною роллю. Це вимагає створення умов для гендерної рівності, розробки програм підтримки жінок у сфері праці та зміни суспільних уявлень про роль жінки в професійному середовищі.

Отже, професійна самореалізація жінки має не лише індивідуальне, а й суспільне значення, будучи джерелом особистісного зростання та чинником

соціальних змін. Подальші дослідження в цьому напрямі можуть сприяти розробці ефективних психологічних і соціальних стратегій підтримки жінок у їх професійному становленні.

Список використаних джерел

1. Бем С. Л. Гендерна психологія / пер. з англ. Київ: Основи, 2003. 256 с.
2. Василенко І. В. Професійна самореалізація особистості: соціально-психологічний контекст. Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка, 2014. 164 с.
3. Кочюба О. І. Психологія професійного становлення жінки в умовах соціальних трансформацій. Івано-Франківськ: Прикарпатський національний університет, 2019. 212 с.
4. Леонтьев Д. А. Тест смисложиттєвих орієнтацій (адаптована версія українською). *Методичні матеріали з психодіагностики*. Київ: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2010. С. 58–65.
5. Маслоу А. Г. Мотивація та особистість / пер. з англ. Київ: Либідь, 2006. 456 с.
6. Роджерс К. Становлення особистості. Дивитися на психотерапію по-новому / пер. з англ. Львів: Літопис, 2001. 380 с.
7. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у пошуках сенсу буття. Київ: Либідь, 2003. 280 с.
8. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу / пер. з нім. Київ: Наш Формат, 2018. 200 с.
9. Чеснокова І. Ю. Психологічні чинники самореалізації в професійній діяльності жінки. Психологічні науки: реалії та перспективи. Київ: КНУ ім. Т. Шевченка, 2020. С. 74–79.
10. Шульга О. П. Гендерні аспекти розвитку особистості у професійній діяльності. *Вісник психології та соціальної роботи*. Київ: Університет «Україна», 2021. Вип. 4. С. 41–47.

Bilokaminska L. A., Student of the Specialty 053 Psychology, Education and Research Institute of Humanities of Admiral Makarov National University of Shipbuilding (Ukraine, Mykolaiv), reuserxz@gmail.com

Chuhuieva I. Ye., Associate Professor of the Department of Psychology, Education and Research Institute of Humanities of Admiral Makarov National University of Shipbuilding (Mykolaiv, Ukraine), inna.chuhuieva@nuos.edu.ua

PROFESSIONAL SELF-REALIZATION AS A FACTOR IN THE PERSONAL DEVELOPMENT OF WOMEN

The article presents a theoretical analysis of women's professional self-realization as an essential factor in their personal development. The relevance of the study is substantiated in the context of social transformations, changes in gender roles, the expansion of women's opportunities in the labor sphere, and the need to ensure equal access to professional development.

The psychological aspects of women's professional self-affirmation are explored, including motivational, value-oriented, and identity-related components. The article identifies barriers that hinder full professional self-realization, such as gender stereotypes, conflicts between professional and family roles, and limited access to leadership positions. It is demonstrated that successful professional realization positively affects women's self-esteem, subjective sense of happiness, social status, and psychological maturity.

Keywords: professional realization, woman, personal development, gender roles, self-realization, personal growth.

ЗМІСТ

ІНКЛЮЗІЯ ТА ПСИХОЛОГІЯ

ВІТАЛЬНІ СЛОВА	4
<i>Бережник О. В., Коренева Ю. П.</i> Емоційна грамотність як чинник збереження психологічного здоров'я студентської молоді в умовах соціальної нестабільності.....	6
<i>Білокамінська Л. А., Чугуєва І. Є.</i> Професійна самореалізація як чинник становлення особистості жінок.....	8
<i>Демкова Н. Ю., Рогальська-Яблонська І. П.</i> Особливості адаптації дітей шестирічного віку до навчальної діяльності	10
<i>Дігтяренко В. Ю., Литвиненко І. С.</i> Захисні механізми психіки в умовах стресових ситуацій.....	12
<i>Заїка Г. О., Олексюк О. М.</i> Соціально-психологічна робота з жінками, які стали жертвами домашнього насильства.....	14
<i>Карсканова С. В., Прийма О. М.</i> Особливості сепарації підлітків з особливими освітніми потребами.....	16
<i>Карсканова С. В., Ніязов Р. В.</i> Вибір стратегій поведінки особистості при внутрішньоособистому конфлікті.....	18
<i>Кравчук О. Ю.</i> Інклюзивне освітнє середовище в закладах вищої освіти: концепції, виклики та траєкторії розвитку	21
<i>Кравчук О. Ю.</i> Штучний інтелект як інструмент підтримки практики психологів у роботі з інклюзивними учнями.....	23
<i>Кравчук О. Ю., Новікова Г.</i> Інклюзивні підходи до психосоціальної підтримки підлітків: адаптація до різних потреб та контекстів	25
<i>Кравчук О. Ю., Райковська В. М.</i> Профорієнтація дітей з особливими потребами: міжгалузевий підхід, індивідуальна підтримка та інклюзивні траєкторії розвитку.....	27
<i>Кравчук О. Ю., Ускова О. М.</i> Моніторинг розвитку соціальних навичок за допомогою ШІ: приватність, етика та інтерпретація результатів	29
<i>Кравчук О. Ю., Христиановська Л. А.</i> Роль сім'ї та партнерського оточення в процесі психологічної реабілітації жінок	31
<i>Курчатова А. В.</i> Теоретико-методологічні підходи розкриття механізмів реалізації супервізії в інклюзивній освіті.....	33
<i>Ларченко І. В., Богданова О. В.</i> Інноваційні тенденції та впровадження технологій штучного інтелекту у вищій освіті.....	35

Ларченко І. В., Іщенко О. А.	Модераційний ефект емоційного інтелекту у збереженні автономної мотивації студентів в умовах стресогенності.....	38
Ларченко І. В., Іщенко Я. П.	Взаємозалежність когнітивних та емоційних процесів у стані довготривалого стресу в осіб, що мешкають у прифронтових зонах.....	40
Литвиненко І. С.	Послуга раннього втручання – перша сходинка інклюзії.....	43
Литвиненко І. С., Гончарова О. О.	Емоційне вигорання працівників гуманітарної сфери та представників допомагаючих професій в контексті ургентного реагування	44
Литвиненко І. С., Джигота Е. В.	Деякі аспекти психологічної допомоги військовим після повернення з зони бойових дій засобами арттерапії.....	47
Литвиненко І. С., Малюжеко М. В.	Формування пізнавальної мотивації у дітей молодшого шкільного віку	49
Матко Д. А., Олексюк О. М.	Вплив соціальних мереж на формування ціннісно-сислової сфери особистості.....	51
Матко Д. А., Олексюк О. М.	Соціальні мережі як середовище конструювання ідентичності та ціннісних пріоритетів.....	53
Межуєва К. Д., Олексюк О. М.	Особливості ментального здоров'я жінки у перинатальний період	55
Межуєва К. Д., Олексюк О. М.	Психологічні особливості адаптації до вагітності та подолання ознак посттравматичного стресового розладу, отриманого внаслідок пережитих психотравмуючих ситуацій.....	57
Михальченко Н. В.	Складові готовності майбутніх вчителів початкових класів до розвитку рефлексії учнів в умовах інклюзивного навчання	60
Михальченко Н. В., Криницька О. О.	Психологічна підтримка осіб, які пережили травматичні події: комплексний аналіз методів, ефективності та факторів впливу	63
Михальченко Н. В., Михальченко І. В.	Симптоми професійного вигорання педагогів та фахівців	65
Мірзоян К. О.	Взаємозв'язок самооцінки та рівня самоактуалізації у творчих особистостей.....	68
Мочалова О. В.	Особливості розвитку пізнавальних процесів дітей дошкільного віку з порушенням інтелектуального розвитку.....	69
Олексюк О. М., Корнієнко В. А.	Особливості проявів ПТСР у військових і шляхи запобігання.....	71
Прасол Д. В.	Характер і причини визначення інвалідності серед осіб з особливими освітніми потребами, які здобувають освіти за умови інклюзивного навчання.....	73
Сінченко В. М., Коренева Ю. П.	Майндфулнес-практики як засіб збереження психоемоційної стійкості у волонтерській діяльності в умовах воєнного часу	75
Сеннар К. Б., Олексюк О. М.	Вплив професійного іміджу на ефективність консультативної діяльності психолога	77
Сеннар К. Б., Олексюк О. М.	Імідж психолога як чинник успішної професійної реалізації	79

Ткаченко О.	Прояви булінгу в закладах середньої освіти.....	81
Тур О. В.	Управління інклюзією у закладах вищої освіти: стратегії формування інклюзивної культури та їх вплив на результативність закладу освіти.....	82
Чугуєва І. Є., Мачечук Н. В.	Психологічні чинники соціальної реінтеграції учасників бойових дій	84
Яблонський А. І., Савицький О. В.	Теоретичні підходи до вивчення бойового стресу у військовослужбовців.....	86

МИКОЛАЇВЩИНА І ПІВНІЧНЕ ПРИЧОРНОМОР'Я: ІСТОРІЯ І СУЧАСНІСТЬ

Бєляков Д.	Імператорський Новоросійський університет – метеорологічна перлина Північного Причорномор'я.....	89
Галєєва М.	Психологічна допомога сім'ям загиблих воїнів.....	91
Гей С. П.	Грецькі топоніми Північного Причорномор'я: історико-лінгвістичний аспект	92
Гранченко М. В., Хрящевська Л. М.	Відкриття перших закладів освіти в Одесі (1794–1830-ті рр.)	95
Коваль Г. П., Ляшенко І. О.	Висвітлення моментів життя караїмів Одеси на сторінках газети «Одесские Новости» в кінці XIX – на початку XX ст.	96
Костирко Т. М.	Штучний інтелект як інструмент збереження культурної спадщини університетів.....	97
Нефьодов Д.	Освітнє та громадське значення історичного краєзнавства в сучасних вітчизняних закладах освіти	99
Рижева Н., Довбня В.	Пам'яткоохоронна діяльність на території Миколаївської області (2000–2019 рр.).....	101
Рижева Н., Михайлов М.	Культурні взаємовпливи у декоративному оздобленні піхов мечів Київської Русі	102
Семешин Е.	До біографії Валерії Містюк: Уродженка Миколаєва в історії радянської психології.....	104
Сергієва Ю. С., Матвієнко Л. В.	Експерименти на Засільському цукровому заводі: історичний екскурс.....	105
Тернович Б. П.	Голокост на Миколаївщині.....	106
Ткаченко О.	Прояви булінгу в закладах середньої освіти: теоретичний аналіз	107
Філенко А., Нефьодов Д.	Західна історіографія господарської реформи у СРСР 1965 р.	108
Фьольдварі Шандор.	Український газ під Чорним морем і перспективи турецьких інвестицій	111
Шевченко А.	Становлення землеробства у Буджаку на початку XIX ст.	112
Шевчук В.	Український націонал-комунізм 1918–1921 рр.: історіографічний та джерелознавчий аналіз	114

ДИЗАЙН

Данильченко Н. В., Гавловська Д. А.	Сучасні концепції в проектуванні дизайну плавучих будинків	116
Матійко Н. О., Бєлосвіт Я. О.	Управління дизайном в епоху цифрових технологій: синергія комп'ютерної графіки та креативних процесів.....	118
Матійко О. В., Обухова В. О.	Сучасні текстильні матеріали в інтер'єрних макетах: імітація оббивки і декоративних елементів.....	119
Портнов Д., Атанова Є.	Значення академічного рисунка у формуванні конструктивного мислення майбутніх дизайнерів.....	121

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ**Вакуліна Л. М., Лагерний Д. І.**

Фізичне виховання як компонента патріотичного формування молоді 123

СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНІ НАУКИ**Бобіна О. В.** Як працює Гуманітарний інститут на четвертий рік Великої війни 126**Валуєва Ю. А., Чурсіна А. О., Шаповалова І. В.**

Розвиток освіти південної України у XIX–XX ст. 130

Васильєва В. В., Лукашик В. І., Шаповалова І. В.

Війна і психічне здоров'я українців в умовах воєнного стану 132

Волкотрубенко Є. О., Шаповалова І. В.Еволюція портової інфраструктури Миколаївщини
як чинник економічного зростання південного регіону 135**Запесочний Н. О., Шаповалова І. В.**Розвиток суднобудівної промисловості Миколаївщини:
історичний вимір та сучасні перспективи 136**Залізко А. С., Шаповалова І. В.**Формування багатонаціонального культурного середовища
Північного Причорномор'я (кінець XVIII ст. – XIX ст.) 138**Корольова Т. М., Кравчук О. Ю.**Психологічні чинники медіаграмотності як елемент соціальної
компетентності індивіда 140**Михальченко Н. В., Молчанова О. М.**Готовність майбутніх вчителів початкових класів
до організації навчальної діяльності молодших школярів 141**Моїсеєнков А. В., Шаповалова І. В.** Особливості соціально-економічного життя

Північного Причорномор'я у період 1917–1921 рр. 144

Надточій І. В.Взаємодія медицини та освіти у реалізації програм раннього
втручання у розвиток дитини 146

ВИМОГИ ДО СТРУКТУРИ ТА ОФОРМЛЕННЯ НАУКОВИХ СТАТЕЙ 154

ЗРАЗОК ОФОРМЛЕННЯ СТАТТІ 155