



**Міністерство освіти і науки України  
Державний заклад «Південноукраїнський національний  
педагогічний університет імені К.Д.Ушинського»  
Соціально-гуманітарний факультет  
Кафедра загальної та диференціальної психології**

## **«АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ: ТЕОРІЯ, ДОСВІД, ПРАКТИКА»**

**ЗБІРНИК НАУКОВИХ СТАТЕЙ  
Всеукраїнської науково-практичної конференції  
24-25 квітня 2025 року**

Одеса

2025

УДК 159.9: 37.015.3

А 43

*Друкується за ухвалою Вченої ради Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д.Ушинського» (протокол № 16 від 29.05.2025 року)*

**А 43 Актуальні проблеми сучасної психології: теорія, досвід, практика** / Збірник матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Одеса, 24-25 квітня 2025 року) / за ред. М.Й.Казанжи. Одеса: Університет Ушинського, 2025. 718 с.

**Редакційна колегія:** Казанжи М.Й., доктор психологічних наук, професор; Саннікова О.П., доктор психологічних наук, професор; Дідух М.Л., доктор психологічних наук, доцент; Водолазська О.О., кандидат психологічних наук, доцент; Бринза І.В., кандидат психологічних наук, доцент; Борисова О.О., кандидат юридичних наук, доцент; Василенко І.А., кандидат психологічних наук, доцент; Ульянова Т.Ю., кандидат психологічних наук, доцент; Черножук Ю.Г., кандидат психологічних наук, доцент; Оріщенко О.А., кандидат психологічних наук, доцент.

Збірник призначений для фахівців у галузі психології, наукових дослідників і практиків, викладачів закладів вищої освіти, педагогів і вихователів, докторантів, аспірантів та студентів. Рекомендації щодо впровадження результатів конференції полягають у підвищенні обізнаності науковців, викладачів і аспірантів щодо наслідків та перспектив становлення особистості у невизначеному світі та можливостей практичного використання досягнень загальної психології, психології особистості, історії психології тощо в сучасних умовах освіти та науки.

Матеріали опубліковано в авторській редакції. Відповідальність за достовірність викладеного матеріалу покладено на авторів статей. Думки авторів можуть не збігатися з позицією редколегії.

ISBN 978-617-7757-40-4

©Автори статей, 2025  
© Університет Ушинського

2025

9. Sullivan W. M., Colby A., Wegner J. W., Bond, L., & Shulman, L. S. *Educating Lawyers: Preparation for the Profession of Law*. San Francisco: Jossey-Bass. 2007.

10. Walton G. M., & Yeager D. S. Seed and Soil: Psychological Affordances in Contexts Help to Explain Where Wise Interventions Succeed or Fail. *Current Directions in Psychological Science*. 2020. 29(3). P.219-226.

**СУЧАСНІ МЕТОДИ ТА ТЕХНОЛОГІЇ ПСИХОКОРЕКЦІЇ,  
ПСИХОТЕРАПІЇ ТА ГРУПОВОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ**

**УДК: 159.922**

**Бринза І.В.,**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та диференціальної психології,  
Державний заклад «Південноукраїнський національний  
педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»

**Гірман Ю.В.,**

здобувачка другого (магістерського) рівня вищої  
освіти за спеціальністю 053 Психологія,  
Державний заклад «Південноукраїнський національний  
педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»

**ЕМОЦІЙНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЖІНОК-  
ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ДО І  
ПІСЛЯ АРТ-ТЕРАПІЇ: РЕЗУЛЬТАТИ  
ДОСЛІДЖЕННЯ**

**Анотація.** У повідомленні представлено результати статистичного аналізу рівня емоційного благополуччя жінок – внутрішньо переміщених осіб –

до та після участі в корекційній програмі із застосуванням арт-терапевтичних технік. Отримані дані засвідчують наявність статистично значущої різниці між показниками до та після проходження програми ( $p < 0,05$ ), що дозволяє з високим ступенем достовірності стверджувати про не випадковість зафіксованих змін. Зафіксовано достовірну позитивну динаміку емоційного стану учасниць після арт-терапевтичного втручання. Використання арт-терапевтичних технік продемонструвало високу ефективність у підвищенні рівня емоційного благополуччя жінок, які перебувають у кризовій ситуації. Отримані результати дають підстави рекомендувати включення арт-терапевтичних методів до програм психологічної підтримки та реабілітації внутрішньо переміщених осіб.

**Ключові слова:** емоційне благополуччя, внутрішньо переміщені особи, арт-терапевтичні техніки, корекційна програма.

**Abstract:** The report presents the results of a statistical analysis of the emotional well-being levels of women who are internally displaced persons, before and after participating in a corrective program involving art therapy techniques. The data indicate a statistically significant difference between the indicators measured before and after the program ( $p < 0.05$ ), which allows us to assert with a high degree of confidence that the observed changes are not random. A reliable positive dynamic in the emotional state of participants was recorded following the art therapy intervention. The use of art therapy techniques

demonstrated high effectiveness in improving the emotional well-being of women in crisis situations. The findings provide a strong basis for recommending the inclusion of art therapy methods in psychological support and rehabilitation programs for internally displaced persons.

**Key words:** emotional well-being, internally displaced persons, art therapy techniques, corrective program.

Розгортання російсько-українського конфлікту в повномасштабну війну призвело до масштабної внутрішньої та зовнішньої міграції українців. За даними Міністерства соціальної політики станом на 22.10.2024 р. в Україні офіційно зареєстровано 4646735 внутрішньо переміщених осіб, а за інформацією Міжнародної організації з міграції, майже 6,5 мільйонів українців стали біженцями по всьому світу.

Для людини міграція є глибоко стресогенним процесом, що нерідко супроводжується тривалим емоційним напруженням. Розлука з домом і близькими, невизначеність щодо майбутнього, адаптаційні труднощі в новому середовищі – усе це негативно впливає на психічне здоров'я переселенців. В українському законодавстві терміни «внутрішньо переміщена особа» і «вимушений переселенець» вживаються як синоніми, тому в подальшому тексті ці поняття використовуються рівнозначно [1].

Аналіз наукових джерел свідчить про існування подвійної психологічної травматизації серед переселенців. Перша, – через безпосередній досвід або

свідчення травматичних подій, які змусили людину залишити місце проживання; друга, – через необхідність адаптації до нових умов життя в незнайомому соціальному середовищі [4].

За словами професорки І. Трубавіної, навіть після зникнення безпосередньої загрози, переселенці часто стикаються з глибокими емоційними переживаннями – почуттям провини, страхом втрати ідентичності, безпорадністю, тривожністю, які мають довготривалий вплив на емоційний стан і поведінку людини [3]. Водночас, як зазначає доктор філософії Валентин Кердиво, психологічний вплив вимушеного переміщення має гендерну специфіку й проявляється по-різному у чоловіків та жінок [2].

Світовий досвід підтверджує, що жінки та дівчата серед вимушених переселенців є більш вразливими до психологічних, соціальних та економічних ризиків. Вони частіше зазнають гендерної дискримінації, мають додаткове навантаження у вигляді відповідальності за дітей та підтримання емоційної стабільності родини. Це значною мірою поглиблює рівень емоційного напруження й потребує особливої наукової уваги.

Стан психічного здоров'я населення України на сьогодні є надзвичайно актуальним питанням, що потребує системного вивчення. Переживання воєнних дій, втрати, травми, голод або загроза голоду, невизначеність майбутнього – усі ці фактори серйозно впливають на емоційне благополуччя населення. В умовах хронічного стресу підвищується ризик розвитку

посттравматичного стресового розладу, тривожних і депресивних станів. Особистість, яка тривалий час перебуває під емоційним тиском, стикається з численними викликами: дефіцит часу, перевантаження, невизначеність ролей, тиск суспільства, що створює високий рівень емоційного виснаження [6].

У науковому дискурсі феномен благополуччя тісно пов'язується з поняттям психологічного здоров'я людини та розглядається як багатовимірне явище. У сучасній літературі використовуються різноманітні поняття, що відображають різні підходи до його розуміння, зокрема: «емоційне благополуччя», «емоційний комфорт», «соціальне благополуччя», «позитивне психічне здоров'я», «психологічне здоров'я». Така термінологічна варіативність свідчить про те, що благополуччя не має універсального визначення, адже його трактування залежить від наукової школи, дослідницьких завдань і культурного контексту. Крім того, оцінка благополуччя часто здійснюється через призму індивідуальних цінностей і цілей дослідника, що ускладнює розробку уніфікованих інструментів його вимірювання. У зв'язку з цим, дослідження емоційного благополуччя вимагає чіткого теоретичного обґрунтування та адаптації до конкретного соціального контексту, зокрема до ситуації вимушеного переселення.

Низка провідних учених зробила вагомий внесок у теоретичне осмислення феномену психологічного та емоційного благополуччя. Зокрема, Н. Бредберн розглядав благополуччя як баланс між позитивними та

негативними емоціями, підкреслюючи важливість емоційного досвіду для загального стану людини. Е.Дінер увів поняття «суб'єктивного благополуччя», до складу якого входять три ключові компоненти: наявність позитивного афекту, відсутність негативного афекту та загальна задоволеність життям [7]. К.Ріфф запропонувала багатовимірну модель психологічного благополуччя, яка включає такі елементи, як автономія, особистісне зростання, позитивні стосунки з іншими, самоприйняття, наявність життєвої мети та здатність контролювати навколишнє середовище [8].

Українські вчені також зробили суттєвий внесок у розвиток уявлень про психологічне й емоційне благополуччя. Так, Л.Сохань, С.Максименко, І.Бех, М.Чепельова підкреслюють, що емоційна сфера особистості є ключовим індикатором її психічного здоров'я, а емоційне благополуччя є важливою умовою гармонійного розвитку індивіда в соціальному середовищі. У своїх дослідженнях У.Нікітчук та В.Федун диференціюють зовнішні (економічні, соціальні, інституційні) та внутрішні (особистісні, психологічні) чинники, що впливають на рівень благополуччя [2]. Значну увагу приділено й дослідженням адаптаційних стратегій особистості у кризових обставинах, зокрема в умовах вимушеного переселення.

Попри активне вивчення теми благополуччя в зарубіжних і вітчизняних психологічних школах, проблематика емоційного благополуччя жінок із досвідом внутрішнього переміщення залишається



недостатньо опрацьованою в українській науковій літературі. Це зумовлює актуальність подальших емпіричних досліджень, спрямованих на вивчення особливостей емоційного стану жінок-переселенок та розробку ефективних психокорекційних програм підтримки.

*Мета* повідомлення полягає у представленні результатів статистичного аналізу рівня емоційного благополуччя жінок - внутрішньо переміщених осіб до та після проходження корекційної програми із застосуванням арт терапевтичних технік.

У дослідженні взяли участь 30 жінок віком від 27 до 58 років, які мають статус внутрішньо переміщених осіб. Вони були переселені в період з 2016 по 2024 рік із Донецької, Луганської, Харківської, Запорізької, Миколаївської та Херсонської областей. Усі учасниці були залучені до психологічного реабілітаційного проекту «Арт-марафон». У межах проекту реалізовувалась корекційна програма, що передбачала 16 занять з АРТ-терапії, спрямованих на емоційну стабілізацію та забезпечення психоемоційної підтримки. Заняття проводилися протягом двох місяців у форматі структурованих групових сесій. Діагностика емоційного благополуччя здійснювалася за допомогою методики «Орієнтовна оцінка емоційного благополуччя», яка дозволяє комплексно оцінити настрій, самопочуття та ставлення до навколишнього середовища. Обробка емпіричних даних здійснювалася за допомогою пакету статистичного аналізу SPSS v.24. Використання методів описової статистики забезпечило

надійність, валідність та об'єктивність отриманих результатів.

Результати порівняльного аналізу загального показника рівня емоційного благополуччя до і після корекційної програми представлені у вигляді гістограми на рис. 1. Для статистичної перевірки використано парний t-критерій Стьюдента.

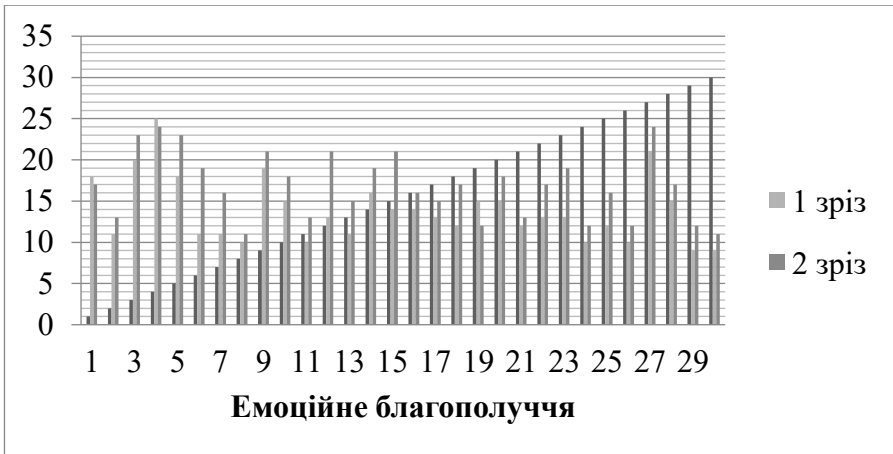


Рис.1. Гістограма рівня емоційного благополуччя жінок – внутрішньо переміщених осіб до і після корекційного втручання

Візуальний аналіз рис.1. та обчислювання t-критерію Стьюдента засвідчують, про наявність достовірних різниць між двома результатами опитування за методикою емоційного благополуччя. Підтвердження даному факту подано у табл.1.

Таблиця 1.

## Статистичні характеристики

Показники	1 зріз	2 зріз	Різниця між зрізами
Середнє значення	13.83	16.83	-3.000
Стандартне відхилення	3.88	3.99	2.449
t-статистика			-6.708
p-значення			< 0.001

Як видно з табл. 1, середнє значення показника емоційного благополуччя до проведення корекційної програми становило 13,83 одиниці, після втручання - 16,83 одиниці. Середнє зростання між зрізами склало +3,0 одиниці. Розраховане значення t-статистики становить -6,71, а p-значення –  $p < 0,001$ .

Отримані результати свідчать про статистично значущу різницю між показниками до і після застосування програми корекції ( $p < 0,05$ ), що дозволяє з високим ступенем достовірності стверджувати, що зафіксовані зміни не є випадковими. P-значення вказує на достовірну позитивну динаміку емоційного стану учасниць після проходження АРТ-терапевтичного втручання.

Таким чином, застосування АРТ-терапевтичних технік продемонструвало високу ефективність у підвищенні рівня емоційного благополуччя учасниць проєкту. Отримані дані дають підстави рекомендувати залучення АРТ-терапевтичних вправ до програм психологічної підтримки та реабілітації.

## Література:

1. Кердивар В. В. Синдром жертви у внутрішньо переміщених осіб із зони локального воєнного конфлікту: кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису. Харків: Національний університет цивільного захисту України, 2020. 124 с.

2. Нікітчук У. І., Федун В. П. Операціоналізація поняття «Психоемоційне благополуччя особистості». *Науковий вісник: зб. наук. праць Ужгородського національного університету*. 2022. №2. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.2>

3. Проблеми внутрішньо переміщених осіб в Україні як основа ведення випадку в соціальній роботі з ними. Гібридна війна на Сході України в міждисциплінарному вимірі: витоки, реалії, перспективи реінтеграції: зб. наук. праць. Старобільськ: ДЗ «ЛНУ ім. Т. Шевченка», 2017. С. 324.

4. Сьомкіна І. С. Соціально-педагогічна робота з сім'ями вимушених переселенців: стан та перспективи. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. 2015. №11. С.102.

5. Шевчук В. В. Еволюція наукових поглядів на поняття «психологічне благополуччя». *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. 2024. №2. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2024.2.14>

6. Diener E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*. 1984. Vol.95. №3. P.542-575.

7. Ryff C.D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being.

УДК 159.923.42

Беляєвська Т. В.,  
здобувачка третього (освітньо-наукового) рівня вищої  
освіти за спеціальністю 053 Психологія,  
Державний заклад «Південноукраїнський національний  
педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»

## ОГЛЯД ПСИХОДІАГНОСТИЧНИХ ІНСТРУМЕНТІВ ДЛЯ ДОСЛІДЖЕННЯ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ: СУЧАСНИЙ СТАН ТА ПЕРСПЕКТИВИ

**Анотація.** У статті подано огляд психодіагностичних методик, що застосовуються для дослідження резильєнтності особистості. Описано ключові шкали, проаналізовано їх теоретичну основу, психометричні характеристики та рівень адаптації до українського контексту. Узагальнено відповідність методик різним концептуальним підходам до розуміння феномену та окреслено перспективи подальшої розробки локальних інструментів, релевантних сучасним соціокультурним умовам.

**Ключові слова:** резильєнтність, психодіагностика, адаптація методик, психологічна стійкість.

**Abstract.** The article provides an overview of psychodiagnostic methods used to study individual

## ***ОСОБИСТІСТЬ У ПРОСТОРИ ПРОФЕСІЙНОГО ЖИТТЯ***

<b>Бедан В.Б., Косинська Н.О.</b> Особистісні ресурси психолога, значущі у роботі з військовими.....	455
<b>Бринза І.В., Лончук С.В.</b> Аналіз структури психологічної ресурсності працівників у сфері публічного сервісу.....	467
<b>Доманська О.С.</b> Індивідуально-психологічні особливості самооцінки здобувачів-психологів.....	476
<b>Козачинська О.В.</b> Життєстійкість як чинник професійного самоздійснення психологів.....	488
<b>Максименко Ю.Б., Жданова Н.І.</b> Теоретичне обґрунтування дослідження вигорання у працівників невиробничої сфери.....	497
<b>Санніков О.І., Коровкіна Т.В.</b> Статистичний аналіз толерантності та рішучості особистості волонтера.....	508
<b>Санніков О.І., Кушнерьова Т.П.</b> До питання професійної ідентичності.....	518
<b>Свідерко В.В.</b> Емоційне вигорання педагогів з різною життєстійкістю.....	528
<b>Оріщенко О.А., Томіліна А.Ю.</b> Професійне самоздійснення майбутніх психологів з різним емоційним інтелектом.....	538
<b>Ульянова Т. Ю., Цубера М.С.</b> Професійне вигорання та його зв'язок з особистісною зрілістю.....	551
<b>Форманюк В. В.</b> Психологічні чинники, що впливають на формування професійної ідентичності майбутніх юристів.....	560

## ***СУЧАСНІ МЕТОДИ ТА ТЕХНОЛОГІЇ ПСИХОКОРЕКЦІЇ, ПСИХОТЕРАПІЇ ТА ГРУПОВОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ***

<b>Бринза І.В., Гірман Ю.В.</b> Емоційне благополуччя жінок-внутрішньо переміщених осіб до і після арт-терапії: результати дослідження....	568
<b>Беляєвська Т.В.</b> Огляд психодіагностичних інструментів для дослідження резильєнтності: сучасний стан та перспективи.....	578
<b>Bortov A.</b> Foundations of psychological support for mental well-being under wartime conditions.....	588
<b>Бедан В.Б. Юраш І.Ю.</b> Особливості взаємозв'язку самодостатності з різними типами переживання самотності.....	595
<b>Головко М.С.</b> Особистісні предиктори піддавання жінок насиллю у сім'ї.....	602
<b>Ходаківський О.І.</b> Психоемоційний вплив різних форм капеланської допомоги на поранених військовослужбовців.....	611