

**АКТУАЛЬНІ
ПРОБЛЕМИ
ПРАКТИЧНОЇ
ПСИХОЛОГІЇ**

Збірник наукових праць

Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції

16 травня 2025 р., м. Одеса

**MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE
STATE INSTITUTION "SOUTH UKRAINIAN NATIONAL PEDAGOGICAL
UNIVERSITY NAMED AFTER K.D. USHYNsky"
MOLDOVA STATE UNIVERSITY
UNIVERSITY OF THE NATIONAL EDUCATION COMMISSION, KRAKOW
VILNIUS UNIVERSITY
JOHNS HOPKINS UNIVERSITY
ODESA NATIONAL ECONOMIC UNIVERSITY
KHARKIV NATIONAL PEDAGOGICAL
UNIVERSITY NAMED AFTER H. S. SKOVORODA
CLASSICAL PRIVATE UNIVERSITY
VASYL' STUS DONETSK NATIONAL UNIVERSITY**

**ACTUAL PROBLEMS
OF PRACTICAL PSYCHOLOGY**

Collection of scientific works
International Scientific and Practical Internet Conference

May 16, 2025

Odesa – 2025

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД «ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ К. Д. УШИНСЬКОГО»
ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ МОЛДОВИ
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ КОМІСІЇ НАРОДНОЇ ОСВІТИ В КРАКОВІ
ВІЛЬНЮСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ
УНІВЕРСИТЕТ ДЖОНСА ГОПКІНСА
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ Г. С. СКОВОРОДИ
КЛАСИЧНИЙ ПРИВАТНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ДОНЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА**

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ
ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

Збірник наукових праць
Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції

16 травня 2025 року

Одеса – 2025

UDK 001+159.9 (063)
ВБК 72+88.4

Секція III.
**МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ВІЙНИ: ВЕКТОРИ
ДОСЛІДЖЕННЯ, ЗБЕРЕЖЕННЯ ТА ВІДНОВЛЕННЯ**

ПРОЯВИ РЕАКЦІЙ НА ВАЖКИЙ СТРЕС ТА ПОРУШЕННЯ АДАПТАЦІЇ ДОРОСЛИХ ПІД ЧАС ВІЙНИ	
Івченко Л. І., Мельничук І.В.	193
ГЕНЕРАЛІЗОВАНИЙ АФЕКТИВНИЙ РОЗЛАД: ОСОБЛИВОСТІ КЛІНІЧНОГО ПЕРЕБІГУ ТА СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ЙОГО ПОДОЛАННЯ	
Бернадзіковська Л.О., Фрунзе О.В.	196
ВИРАЗНІСТЬ ПСИХІЧНОЇ ВТОМИ У ХВОРИХ НА ОНКОЛОГІЧНІ ЗАХВОРЮВАННЯ	
Другаль К.І., Савенкова І.І.	200
ВПЛИВ ХРОНІЧНОГО СТРЕСУ У КОНТЕКСТІ ВІЙНИ	
Жданова Г. В., Венгер Г. С.	202
МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ВІЙНИ: СТОНС ЯК КЛЮЧ ДО РОЗУМІННЯ ПСИХОГЕННИХ СЕКСУАЛЬНИХ ДИСФУНКЦІЙ	
Заморока А. А.	205
ДЕПРЕСИВНИЙ СИНДРОМ У ПЕРЕБІГУ ПОСТТРАВМАТИЧНИХ СТРЕСОВИХ РОЗЛАДІВ	
Ігнатенко Е.В., Садова М.А.	207
ПРИКОРДОННИЙ РОЗЛАД ОСОБИСТОСТІ ТА ЙОГО ЕТИОЛОГІЯ В УМОВАХ СУЧАСНОСТІ	
Кандалова Д.В., Венгер Г. С.	210
ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ВТРАТИ ТА ГОРЮВАННЯ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	
Крисак А.О., Онищенко О.О.	213
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОБОТИ НАРКОЗАЛЕЖНИМИ ПАЦІЄНТАМИ	3
Лахута Л.П., Савенкова І.І.	216
ГОСТРА РЕАКЦІЯ НА СТРЕС: АДАПТИВНІ ТА ДЕЗАДАПТИВНІ МЕХАНІЗМИ В УМОВАХ ВІЙНИ	
Богдан Ж.Б., Логвиненко Л.І.	219
ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК МІЖ ПРИХИЛЬНІСТЮ ТА РОЗЛАДАМИ КОНСТРУКТУ «ОБРАЗУ ТІЛА»	
Маринюк Г.О., Савенкова І.І.	223
РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЗДОБУВАЧІВ МИСТЕЦЬКИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ	
Новська О. Р.	226
ТЕОРЕТИЧНА МОДЕЛЬ КОГНІТИВНИХ ЧИННИКІВ КОПІНГ- ПОВЕДІНКИ ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ	
Сивоконь О.Ю.	229
ВІЙНА ЯК СТРЕСОВИЙ ФАКТОР ВПЛИВУ НА ЕМОЦІЙНИЙ СТАН ТА ПІДЛІТКОВУ МОТИВАЦІЮ ДО НАВЧАННЯ	
Цимбалюк І.В., Головська І.Г.	231

4. Sylvester C. M., Barch D. M., Corbetta M., Power J. D., Schlaggar B. L., Petersen S. E. Functional connectivity of the amygdala in childhood anxiety disorders. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 2018. Vol. 57, No. 2. P. 89–96.
5. Cuijpers P., Karyotaki E., Weitz E., Andersson G., Hollon S. D., van Straten A. Cognitive-behavioural therapy for anxiety disorders: A meta-analysis. *Psychological Medicine*. 2019. Vol. 49, No. 3. P. 465–475.
6. Wells A. *Metacognitive Therapy for Anxiety and Depression*. 2nd ed. Guilford Press, 2021.
7. Tyrer P., Stein D. J., Murphy D. L. Generalised anxiety disorder: diagnosis and management. *BMJ*. 2019. Vol. 366. Article 15269.
8. Diefenbach G. J., Tolin D. F., Meunier S. A., Gilliam C. M. Generalized anxiety disorder: Advances in diagnosis and treatment. *F1000Research*. 2020. Vol. 9. Article F1000 Faculty Rev-1210.
9. Hoge E. A., Ivkovic A., Fricchione G. L. Generalized anxiety disorder: Diagnosis and treatment. *BMJ*. 2017. Vol. 356. Article j1151.
10. Baldwin D. S., Waldman S., Allgulander C. Evidence-based pharmacological treatment of generalized anxiety disorder. *International Journal of Neuropsychopharmacology*. 2021. Vol. 24, No. 1. P. 12–21.

ВИРАЗНІСТЬ ПСИХІЧНОЇ ВТОМИ У ХВОРИХ НА ОНКОЛОГІЧНІ ЗАХВОРЮВАННЯ

Другаль К.І., Савенкова І.І.

*Державний заклад «Південноукраїнський національний
педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»
(м. Одеса, Україна)*

У статті розглядається проблема психічної втоми у хворих на онкологічні захворювання як одного з найпоширеніших психологічних ускладнень, що виникають у процесі лікування [5; 7]. Мета дослідження полягає у вивченні рівня виразності цього феномену, його психологічних проявів та впливу на емоційний стан, когнітивну функціональність і якість життя онкопацієнтів [2; 4; 6]. На основі аналізу літературних джерел та клінічних спостережень виокремлено основні симптоми психічної втоми, фактори ризику та напрями психологічної підтримки [1; 8]. Автор підкреслює важливість раннього виявлення ознак психічної втоми та застосування мультидисциплінарного підходу до її корекції [3; 9].

Проблема психічної втоми в онкологічних хворих залишається малодослідженою у вітчизняній науковій традиції, попри її клінічну значущість [10]. У той час як медична складова онкопатології добре вивчена, психологічний компонент часто лишається поза увагою [7; 6]. Психічна втома має тенденцію до прихованого прояву, зумовленого як стигматизацією психологічних симптомів, так і звичкою пацієнтів применшувати свій емоційний стан на користь «фізичних» аспектів лікування [4; 8]. Це ускладнює своєчасну діагностику стану та призводить до його хронізації [2, 5].

Додаткову складність становить відсутність уніфікованих критеріїв оцінки психічної втоми, що унеможливорює формування стандартизованих протоколів допомоги [1; 10]. Наявність широкого спектра клінічних проявів – від когнітивного виснаження до емоційної відчуженості – потребує індивідуалізованого підходу до психотерапевтичної роботи [4; 9]. У зв'язку з цим

постає нагальна потреба у глибшому вивченні природи психічної втоми, її механізмів та способів ефективної психологічної підтримки пацієнтів в умовах онкологічного діагнозу [3; 6].

Мета дослідження: визначити рівень виразності психічної втоми у хворих на онкологічні захворювання та охарактеризувати її психологічні прояви з метою покращення психоемоційного супроводу даної категорії пацієнтів.

Об'єкт дослідження: психічна втома у хворих на онкологічні захворювання.

Предмет дослідження: особливості прояву психічної втоми та її вплив на емоційний стан, когнітивну функціональність та якість життя онкопацієнтів.

Психічна втома — це складний феномен, який виявляється не лише у виснаженні ресурсів нервової системи, а й у глибоких психологічних змінах, що торкаються емоційної, когнітивної та поведінкової сфер. В онкологічних пацієнтів ця проблема набуває особливого значення, оскільки тяжкість діагнозу, тривалий період лікування, хіміо- та променева терапія, а також страх смерті та біль є надзвичайно потужними стресогенними чинниками [1].

Психічна втома часто є малопомітною, проте суттєво впливає на хід лікування, мотивацію до боротьби із хворобою та здатність підтримувати соціальні зв'язки [2].

У психологічній літературі поняття психічної втоми тлумачиться як стійкий стан пригнічення психічної діяльності, що виникає внаслідок тривалого або надмірного нервово-психічного напруження [3]. За класифікацією М. Буриша, психічна втома може розглядатися як компонент емоційного вигорання, що включає в себе втрату сенсу, енергії та емоційного зв'язку з діяльністю [4].

У контексті онкології психічна втома переплітається з поняттями депресивності, тривожності та соматичних симптомів. Дослідження підтверджують, що понад 70% пацієнтів із діагнозом раку стикаються з тими чи іншими проявами психічної втоми протягом лікування [5].

Серед найхарактерніших проявів психічної втоми виділяють:

- а) хронічне відчуття виснаження, яке не минає навіть після відпочинку;
- б) зниження інтересу до повсякденних справ та соціальної взаємодії;
- в) порушення сну;
- г) когнітивні труднощі (зниження концентрації, забудькуватість);
- г) песимістичне сприйняття майбутнього [6].

Особливої уваги заслуговує так званий феномен "прихованої втоми", коли пацієнт намагається демонструвати оптимізм та активність, приховуючи реальний стан внутрішнього виснаження. Це часто спостерігається у жінок з онкологічними захворюваннями молочної залози [7].

Існує низка чинників, які посилюють або, навпаки, знижують рівень психічної втоми:

1. Тип і стадія онкологічного захворювання;
2. Тривалість та інвазивність лікування;
3. Рівень соціальної підтримки;
4. Індивідуальні особливості особистості (тип темпераменту, стиль подолання стресу);
5. Наявність супутньої тривожної або депресивної симптоматики [8].

Ефективною є система психологічного супроводу, що базується на мультидисциплінарному підході. Серед найбільш результативних методів корекції психічної втоми можна виділити:

- а) психоосвітні програми (інформування про природу втоми та шляхи її подолання);
- б) когнітивно-поведінкову терапію, зокрема роботу з ірраціональними переконаннями;
- в) майндфулнес-практики (усвідомленість, тілесні практики);
- г) групову терапію, яка дозволяє зменшити почуття ізоляції;
- г) арт-терапію, яка сприяє емоційному розвантаженню [9].

Психічна втома є серйозним ускладненням онкологічного захворювання, що здатне суттєво знижувати якість життя пацієнтів, їхню здатність до адаптації та мотивацію до лікування. Розуміння її природи, своєчасне виявлення симптомів і належна психологічна допомога можуть не лише покращити психоемоційний стан хворого, а й сприяти кращим результатам лікування. Психологи, що працюють в онкопсихології, мають враховувати індивідуальні особливості пацієнтів, стадію захворювання та контекст соціального оточення.

Література:

1. Вознесенська О.Ф. Психологія стресу: діагностика, корекція, профілактика. К.: Центр учбової літератури, 2016.
2. Kaplan H.I., Sadock B.J. Synopsis of Psychiatry. Lippincott Williams & Wilkins, 2022.
3. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Львів: Свічадо, 2018.
4. Burisch M. Das Burnout-Syndrom: Theorie der inneren Erschöpfung. – Springer, 2010.
5. Bultz B.D., Carlson L.E. Emotional distress: the sixth vital sign – future directions in cancer care. Psycho-Oncology, 2006.
6. Шевченко Л.О. Психологічна допомога важкохворим: теорія і практика. К.: Академія, 2019.
7. Spiegel D., Giese-Davis J. Depression and cancer: mechanisms and disease progression. Biological Psychiatry, 2003.
8. Піддубна Г.М. Психосоціальна адаптація онкопацієнтів: монографія. Черкаси: Брама-Україна, 2020.
9. Garland S.N. et al. Mindfulness-based stress reduction in cancer care. Journal of Clinical Oncology, 2014.
10. Науменко О.В. Основи онкопсихології. К.: Медицина, 2021.

ВПЛИВ ХРОНІЧНОГО СТРЕСУ У КОНТЕКСТІ ВІЙНИ

Жданова Г. В., Венгер Г. С.

*Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»
(м. Одеса, Україна)*

Війна має потужний деструктивний вплив на психологічний стан населення, оскільки зумовлює екзистенційні загрози та підсилює дію широкого спектра стресогенних чинників. Умови тривалого перебування під впливом характерних для воєнного часу стресорів призводять до формування феномена колективної психотравматизації, що охоплює значну частину суспільства. [3]