

**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

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ВПЛИВ КОЛЕКТИВНОЇ ТРАВМИ НА ФОРМУВАННЯ ДОСВІДУ СУСПІЛЬСТВА ПІСЛЯ КРИЗИ	
Костецька Л., Лазоренко Т. М.	102
ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я НАЦІЇ У КОНТЕКСТІ СУЧАСНОСТІ	
Цевух Ю. О., Цевух Л. Б.	105
СУЧАСНИЙ ПОГЛЯД НА ПСИХОПАТІЮ ТА ПРИЧИНИ ЇЇ ВИНИКНЕННЯ	
Мельничук І. В., Тодорова Л. О.	108
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ТА РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ	
Шадт Д.О., Симоненко С.М.	111
PECULIARITIES OF PERFECTIONISM AND TENDENCIES TOWARD SELF-HARM	
Taraniuk A.M., Kondratieva I.P.	115
METHODS OF PSYCHOLOGICAL ASSESSMENT AND DIAGNOSIS OF EMOTIONAL STATE	
Fastykovska A.S.	118
THE RELATIONSHIP BETWEEN GENDER IDENTITY AND LIFE SATISFACTION IN YOUNG WOMEN	
Glavan A., Bondarenco O.	121
THE PSYCHOLOGICAL ESSENCE OF A PERSON'S ATTITUDE TOWARD SUCCESS	
Bykova S.V.	124
ПРОЯВ АДАПТИВНИХ ТА ДЕЗАДАПТИВНИХ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У ОСІБ З РІЗНИМ РІВНЕМ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ	
Поспелова І.Д., Канюка О.Є.....	126
ПРОЯВ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ У ЖІНОК В УМОВАХ ВІЙНИ	
Денисенко А.О., Шувалова О.І.....	130
ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ КОМУНІКАТИВНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ	
Рошиор К.О., Розіна І.В.....	134
ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ТРИВОЖНОСТІ У СУЧАСНИХ ПІДЛІТКІВ	
Шимбарьов В.Р., Розіна І.В.....	140

Література:

1. Engel G.L. The need for a new medical model: a challenge for biomedicine // Science. – 1977. – Vol. 196, No. 4286. – P. 129–136.
2. Fava G.A., Tomba E. Mental disorders as 'dysfunctional patterns': new perspectives in the treatment of somatoform disorders // CNS Drugs. – 2010. – Vol. 24, No. 8. – P. 635–647.
3. Freud S. Introductory Lectures on Psychoanalysis. – London : The Hogarth Press, 1917.
4. Hofmann S.G., Asnaani A., Fang A. The Efficacy of Cognitive Behavioral Therapy: A Review of Meta-analyses // Cognitive Therapy and Research. – 2012. – Vol. 36. – P. 427–440.
5. Juster R.P., McEwen B.S., Lupien S.J. Allostatic load biomarkers of chronic stress and impact on health and cognition // Neuroscience and Biobehavioral Reviews. – 2010. – Vol. 35, No. 1. – P. 2–16.
6. Ліщинська І.І. Психосоматична медицина: міждисциплінарний підхід. – Київ : Книга-плюс, 2020. – 212 с.
7. МОЗ України. Протоколи надання психологічної допомоги в умовах війни. – Київ : МОЗ України, 2023. – 48 с.
8. Слободянюк О.О. Стрес, тривога та тілесні прояви: психотерапевтичні підходи // Актуальні проблеми психології. – 2022. – Т. 4(16). – С. 45–59.

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ВПЛИВ КОЛЕКТИВНОЇ ТРАВМИ НА ФОРМУВАННЯ ДОСВІДУ СУСПІЛЬСТВА ПІСЛЯ КРИЗИ.

Костецька Л., Лазоренко Т. М.

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

Постановка проблеми. Терористичні акти, примусове переміщення, масові техногенні чи природні катастрофи, пандемії та збройні конфлікти, протягом останніх десятиліть, все частіше набувають масштабності, що призводить до глибоких деструктивних наслідків для людської психіки.

Саме так, руйнуються межі індивідуальної травматизації та набувається характер колективної травми, яка зачіпає групи спільнот, народів, націй. Така травма, окрім впливу на психосоціальне та емоційне функціонування окремого індивіда, змінює в межах великих систем соціальних осередків ідентичність, довіру, ставлення до безпеки, комунікації та спосіб мислення.

Феномен колективної травми полягає в тому, що формується певне поле досвіду, котре проходить крізь покоління створюючи спільні наративи, поведінкові моделі, соціальну пам'ять та культурні образи.

На рівні громад чи націй, у процесі проживання кризи, проглядаються спільні реакції на стрес, які коливаються від підвищення солідарності й колективної мобілізації до масової тривожності, апатії, агресивності чи, взагалі, до депресивних тенденцій. Такі реакції, можуть мати як короткотривалий вплив, так, водночас, і пролонгований. Саме вони в посткризовий період і визначають вектор розвитку суспільства.

Хоча актуальність даної теми зростає, психологічна наука вітчизняного періоду, на сьогодні, має недостатню системну досліджуваність. Зокрема, не вистачає теоретичних узагальнень та емпіричних даних щодо механізмів формування ідентичності, впливу на соціальну поведінку колективної травми, її колективного подолання та ресурсної трансформації травматичного досвіду. Відзначається, також і актуальність вивчення ролі психолога, як ролі фахівця, котрий може знизити ризики повторної травматизації, посприяти формуванню

соціальної стійкості через сприяння інтеграції та осмисленню досвіду у більш конструктивному форматі.

Варто зауважити, що досліджуючи психологічний вплив колективної травми на суспільний досвід, що формується у посткризовий період має важливу значимість як у науковому, так і у практичному форматі для відновлення, зокрема, як здорового соціального клімату, так і сталого розвитку в цілому, враховуючи розробку ефективних програм психосоціальної підтримки.

Виклад основного матеріалу дослідження. Незалежно від своєї природи, травматичний досвід, є радикальним порушенням цілісності та функціонування психосоціальних чи особистісних структур, які втрачають здатність до негайного самовідновлення під впливом надмірного деструктивного чинника. Відновлення потребує активації компенсаторних спеціалізованих механізмів, які відсутні у ситуації стабільного та ненасильницького розвитку. Деякі випадки характеризуються спонтанними процесами реорганізації та психічної регенерації, повертаючи систему до відносної рівноваги. У більш складніших випадках, вкрай необхідною є зовнішня підтримка, зокрема психотерапевтичне втручання. Хоча, не виключенням є і ситуації, в котрих неможлива повна реконструкція внутрішніх структур. Відповідно, головним завданням постає перехід з дестабілізованого та критичного станів до функціонально адаптованого, мінімізуючи залишкові негативні наслідки. Під час незворотних змін їх крайні прояви охоплюють як тілесну нездатність (інвалідність), так і летальні наслідки, котрі унеможливають збереження життя як такого. [1, с. 102]

Саме на основі загальнішого поняття психологічної травматизації і розгортається інноваційність ідеї колективної травми, котра схильна набувати як клінічних форм (прикладом можна зазначити посттравматичний стресовий розлад), так і мати латентні чи субклінічні прояви, котрі пов'язані із дезінтеграцією фундаментальних уявлень про навколишню дійсність та уявлень особистості про себе чи інших. Визначальною ознакою колективної травми є її трансляція за межі кола безпосередніх жертв та проникнення у свідомість тих, хто не попав під прямий вплив травмуючих подій.

Таким чином, це явище охоплює широку мережу міжособистісних зв'язків, набуває характеру соціального феномена, а значить виходить за межі просторової чи особистісної локалізації. [2, с. 22]

Як соціально-психологічний феномен, колективна травма, виникає внаслідок подій, які порушують устаткований устрій життя великої кількості людей і визначаються як екстремальні події. Відповідно, до них можна віднести природні катастрофи, війни, пандемії, масові насильницькі дії або системні політичні репресії. Саме від таких подій в індивідуальній психіці залишаються глибокі сліди., але водночас, трансформується суспільна свідомість щодо уявлень безпеки, соціальної довіри та колективної ідентичності.

Окрім того, формування колективної травми під впливом значущих історичних катастрофічних подій, дозволяють визначати її як глибинне психосоціальне явище, котре підсилюється у свідомості великих соціальних груп. Зважаючи на те, що вона символічно та афективно впливати на осіб, котрі на були прямими її учасниками чи свідками, а не лише обмежується фізичним охопленням постраждалих чи безпосередньо зв'язком з подією, виокремлюється певна специфіка травматичної події.

Феномен травматичного досвіду характеризується пролонгованою дією. Він постає як частина колективної ідентичності, вкорінюється в культурному дискурсі й транслюється між поколіннями, набуваючи форми транскультуральної пам'яті, що живе поза часовими межами самої події. [3, с. 200]

У порівнянні з індивідуальною травмою, локалізованою в особистісному досвіді, відмінність колективної травми полягає в охопленні нею значної кількості осіб і постає, як частина спільного емоційного та культурного зв'язку. Ще однією, особливістю колективної травми є її шлях між поколіннями через традиції, ритуали пам'яті, мовчазні наративи, мистецтво та літературу.

Внаслідок чого, формується «травмована культура», котра є особливим типом посттравматичної поведінки. У цій «культурі» зростають рівні відчуження, апатії, недовіри, тривоги та гіперконтролю. Водночас в суспільстві виникають героїзація пережитого досвіду, солідарність, підвищена соціальна, які визначаються як компенсаторні реакції.

Звернемо увагу й на колективну пам'ять, як одну з вагомих психологічних механізмів, котрі застосовують під час формування суспільного посткризового досвіду. Вона відповідає за те, які саме елементи травматичного досвіду будуть збережені, трансформовані чи витіснені. Саме такі травматичні події, неосмисленні та витіснені поля суспільної свідомості, сприяють формуванню паталогічних колективних наративів, від почуття сорому до ідеалізації агресора чи, навіть, жертви.

Дослідження останніх років фокусують увагу на реакціях суспільства на травму, виокремлюючи їх як деструктивними, так і адаптивними. Відповідно негативними наслідками колективної травми можуть бути: фрагментація суспільства, зниження здатності до емпатії, масова тривожність, зростання соціальної агресії, втрата довіри до інституцій. Натомість, до адаптивних реакцій, включають: розвиток волонтерського руху, створення нових форм соціальної взаємодії, посилення громадянської свідомості, зміцнення національної ідентичності.

Ще одним з важливих напрямків є дослідження щодо вивчення відмінностей сприйняття колективної травми у ракурсі різних соціальних груп щодо регіональної чи вікової складової або ж залежно від попереднього досвіду. Тому і потребується для роботи з колективною пам'яттю та психосоціальною підтримкою розробка диференційованих підходів.

Формування практик соціального відновлення, включно з психотерапевтичними інтервенціями чи груповою підтримкою, спрямованою на перетворення колективної травми теж потребує особливої уваги. Адже вони сприяють як зменшенню, так і трансформації його в ресурс розвитку.

Отже, можна спостерігати тенденцію, коли дослідження психологічного впливу колективної травми відкривають перспективи не тільки для розуміння масштабних змін у суспільстві, а й для створення ефективних моделей відновлення, що інтегрують як індивідуальні, так і колективні стратегії подолання кризи. При цьому психологічна наука та практика мають у цьому процесі вагомий роль підтримуючи суспільство у проживанні кризи та допомагаючи вийти з неї з новими сенсами, цінностями та досвідом.

Висновок. Колективна травма це складний і багаторівневий феномен, котрий має глибокий вплив на психологічний стан суспільства. Вона змінює індивідуальні життєві стратегії та формує нові моделі соціальної взаємодії, ідентичності та культурної пам'яті. Пролонгований характер психологічного впливу колективної, котрий має своє проявлення безпосередньо як у переживаннях окремого індивіда, так і у наративах, символічних практиках, та у суспільних реакціях переданих від покоління до покоління. Саме осмисленість суспільства, його здатність до інтеграції та трансформації травматичних подій в історичний чи культурний контекст, без їх витіснення та відмові бути у стані жертви, впливає на формування посткризового досвіду.

Психолог у цьому процесі відіграє ключову роль, надаючи не лише індивідуальну чи групову допомогу, а й приймаючи участь під час формування безпечного середовища для осмислення травматичного досвіду у колективному форматі.

Підсумовуючи, варто зазначити, що подолання наслідків колективної травми є комплексним процесом потребуючим участі, як широкого кола фахівців, так і держави та громадянського суспільства. Тільки критичним переосмисленням, створенням конструктивних форм пам'яті та спільного пережитого зусилля можливе формування відповідального, стійкого та зрілого посткризового суспільства.

Література:

1. Горностай П.П., «Колективна травма як складна соціальна ситуація: системно-понятійний аналіз», «Психологія груп та міжособових відносин» Наукові студії із соціальної та політичної психології Вип. 48, 2021, с. 100 -111
2. Горностай П.П., «Психологія колективних травм: монографія / Павло Горностай»; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2023. – 336 с.
3. Фролова Н.В., «Феномен колективної травми в контексті сучасного українського досвіду її проживання»/«Collective trauma phenomenon in the context of the present day ukrainian going-throuhg – it experience», Габітус, Випуск 46, 2023, с. 199 -203

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я НАЦІЇ У КОНТЕКСТІ СУЧАСНОСТІ

Цевух Ю. О., Цевух Л. Б.

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

Одеський національний медичний університет

В умовах турбулентних змін оточуючого середовища, зростає навантаження на психіку людини і адаптаційні механізми не завжди здатні швидко відреагувати, оскільки чинників дестабілізації буває занадто багато. Як наслідок, зростає кількість людей, потребуючих психологічної або медичної психіатричної допомоги. Хоча психічне здоров'я є одним з основних прав людини, воно все більше піддається натиску з боку проблем сучасного світу.

Питаннями підтримки ментального здоров'я у світі займаються: Всесвітня організація з охорони здоров'я (ВООЗ), Генеральна Асамблея ООН, національні агенції з питань психічного здоров'я. В Україні основні питання психічного здоров'я регулюються законодавчо, надається підтримка через відповідні центри та громадські організації. Серед вітчизняних вчених можна назвати наступних: Івкін В. Карамушка, Л., Креденцер, О., Карамушка Л. М, Кремень В. Г, Куліш Т.