

**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

роботи лімбічної системи та лобно-скроневої кори, які відповідають за регуляцію настрою та поведінки, що може приводити до імпульсивної агресії та емоційної лабільності [1].

Література:

1. Вступ до психіатрії: пер.7-го вид., Дональд В. Блек, Ненсі К. Андреасен; наук. ред. пер. Ганна Кожина. ВСВ «Медицина», 2024. 597 с.
2. Довідник діагностичних критеріїв DSM-5-TR від Американської психіатричної асоціації/пер.з англ. О.Лизак, МюПрокопович, О.Антониши. Львів: «Компанія «Манускрипт»», 2024. 592 с.
3. Максименко С.Д. Загальна психологія, Видання 3-є, перероблене і доповнене. Навчальний посібник. Київ, Центр учбової літератури, 2023. 272 с.
4. Міжнародна статистична класифікація хвороб і проблем, пов'язаних зі здоров'ям, 10-й перегляд (МКБ-10) – версія BOO3 для; 2019 – covid-expanded. URL: <https://icd.who.int/browse10/2019/en#/F60.8> (дата звернення: 02.05.2025).
5. Мішиєв В.Д., Омелянович В.Ю., Гриневич Є.Г. Психіатрія. Еталони практичних навичок: електронний навчальний посібник. Київ, НМАПО імені П.Л. Шупика, 2018. ISBN 978-966-409-211-8.
6. МОЗ України. Публікація. URL: <https://www.facebook.com/moz.ukr/posts/pfbid02vfiYfwH3MsxkDKDxMkaSqWNf71X5yNzghznRipX7bhhWggHMXSGdgqsTD66V3kcWl> (дата звернення: 22.04.2025).
7. Павленко Т.-М. Розлади особистості: розвиток уявлень, сучасні класифікації, погляди на терапію. Тематичний номер «Неврологія, Психіатрія, Психотерапія». 2018. Т. 1, № 1. С. 64–65. URL: <https://health-ua.com/article/36225-rozradi-osobistost-rozvitok-uyavlen-suchasnklasifkatc-poglyadi-na-terapyu> (дата звернення: 30.04.2025).
8. Павленко Т.-М. Розлади особистості: еволюція поглядів і сучасна концептуалізація. НейроNews: психоневрологія та нейропсихіатрія. 2018. № 4-5. С. 36–39. URL: [https://neuronews.com.ua/ua/archive/2018/4-5\(97\)/pages-36-39/rozradi-osobistosti-evolyuciya-poglyadiv-i-suchasna-konceptualizaciya#gsc.tab=0](https://neuronews.com.ua/ua/archive/2018/4-5(97)/pages-36-39/rozradi-osobistosti-evolyuciya-poglyadiv-i-suchasna-konceptualizaciya#gsc.tab=0) (дата звернення: 22.04.2025).
9. Савенкова І.І. Патопсихологія, навчально-методичний посібник. Миколаїв, 2017.
10. Спицька Л. Психопатія: міф чи божевільна реальність?. Psychology Travelogs. 2023. № 2. С. 148–155. URL: <https://doi.org/10.31891/pt-2023-2-13> (дата звернення: 02.05.2025).
11. Центр громадського здоров'я МОЗ України. URL: <https://phc.org.ua/news/vidkrita-reestraciya-na-lekciyu-poshireni-psikhichni-rozradi-u-pacientiv-zpt-ta-osoblivosti> (дата звернення: 22.04.2025).
12. Daniel J.Fox, Antisocial, Narcissistic, and Borderline personality disorders. A new conceptualization of development, reinforcement, expression, and treatment; пер.з англ. О.М. Савінової. Київ. «Науковий світ», 2023. 240 с.
13. Patrick K. Psychopathy. Державний університет Флориди. URL: <https://surl.li/lmrqju> (дата звернення: 30.04.2025).
14. Robert D.Hare, Позбавлені совісті: лякаючий світ психопатів серед нас; пер.з англ. Я.І. Пізінціалі. Київ. «Науковий світ», 2023. 266 с.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ТА РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

Шадт Д.О., Симоненко С.М.

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

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми. У сучасному світі, що характеризується швидкими змінами та численними викликами, особливого значення набуває дослідження психологічних чинників, які сприяють

особистісному зростанню та адаптації. Самоактуалізація як процес реалізації потенціалу та пошуку сенсу життя є важливою для формування зрілої особистості, здатної до автономії, творчості та відповідальності. Водночас резильєнтність – здатність вдало адаптуватися до стресових ситуацій, долати труднощі та відновлюватися після травматичних подій – є необхідною умовою для психологічного добробуту та ефективного функціонування в умовах невизначеності.

Особливої актуальності набуває дослідження самоактуалізації та резильєнтності в юнацькому віці, оскільки цей період є критичним для формування ідентичності, ціннісних орієнтацій та механізмів адаптації. Юнаки стикаються з численними викликами, пов'язаними з навчанням, професійним самовизначенням, міжособистісними відносинами та пошуком свого місця в суспільстві. Розуміння особливостей самоактуалізації та резильєнтності в цей період має важливе значення для розробки ефективних стратегій підтримки та розвитку юнаків, зокрема – в умовах війни.

Мета дослідження: Виявити психологічні особливості самоактуалізації та резильєнтності в осіб юнацького віку.

Виклад основного матеріалу. Самоактуалізація є однією з ключових концепцій у сучасній психологічній науці, що відображає глибинні процеси особистісного зростання, пошуку сенсу життя та реалізації потенціалу. У сучасному психологічному дискурсі самоактуалізація розглядається не просто як абстрактний ідеал, а як динамічний процес, що включає такі важливі аспекти, як автентичність, внутрішня мотивація, ціннісні орієнтації та здатність до адаптації.

Дослідження останніх років підкреслюють тісний зв'язок між самоактуалізацією, внутрішньою мотивацією, емоційним благополуччям і задоволеністю життям. Зокрема, у теорії самодетермінації, розробленій Р. Раяном і Е. Дечі, самоактуалізація визначається як результат задоволення базових психологічних потреб в автономії, компетентності та взаємопов'язаності [5]. З цієї точки зору, самоактуалізація – це не просто прагнення стати «кращою версією себе», а глибинний процес, що розгортається в сприятливому соціально-психологічному контексті та вимагає певних внутрішніх і зовнішніх умов.

Важливим є також розгляд самоактуалізації як складного явища, що поєднує в собі процесуальну та станову природу. З одного боку, це динамічний процес постійного розвитку, розширення досвіду, самопізнання та реалізації потенціалу. З іншого боку, самоактуалізація може розглядатися як стан внутрішньої цілісності, гармонії, осмисленості життя та відчуття психологічного благополуччя. Таке розуміння самоактуалізації підкреслюється в дослідженнях В. О. Вовк та С. В. Грабішук, які наголошують на важливості самопізнання, ціннісного вибору, творчої активності, емоційної відкритості та соціальної залученості [1; 2].

У юнацькому віці самоактуалізація набуває специфічних рис, пов'язаних з процесами самопізнання, ціннісного вибору та формування автономії. Цей період характеризується активним пошуком сенсу життя, визначенням власних цілей та прагненням до реалізації індивідуального потенціалу.

Важливим аспектом самоактуалізації в юності є розвиток суб'єктності – здатності ухвалювати відповідальні рішення, здійснювати свідомий вибір та

адаптуватися до невизначеності. Юнаки стикаються з необхідністю самовизначення в різних сферах життя: освіті, професії, міжособистісних стосунках, що вимагає від них рефлексії, самоаналізу та готовності до екзистенційного ризику.

Дослідження показують, що самоактуалізація в юнацькому віці тісно пов'язана з емоційною зрілістю, відкритістю до нового досвіду та творчою активністю. Здатність виражати свої почуття, досліджувати різні можливості та знаходити нестандартні рішення сприяє процесу самопізнання та розгортання особистісного потенціалу.

Резильєнтність є важливим психологічним конструктом, що описує здатність особистості успішно адаптуватися до складних життєвих обставин, долати стреси та відновлюватися після травматичних подій. У сучасній психології резильєнтність розглядається не лише як відсутність негативних наслідків, а як активний процес позитивної адаптації, що включає особистісне зростання та розвиток психологічних ресурсів.

Сучасні дослідження резильєнтності підкреслюють її динамічний характер та контекстуальну зумовленість. Резильєнтність – це не статична риса, а скоріше процес, що розгортається в часі та залежить від взаємодії між індивідуальними характеристиками особистості та особливостями навколишнього середовища. Таке розуміння резильєнтності представлено в роботах українських дослідників, зокрема – Г. Лазоса, який розглядає резильєнтність як складну систему адаптивних механізмів, що дозволяють особистості зберігати психологічне благополуччя в умовах стресових ситуацій [3].

Важливим аспектом вивчення резильєнтності є визначення факторів, що сприяють або перешкоджають її розвитку. Дослідження показують, що резильєнтність пов'язана з цілим рядом індивідуальних ресурсів, таких як самооцінка, емоційний інтелект, когнітивні навички, соціальні зв'язки та внутрішня мотивація. Наприклад, К. Мілашенко у своїх дослідженнях підкреслює важливість автентичності як одного з ключових компонентів резильєнтності, оскільки відповідність поведінки внутрішнім цінностям сприяє формуванню внутрішньої сили та психологічної стійкості [4].

Особлива увага приділяється вивченню резильєнтності в юнацькому віці, оскільки цей період є критичним для формування особистісної ідентичності та адаптації до соціальних викликів. Розвиток резильєнтності в цей період передбачає формування ефективних стратегій подолання труднощів, вміння мобілізувати внутрішні та зовнішні ресурси, а також здатність знаходити позитивний сенс у складних ситуаціях. Дослідження підкреслюють, що резильєнтність у юнацькому віці пов'язана з такими факторами, як: самооцінка та віра у власні сили; навички саморегуляції; соціальна підтримка та позитивні міжособистісні стосунки; когнітивна гнучкість та оптимізм; наявність цілей та життєвих цінностей.

Матеріали та методи дослідження. У дослідженні з метою виявлення психологічних особливостей самоактуалізації осіб юнацького віку з різним рівнем резильєнтності було використано комплекс психодіагностичних методів. Для оцінки рівня самоактуалізації застосовувалися опитувальник «САМОАЛ» (адаптація А. Лазукіної та Н. Каліної) та самоактуалізаційний тест Е. Шострома. Рівень резильєнтності визначався за допомогою шкали резильєнтності Коннора-

Девідсона-10. У дослідженні взяли участь 50 осіб віком від 20 до 23 років. Опитування проводилося в онлайн-форматі з використанням платформи «Google Forms». Для аналізу отриманих даних використовувалися методи кількісного та якісного аналізу, а також методи математико-статистичної обробки, включаючи кореляційний аналіз Пірсона.

Результати дослідження. Аналіз отриманих даних за шкалою резильєнтності Коннора-Девідсона-10 виявив значні відмінності у здатності юнаків адаптуватися до складних життєвих обставин. Високий рівень резильєнтності продемонстрували 18 осіб, що становить 36% від загальної вибірки. Ці юнаки характеризуються здатністю ефективно пристосовуватися до змін, гнучкістю мислення, вмінням знаходити сенс у складних ситуаціях. Вони здатні зберігати спокій під тиском, приймати складні рішення та долати перешкоди. Середній рівень резильєнтності виявлено у 10 респондентів (20%). Це вказує на наявність певного потенціалу до адаптації, однак його прояви є нестійкими та залежать від конкретних обставин. Низький рівень резильєнтності виявлено у 12 учасників дослідження (24%). Ці юнаки мають труднощі у справлянні зі стресом, часто не вірять у свою здатність долати перешкоди, схильні до дезорганізації мислення, зниженої концентрації уваги, труднощів у контролі емоцій та прийнятті рішень.

Аналіз результатів дослідження самоактуалізації за допомогою опитувальника «САМОАЛ» та самоактуалізаційного тесту Е. Шострома виявив різноманітність рівнів вираженості окремих показників серед досліджуваних юнаків. Близько 27% досліджуваних продемонстрували високі показники за різними шкалами самоактуалізації, такими як орієнтація в часі, цінності, погляд на природу людини, потреба в пізнанні, творчість, автономність, спонтанність, саморозуміння, аутосимпатія та контактність. Це свідчить про наявність у цієї групи юнаків розвинених рис самоактуалізованої особистості. Найбільша частина вибірки (47%) показала середні рівні за цими ж шкалами. Це свідчить про те, що процеси самоактуалізації у них ще не завершені, можуть бути суперечності між внутрішніми прагненнями та зовнішніми впливами, недостатня цілісність та автономність. І, зрештою, 26% досліджуваних мають низькі показники самоактуалізації. Це може вказувати на наявність внутрішніх конфліктів, залежність від минулого, неприйняття себе та інших, закритість до нового досвіду, конформність та труднощі у встановленні глибоких міжособистісних зв'язків.

Висновки. Проведене дослідження підтвердило важливість вивчення самоактуалізації та резильєнтності в юнацькому віці як чинників, що сприяють особистісному зростанню та адаптації. Отримані результати свідчать про те, що значна частина юнаків знаходиться в процесі становлення самоактуалізованої особистості, але ще не досягла її повною мірою. При цьому виявлено значні відмінності у рівнях резильєнтності серед досліджуваних, що вказує на різний ступінь їхньої здатності долати життєві труднощі.

Встановлено, що самоактуалізація тісно пов'язана з такими характеристиками, як автономність, внутрішня мотивація, творчість, емоційна відкритість та здатність приймати себе та інших. Резильєнтність, у свою чергу, виявилася пов'язаною з гнучкістю мислення, вмінням знаходити сенс у складних ситуаціях, вірою у власні сили та ефективними стратегіями подолання стресу.

Отримані дані можуть бути використані для розробки психологічних програм, спрямованих на підтримку самоактуалізації та розвитку резильєнтності у молоді, що сприятиме їхньому психологічному благополуччю та успішній адаптації до дорослого життя.

Література:

1. Вовк В. О. Прагнення до самоактуалізації як інтегративний показник розвитку суб'єктної позиції сучасного студента. Психологічний часопис. 2017. № 4. С. 155-167.
2. Грабішук С. В. Аналіз моделей самоактуалізації майбутніх фахівців у сучасній психологічній літературі. Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Психологічні науки. 2017. № 2. С. 33-38.
3. Лазос Г. П. Резильєнтність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень. Актуальні проблеми психології. Том 3 : Консультативна психологія і психотерапія. Вінниця: ФОП Рогальська І. О., 2018. Вип. 14. С. 26–64.
4. Mylashenko K. The Role of Emotional Intelligence in Self-Actualization of Personality. Psychological Counseling and Psychotherapy. 2019. №11. P.59-66
5. Ryan, R. M., & Deci, E. L. Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. Guilford publications. 2017. 653 p.

PECULIARITIES OF PERFECTIONISM AND TENDENCIES TOWARD SELF-HARM

A.M. Taraniuk, I.P. Kondratieva

State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky»

The empirical study of the relationship between perfectionism and self-destructive behavior was conducted in three stages:

1. **Preparatory stage**, which involved preparing for the study: selecting and adapting psychodiagnostic tools, translating and approving one of the methods, and developing an author's questionnaire to collect information from participants.
2. **Main stage**, which included creating an online survey using Google Forms and distributing it via the Internet.
3. **Final stage**, which consisted of mathematical and statistical processing of the collected data and their further interpretation.

Considering the situation in the country, the study was conducted remotely. A Google Forms questionnaire was created and distributed via social networks. The survey included several key elements: an address to participants stating the research objective and instructions for completing the form; a consent form to participate in the study with an option to decline; a questionnaire to collect social and demographic data of respondents; and psychodiagnostic tools allowing the assessment of the level and type of perfectionism, as well as the frequency, intensity, duration, and functional aspects of self-harming behavior.

Before the study began, all participants were introduced to the informed consent form [4]. Respondents agreed to participate in the study and were informed of their right to discontinue participation at any time. The introductory section stated that all information provided would be kept confidential, with details on data storage and publication conditions.

Below is the distribution of study participants by levels of perfectionism. According to the results: