

**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)
BBK 72+88.4

**ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ
РЕАБІЛІТАЦІЇ В РОБОТІ З ПОСТТРАВМАТИЧНИМИ СТРЕСОВИМИ
РОЗЛАДАМИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗОНИ БОЙОВИХ ДІЙ**

Бондарева К. Г., Савенкова І.І.....485

**ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ СИНДРОМУ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО
СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗСУ ТА ЇХ
НЕЙРОРЕАБІЛІТАЦІЯ**

Бабко Ю.В., Штученко І.Є.....488

**КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД ЩОДО НЕЙРОРЕАБІЛІТАЦІЇ
ВІЙСЬКОВИХ**

Цимбалюк А.Є., Мельничук І.В.....492

**ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ КОГНІТИВНО-
ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ У РОБОТІ З ДЕПРЕСИВНИМ СИНДРОМОМ
ПРИ ПОСТСТРЕСОВИХ РОЗЛАДАХ**

Цюпак Н.В., Мельничук І. В.....496

**НЕЙРОПСИХОЛОГІЧНА ДІАГНОСТИКА ТА
НЕЙРОКОРЕКЦІЙНА РОБОТА ЩОДО ПОДОЛАННЯ МОВЛЕННЄВИХ
ПОРУШЕНЬ У ПАЦІЄНТІВ З УРАЖЕННЯМ ГОЛОВНОГО МОЗКУ В
ГОСТРОМУ ПЕРІОДІ**

Чепуренко Г.В., Бабаян Ю.О.....499

**ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ НАРКОЗАЛЕЖНИХ: РОЛЬ
КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ ТА ПСИХООСВІТНІХ
ПРОГРАМ**

Усатенко О.М., Венгер А.С.....502

4. American Psychological Association. Clinical Practice Guideline for the Treatment of PTSD. Washington, DC: APA Publishing, 2022. 202 p.
5. van der Kolk B. The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma. New York: Penguin Books, 2014. 464 p.
6. Vermetten E., Yehuda R. Post-Traumatic Stress Disorder: From Neurobiology to Treatment. Cham: Springer, 2018. 240 p.
7. Weathers F. W. et al. The PTSD Checklist for DSM-5 (PCL-5). Washington, DC: National Center for PTSD, 2013. 20 p.
8. Bisson J. I. et al. Post-traumatic stress disorder. BMJ. 2015. Vol. 351. Article h6161.
9. Penk W. E., Robinowitz R. Treating PTSD in Military Personnel: A Clinical Handbook. New York: Guilford Press, 2020. 408 p.
10. Ogden P., Fisher J. Sensorimotor Psychotherapy: Interventions for Trauma and Attachment. New York: Norton, 2015. 360 p.

ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ У РОБОТІ З ДЕПРЕСИВНИМ СИНДРОМОМ ПРИ ПОСТТРЕСОВИХ РОЗЛАДАХ.

Цюпак Н.В., Мельничук І. В.

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

Посттравматичний стресовий розлад є серйозне психоемоційне порушення, що виникає як наслідок переживання екстремальних психотравмуючих подій. З огляду на реалії сьогодення, коли значна частина населення України зазнала воєнних дій, втрати близьких, руйнування житла чи переселення, кількість осіб з посттравматичним стресовим розладом суттєво зростає. Особливої уваги потребує категорія військовослужбовців та ветеранів, серед яких посттравматичний стресовий розлад супроводжується вираженим депресивним синдромом. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, понад 30% осіб із посттравматичним стресовим розладом мають стійкі симптоми депресії, що істотно впливає на їхню здатність до соціального функціонування. У зв'язку з цим особливо актуальним стає пошук і впровадження ефективних психотерапевтичних інтервенцій. Серед різноманітних методів психокорекції особливе місце посідає когнітивно-поведінкова терапія, яка вважається одним із найефективніших напрямів сучасної психотерапії. Її застосування в умовах бойового стресу, гострих та хронічних форм посттравматичного стресового розладу є перспективним з погляду зниження депресивної симптоматики, підвищення емоційної стабільності та соціальної адаптації пацієнтів.

Актуальність зазначеної проблеми обумовлена її теоретичною та практичною значимістю (Бек А., Бек Д., Ваткінс Е., Волошина С., Герман Д., Елерс А., Чабан О. та інші). Серед основних методів дослідження депресивного синдрому при посттравматичному стресовому розладі виділяють когнітивно-поведінкову терапію. В межах когнітивної терапії використовуються структуровані клінічні інтерв'ю, психометричне тестування та поведінкове спостереження. Застосування когнітивних інтерв'ю дає змогу виявити автоматичні думки, когнітивні викривлення та дисфункціональні переконання, які підтримують депресивну симптоматику на тлі травматичного досвіду.

Психодіагностичні методики, зокрема шкала депресії Бека, опитувальник ПТСР (PCL-5) та шкали румінації, дозволяють об'єктивно оцінити рівень симптомів і динаміку стану клієнта під час терапії. Методи поведінкового аналізу та самоспостереження застосовуються для фіксації змін у настрої, рівні активності й унікальній поведінці, що є критичними маркерами депресивного синдрому при ПТСР[4].

Отже, дослідження цієї проблематики набуває особливої ваги в українському контексті, з огляду на високий рівень травматизації населення внаслідок війни, втрати близьких, вимушеного переміщення та тривалого перебування у стані невизначеності й стресу. Вивчення особливостей депресивного синдрому при ПТСР та вдосконалення терапевтичних підходів сприятимуть формуванню ефективної системи психічної допомоги та реабілітації постраждалих в Україні. Аналіз останніх досліджень показує, що теоретичне підґрунтя становлять праці таких дослідників, як О. Вейн [2], Д. Хелл [2], А. Бек [1], М. Л. Шнейдер [3], Д. Зубцов [9], С. Кирилюк [6], О. Романчук [5].

Мета нашої статті: полягала у здійсненні теоретичного аналізу можливостей когнітивно-поведінкової терапії у подоланні депресивного синдрому, що супроводжує посттравматичний стресовий розлад (на прикладі військових, що приймали участь у бойових діях).

Об'єкт дослідження: генеза депресивного синдрому при посттравматичних стресових розладах.

Предмет дослідження: особливості застосування когнітивно-поведінкової терапії у роботі з депресивним синдромом при посттравматичних стресових розладах.

Когнітивно-поведінкова терапія – це науково обґрунтований психотерапевтичний напрям, що базується на припущенні про взаємозв'язок між думками, емоціями та поведінкою. Основоположником цього підходу є Аарон Бек, який у 1960-х роках виявив, що пацієнти з депресією демонструють стійкі негативні автоматичні думки, пов'язані з власною особистістю, навколишнім світом та майбутнім. Ці думки виникають швидко, безсвідомлено, мають переконливий характер і сприяють поглибленню емоційного розладу. На основі цього спостереження Бек сформулював когнітивну модель депресії, в якій ключовим є поняття когнітивної тріади[1,2].

У межах когнітивно-поведінкової терапії важливе місце займає виявлення когнітивних викривлень – стійких логічних помилок мислення, які викривлюють сприйняття реальності. До найпоширеніших належать катастрофізація, дихотомічне мислення, персоналізація, надмірне узагальнення. Метою терапевтичного процесу є ідентифікація цих викривлень, їх усвідомлення пацієнтом, а також формування більш адаптивного стилю мислення[6].

Посттравматичний стресовий розлад виникає внаслідок впливу психотравмуючого чинника, що загрожував життю чи безпеці особи. До основних симптомів належать: інтенсивні спогади (флешбеки), уникнення, емоційне оніміння, розлади сну, гіперзбудження, порушення концентрації уваги, дратівливість. Згідно з DSM-5, діагноз посттравматичного стресового розладу

встановлюється, якщо симптоми тривають більше місяця та суттєво порушують повсякденне функціонування. У межах цього розладу часто формуються супутні депресивні стани, які характеризуються пригніченістю, втратою інтересу до життя, безнадійністю, тривогою[9].

Когнітивно-поведінкова терапія довела свою ефективність у лікуванні як посттравматичного стресового розладу, так і депресії окремо, однак особливої уваги заслуговують випадки їх коморбідного перебігу. В таких випадках терапія поєднує інструменти когнітивної реструктуризації, десенсибілізації до травматичних спогадів, навчання емоційної регуляції та формування нових поведінкових стратегій. Важливою частиною роботи є відновлення здатності до переживання позитивних емоцій, що особливо порушується у випадках глибокої депресії[7].

Таким чином, ми бачимо, що когнітивно-поведінкова терапія є ефективним і гнучким методом роботи з депресивними розладами, що супроводжують посттравматичний стресовий розлад. Її теоретичні засади, сформовані на емпіричних дослідженнях, дозволяють адаптувати терапевтичний процес до конкретних потреб пацієнта, враховуючи не лише його симптоматику, але й особистісні характеристики та соціальний контекст. В умовах збройного конфлікту та післявоєнної реабілітації в Україні когнітивно-поведінкова терапія має потенціал стати базовою методикою психологічної допомоги постраждалим [7].

Література:

1. Bisson J. I., Roberts N. P., Andrew M., Cooper R., Lewis C. Psychological therapies for chronic post-traumatic stress disorder (PTSD) in adults. *Cochrane Database of Systematic Reviews*. – 2013. – Issue 12. – Art. No.: CD003388. – DOI: 10.1002/14651858.CD003388.pub4.
2. Cloitre M., Courtois C. A., Charuvastra A., Carapezza R., Stolbach B. C., Green B. L. Treatment of complex PTSD: Results of the ISTSS expert clinician survey on best practices. *Journal of Traumatic Stress*. – 2011. – Vol. 24, No. 6. – P. 615–627. – DOI: 10.1002/jts.20697.
3. Ehlers A., Clark D. M. A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and Therapy*. – 2000. – Vol. 38, No. 4. – P. 319–345. – DOI: 10.1016/S0005-7967(99)00123-0.
4. Rauch, S. A., & Eftekhari, A. Cognitive-behavioral therapy for military veterans with PTSD: A review of the literature. – *Journal of Traumatic Stress*, 2015, 28(6), 539-549. <https://doi.org/10.1002/jts.22057>
5. Бех, І. Д. Психотерапія при депресивних розладах. – К.: Здоров'я, 2013. – 312 с.
6. Борисова О. О. Психореабілітація військових і членів їхніх сімей: навч. посіб. / Борисова О. О. — Одеса, 2024. — 342 с.
7. Волошина С. О. Когнітивно-поведінкова терапія при посттравматичному стресовому розладі: теоретичні засади та практика застосування. *Актуальні проблеми психології*. Т. 14. Психологія навчання. Когнітивна психологія. – К.: Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2020. – Вип. 3. – С. 85–94.
8. Губаль О. Б. Психологічна допомога особам із посттравматичним стресовим розладом в умовах війни: когнітивно-поведінковий підхід. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. – 2023. – Вип. 4(62). – С. 42–47.
9. Дяченко, М. В. Когнітивно-поведінкова терапія депресивних розладів: методичний посібник. – Харків: ХНУ, 2014. – 168 с.
10. Чабан О. С., Гаврилюк І. О. Актуальні аспекти психотерапії ПТСР в умовах війни в Україні. *Медична психологія*. – 2023. – Т. 18, № 2. – С. 15–21.