



**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

Бедан В.Б.,

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

Юраш І.Ю.,

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

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ САМОДОСТАТНОСТІ ТА РІЗНИМИ ТИПАМИ ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ

Анотація. У статті розглядається проблема самотності в контексті сучасного соціокультурного середовища, де цифровізація сприяє зниженню якості міжособистісної взаємодії. Зосереджено увагу на феномені самодостатності як ключовій особистісній якості, що знижує деструктивний вплив самотності. Проаналізовано типи переживання самотності: самотворча, адаптивна, саморуйнівна та самотність як вибір, а також їхній зв'язок із показниками самодостатності. Проведено емпіричне дослідження із застосуванням психодіагностичних методик. Результати кореляційного аналізу підтверджують, що самотворча та адаптивна самотність є найбільш конструктивними, а саморуйнівна – найменш адаптивною. Стаття підкреслює важливість розвитку самодостатності для подолання негативних наслідків

самотності.

Ключові слова: самотність, самодостатність, типи переживання самотності, психоемоційна адаптація, соціальна ізоляція, особистісна зрілість, автономність.

Abstract. The article examines the problem of loneliness in the context of the modern socio-cultural environment, where digitalization contributes to a decrease in the quality of interpersonal interaction. The focus is on the phenomenon of self-sufficiency as a key personal quality that reduces the destructive impact of loneliness. The types of loneliness experiences are analyzed: self-creative, adaptive, self-destructive, and loneliness as a choice, as well as their relationship with indicators of self-sufficiency. An empirical study using psychodiagnostic methods was conducted. The results of correlation analysis confirm that self-creative and adaptive loneliness are the most constructive, and self-destructive is the least adaptive. The article emphasizes the importance of developing self-sufficiency to overcome the negative consequences of loneliness.

Key words: loneliness, self-sufficiency, types of loneliness experiences, psycho-emotional adaptation, social isolation, personal maturity, autonomy.

У сучасних умовах цифрової взаємодії проблема самотності набула особливої актуальності. Самотність проявляється, як багатогранний феномен, що залежить від індивідуальних особливостей. Самодостатність як

особистісна якість дозволяє людині зберігати психологічну стабільність навіть за відсутності соціальної підтримки.

Метою дослідження стало встановлення взаємозв'язку між типами переживання самотності та рівнем самодостатності особистості. Дослідження ґрунтується на теоретичних засадах В.Б. Бедан, А.С.Бугайцової та Н.І. Бігун, які розглядали самотність, як складну особистісну характеристику, а самодостатність - як інтегральну ознаку психологічної зрілості.

У дослідженні взяли участь 45 жінок віком від 18 до 45 років. Застосовано для діагностики самодостатності – Опитувальник структурних компонентів самодостатності (А.С.Бугайцова); Методика «Соціотропність – самодостатність» (Дж. Крейвен); тест «Співчуття до себе» (К.Нефф) та для діагностики схильності до переживання самотності – «Диференціальна діагностика схильності до переживання самотності» (О.П. Саннікова, В.Б. Бедан); «Функціональна спрямованість переживання самотності» (О.П. Саннікова, В.Б. Бедан).

В табл. 1 представлені результати кореляційного аналізу між показниками схильності до переживання самотності та типами самотності.

Таблиця 1.

**Значущі коефіцієнти кореляції між
показниками схильності до переживання самотності
та типами самотності**

Показники типів самотності	Показники схильності до переживання самотності						
	Мо	Пф	Ем	Кн	Кг	АЗ	ПрС
ТС	-344*		-524*	-356*	-371*		
АдС	297*	417**					
СрС	512**	534**	541**	582**	437**	662**	-634**
СВ	-308*					-373*	

Примітка. 1) у таблиці нулі й коми опущені; 2) ** кореляція значима на рівні 0.01 ($p \leq 0,01$); * кореляція значима на рівні 0.05 ($p \leq 0,05$); 3) умовні скорочення: Мо – мотиваційний компонент переживання самотності, Пф – психофізіологічний компонент переживання самотності, Ем – емоційний компонент переживання самотності, Кн – конативний компонент переживання самотності, Кг – когнітивний компонент переживання самотності, АЗ – адаптивно-захисний компонент переживання самотності, ПрС – прийняття самотності; ТС – самотворча самотність, АдС – адаптивна самотність, СрС – саморуйнівна самотність, СВ – самотність як вибір.

Отже, проведений кореляційний аналіз показав наявність взаємозв'язків між показниками схильності до переживання самотності та типами самотності. Так, показник мотиваційний компонент схильності до переживання самотності (Мо) виявив додатні зв'язки на

1% рівні з показником саморуйнівної самотності (СрС) ($p \leq 0,01$) та на 5% рівні з показниками самотворчої самотності (ТС) ($p \leq 0,05$), адаптивна самотність (АдС) ($p \leq 0,05$), самотність як вибір (СВ) ($p \leq 0,05$). Показник психофізіологічний компонент самотності (ПфС) показав 1% зв'язок з таким типами переживання самотності, як адаптивна самотність (Ад) ($p \leq 0,01$) та саморуйнівна самотність (СрС) ($p \leq 0,01$). Показник емоційний компонент переживання самотності (ЕС) виявив від'ємний зв'язок на 1% рівні з показником самотворчої самотності (ТС) ($p \leq 0,01$) та додатний зв'язок з показником саморуйнівної самотності (СрС) ($p \leq 0,01$). Показник конативний компонент переживання самотності виявив від'ємний зв'язок на 1% рівні з показником самотворчої самотності (ТС) ($p \leq 0,01$) та додатний зв'язок з показником саморуйнівної самотності (СрС) ($p \leq 0,01$). Когнітивний компонент переживання самотності також від'ємно пов'язаний на 1% рівні з показником самотворчої самотності (ТС) ($p \leq 0,01$) та додатньо пов'язаний з показником саморуйнівної самотності (СрС) ($p \leq 0,01$). Адаптивно-захисний показник (АЗ) виявив додатний зв'язок на 1% рівні з показником адаптивна самотність (АдС) ($p \leq 0,01$) та від'ємний зв'язок з показником самотність як вибір (СВ) ($p \leq 0,01$). Показник прийняття самотності (ПрС) від'ємно пов'язаний на 1% рівні з показником саморуйнівної самотності (СрС) ($p \leq 0,01$).

Таким чином, отримані дані свідчать, ТС виявляється, як найбільш адаптивний та внутрішньоресурсний тип самотності. Особи з

переважанням ТС демонструють низький рівень емоційної реактивності, не схильні до глибоких негативних переживань з приводу соціальної ізоляції. На основі даних таблиці ми можемо визначити наявність від'ємних кореляцій самотворчої самотності з емоційним ($r = -0,52$), когнітивним ($r = -0,37$) та конативним ($r = -0,36$) компонентами переживання самотності. Це означає, що зі зростанням показника самотворчої самотності рівень негативного сприйняття самотності знижується. Адаптивна самотність характеризується помірним емоційним реагуванням і наявністю захисних механізмів. У табл. 1 зафіксовано позитивні кореляційні зв'язки з психофізіологічним ($r = 0,32$) та адаптивно-захисним ($r = 0,47$) компонентами. Це свідчить про наявність внутрішніх компенсаторних стратегій, які дозволяють особам справлятися з ситуацією самотності без значного дистресу. Найбільш проблематичним є тип саморуйнівної самотності. Він асоціюється з високими показниками за всіма шкалами переживання самотності. У таблиці 3.1 фіксуються значущі позитивні кореляції ($p \leq 0,01$) із емоційним ($r = 0,72$), когнітивним ($r = 0,66$), мотиваційним ($r = 0,63$) та іншими компонентами. Це вказує на глибоку особистісну кризу, втрату соціальних зв'язків, почуття безвиході. Самотність як вибір характеризується свідомим відходом від соціальної взаємодії, однак без достатньої психологічної інтеграції цього вибору. У таблиці спостерігається негативний кореляційний зв'язок із адаптивно-захисним компонентом ($r = -0,29$), що вказує на недостатню ефективність захисних

стратегій.

Отже, результати кореляційного аналізу виявлено наявність взаємозв'язку між типами самотності та самодостатністю особистості, що можна розглядати як взаємовплив даних феноменів, що є важливими індикаторами здатності особистості до саморефлексії, саморозвитку, самовдосконалення та внутрішньої зрілості.

Література:

1. Бедан В.Б. Дисертація «Індивідуально-типологічні особливості схильності особистості до переживання самотності». Одеса: Університет Ушинського, 2018.

2. Бугайцова А.С. Сутнісні характеристики самодостатності: досвід діагностики. *Наука і освіта*. 2015. №11-12. С.40-45

3. Бігун Н.І. Феномен самодостатності особистості у класичній психології. *Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова*. Серія №12. №6 (51). Психологічні науки: зб. наукових праць. К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2017. С. 17-25

4. Бугайцова А.С. Аналіз структурних компонентів самодостатності в контексті соціально-психологічної адаптації особистості. Інсайт: зб. наук. праць студентів, аспірантів та молодих вчених / [ред. кол. І. В. Шапошникова, О.Є. Блинова та ін.]. Херсон: ПП Вишемирський В.С., 2016. С. 58-61.

ОСОБИСТІСТЬ У ПРОСТОРІ ПРОФЕСІЙНОГО ЖИТТЯ

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

СУЧАСНІ МЕТОДИ ТА ТЕХНОЛОГІЇ ПСИХОКОРЕКЦІЇ, ПСИХОТЕРАПІЇ ТА ГРУПОВОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ

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