

**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

ЗМІСТ

Секція І.

СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

КЛІНІЧНА ДІАГНОСТИКА В ПСИХОАНАЛІЗІ Ж. ЛАКАНА	
Азарова Ю. О.....	23
ПСИХОЛОГІЧНА РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ТА КОГНІТИВНА ГНУЧКІСТЬ: ТОЧКИ ПЕРЕТИНУ І ПЕРСПЕКТИВИ ДОСЛІДЖЕННЯ	
Беляєвська Т.В.....	28
ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА СПРИЙНЯТТЯ СТРЕСУ У МОЛОДІ	
Корнієнко А. С., Чебикін О. Я.....	31
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ЗАХИСНИХ МЕХАНІЗМІВ У ПРОЦЕСІ АДАПТАЦІЇ ДО ЗМІН СЕРЕДОВИЩА	
Гвоздкова І. В.	35
ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ЖІНОК ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ: ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ТА ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ У ПОЛІЦЕЙСЬКИХ	
Желтова А. О., Карпич І. А.	37
ЕФЕКТИВНІСТЬ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ПРОГРАМ ПІДТРИМКИ РОДИН ЗАГИБЛИХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	
Козлова Г.С., Велитченко Л. К.	40
МЕНТАЛІЗАЦІЯ ЯК ПРОЦЕС ІНТЕГРАЦІЇ АФЕКТИВНОГО ДОСВІДУ ТА КОГНІТИВНОЇ РЕФЛЕКСІЇ У ФОРМУВАННІ ЦІЛІСНОГО САМОВІДЧУТТЯ: МЕХАНІЗМИ РОЗВИТКУ, ПОРУШЕННЯ ТА ШЛЯХИ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ПІДТРИМКИ	
Конатовська-Манакова Я. Ф., Фрунзе О.В.....	44
АРТТЕРАПІЯ ЯК ЕЛЕМЕНТ ПРОЦЕСУ ФОРМУВАННЯ SOFT SKILLS МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ	
Черненко О. М., Кочерга Є. В.	47
ПСИХОЛОГІЧНЕ ВИГОРАННЯ МОЛОДІ	
Посенко Т. О.	50
ЗМІЦНЕННЯ СИСТЕМИ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЯК НАПРЯМ РОЗВИТКУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ	
Захарченко Л.А., Поспелова І.Д.	52
ВПЛИВ ТИПОЛОГІЇ ОСОБИСТОСТІ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ	
Путнокі І. О., Полунін О. В.....	56

ВПЛИВ ТИПОЛОГІЇ ОСОБИСТОСТІ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

Путнокі І.О., Полунін О.В.

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

Проблема вивчення впливу типології особистості на психічне здоров'я є однією з актуальних у сучасній психологічній науці. Актуальність зумовлена як теоретичною значущістю для розуміння глибинних механізмів психічної саморегуляції, так і практичною потребою в ефективних підходах до психопрофілактики та психологічної підтримки особистості в умовах зростання стресогенних чинників.

Метою статті є теоретичний аналіз впливу типології особистості та психічне здоров'я людини з позиції сучасних теоретичних підходів та аналізу наукових джерел.

Об'єктом дослідження є психічне здоров'я особистості. Предмет – типологія особистості як чинник психічного здоров'я.

Цікавість науковців до зазначеної теми обумовлена зростанням рівня стресових навантажень, зокрема внаслідок воєнного стану в Україні. Про значний вплив війни на психічне здоров'я населення України свідчать останні результати досліджень ВООЗ: близько 9,6 мільйона українців стикаються з проблемами психічного здоров'я, причому приблизно 30% з них страждають на посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Про це заявив директор Європейського регіонального бюро ВООЗ доктор Ганс Клюге на пресконференції 12 вересня 2024 року [8].

Дослідники Н. В. Павлик, Г. С. Нікіфоров, Ю. Ю. Бойко-Бузиль, М. В. Фомич, І. В. Шаронова підкреслюють, що психічне здоров'я не є лише відсутністю психопатології, а включає здатність до особистісного зростання, автономії, внутрішньої гармонії та ефективної взаємодії з навколишнім середовищем. Проте в літературі простежується суперечливе вживання термінів "психічне", "психологічне", "душевне", "духовне" і "ментальне" здоров'я, що ускладнює системне вивчення феномену. Дослідженням розбіжностей понять у своїх роботах займалися вчені: Л. М. Карамушка, Т. М. Дзюба, Н. Г. Гаранян, Л. В. Засєкіна, В. Е. Пахальян, А. Б. Холмогорова, Д. С. Волков та О. А. Черних.

У сучасному українському науковому дискурсі психічне здоров'я все частіше розглядається як стан, що ґрунтується на гармонійному функціонуванні вищих психічних функцій (емоційних, інтелектуальних, вольових), які забезпечують здатність до адаптації, саморегуляції та конструктивної поведінки в умовах соціальної мінливості. Такий підхід узгоджується з біопсихосоціальною моделлю, яка тлумачить психічне здоров'я як результат взаємодії трьох груп чинників: біологічних, психологічних і соціальних. Визначення Всесвітньої організації охорони здоров'я повністю відображає цю інтегративну позицію: психічне здоров'я – це стан добробуту, за якого індивід реалізує свої здібності, може долати звичайні життєві труднощі, ефективно працювати та робити внесок у суспільне життя [1].

У контексті нашого дослідження особливу увагу приділено типологічним характеристикам особистості як одному з ключових біологічних детермінантів, що водночас впливають на психологічну реактивність, адаптаційні механізми й соціальну ефективність особистості.

Виходячи з цього, доцільним є звернутися до аналізу типологічного підходу як до одного з напрямів, що дозволяє пояснити індивідуальні варіації у функціонуванні психіки, рівні адаптації та стійкості до психоемоційних навантажень. Типологія особистості передбачає виділення певних стійких індивідуальних особливостей, які впливають на стиль поведінки, емоційну сферу та адаптаційні можливості. Історично типології формувались на основі різних ознак: фізіологічних (Гіппократ, Павлов), морфологічних (Кречмер, Шелдон), психофізіологічних (Айзенк, Русалов), психологічних (Леонгард, Лічко) тощо.

З огляду на актуальність проблеми впливу типології особистості на психічне здоров'я, важливо згадати науковців, які зробили значний внесок у дослідження цієї проблематики. До таких дослідників належать Б. С. Братусь, Б. Й. Цуканов, С. М. Томчук, І. І. Савенкова, О. О. Белов, М. Н. Дорошенко, О. С. Зубрицький, М. Е. Костакє та співавтори. Розглянемо більш детально результати їхніх досліджень, які дозволяють окреслити закономірності зв'язку між типологічними характеристиками особистості та станом психічного здоров'я.

Б. С. Братусь розглядає особистість як багаторівневу структуру, що включає смисловий (відповідальний за формування життєвих орієнтацій і ставлення до себе та світу), індивідуально-психологічний (реалізація смислів у діяльності з урахуванням характерологічних і типологічних особливостей) та психофізіологічний рівні, без врахування яких «особистісні процеси як би повиснуть у повітрі». Узгоджена взаємодія цих рівнів забезпечує цілісність психічного функціонування. Також, автор аналізує поняття «норми» та «аномалії» у психології особистості, розкриваючи тему норми та патології психіки, наводить структуру різних аномалій, таких як неврози та залежності.

Згідно з теорією Б. Й. Цуканова, кожній особистості притаманна власна одиниця часу, яка визначає тип темпераменту та схильність до специфічних захворювань, причому хвороби проявляються виключно в межах типологічної групи. Холерики є протилежними флегматикам за схильністю до захворювань, тоді як сангвініки наближаються до холериків, а меланхоліки виявляють найширший спектр вразливостей [4].

С. М. Томчук вказує на домінуючу роль соціально-психологічних і типологічних чинників у формуванні психічних розладів. Високий рівень нейротизму, сенситивність, зниження саморегуляції є провідними предикторами негативних психічних станів [5].

М. М. Дорошенко та О. С. Зубрицький показали, що психотипи осіб із пограничними розладами відрізняються за домінуючими психічними функціями: інтроверсія, інтуїція і відчуття притаманні особам з невротичними симптомами, а екстраверсія — психосоматичним порушенням [3].

І. І. Савенкова, спираючись на реляційну концепцію часу, виявила типологічні зони найменшого опору для різних форм розладів. Неврастенія виявляється у помірно інтровертованих осіб із чутливою нервовою системою; конверсійна істерія — у виражених екстравертів з дисбалансом нервових процесів;

обсесивно-компульсивні розлади – в осіб із високою, але не крайньою інтроверсією [4].

О. О. Белов встановив, що дистимічність, ригідність, афективна лабільність та нейротизм є типологічними факторами, що не лише супроводжують, а й передують депресивним розладам, а гендерна диференціація виявляє більшу тривожність у жінок і стійкі дистимічні риси в чоловіків [2].

У дослідженні М. Е. Костакє та співавторів, вивчався взаємозв'язок між рисами особистості за моделлю «Big Five» та соціальним тривожним розладом. Виявлено, що високий нейротизм і низька екстраверсія є характерними рисами осіб із соціальною тривожністю, що дозволило виділити підтипи із різним ступенем вираженості симптомів [7].

Проаналізовані дослідження підтверджують стійкий взаємозв'язок між типологічними особливостями особистості та різними формами психічного неблагополуччя – зокрема, тривожними, депресивними, обсесивно-компульсивними й істеричними розладами. Водночас наголошується, що окремі риси або типи особистості можуть виступати як чинниками ризику розвитку порушень, так і ресурсами для збереження психічного здоров'я. Це створює наукове підґрунтя для подальших досліджень і розробки персоналізованих підходів до психологічної профілактики.

У цьому контексті логічним є висновок, що вплив типології особистості на психічне здоров'я проявляється у схильності до певних емоційних станів, поведінкових патернів і стратегій реагування на стрес. Типологія не є лише фактором вразливості – вона також містить ресурсний потенціал, який дозволяє індивіду ефективно долати виклики й адаптуватися до середовища.

Узагальнюючи дані, представлені в науковій літературі, можна підкреслити: типологія особистості є важливим модулюючим чинником психічного здоров'я, а її вивчення є перспективним напрямом для розробки персоналізованих психопрофілактичних стратегій.

У нашому дослідженні розглядатиметься взаємозв'язок між типологією особистості – типом темпераменту, акцентуаціями характеру, рівнем екстраверсії/інтроверсії – та психічним здоров'ям. Особлива увага приділятиметься тому, як ці чинники впливають на вибір копінг-стратегій і поведінкові реакції на стрес, модулюючи тим самим рівень суб'єктивного благополуччя та психологічної стійкості. Дослідження дозволить виявити, які типологічні поєднання можуть виступати факторами ризику розвитку психоемоційного виснаження, а які — слугувати ресурсом адаптації, саморегуляції та збереження психічного здоров'я.

Література:

1. Про схвалення Концепції розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року: Розпорядження Кабінету Міністрів України від 27.12.2017 № 1018-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1018-2017>
2. Белов О. О. Індивідуально-психологічні та патохарактерологічні особливості хворих на депресивні розлади. *Психіатрія, неврологія та медична психологія*. 2021. №17. С. 44–50.
3. Дорошенко М. М., Зубрицький О. С. Особливості психологічних типів в осіб з психосоматичними та психічними розладами. *Український медичний журнал*. 2003. № 2(34)III-IV. С. 140-144.

4. Савенкова І. І. Хронопсихологічне прогнозування психосоматичного стану осіб із особливими потребами: Монографія / Ірина Іванівна Савенкова. Київ: ун-т ім. Б.Грінченка, 2018. 320 с.
5. Томчук С. М. Індивідуально-психологічні передумови розвитку негативних психічних станів у дітей молодшого шкільного віку. Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами. Збірник статей. 2015. № 12(14). С. 273-280.
6. Цуканов Б. И. Время в психике человека: Монография. Одесса: Астропринт, 2000. 220 с.
7. Costache M. E., Frick A., Månsson K., Engman J., Faria V., Hjorth O., et al. Higher- and lower-order personality traits and cluster subtypes in social anxiety disorder. 2020. PLoS ONE 15(4): e0232187. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0232187>
8. ВООЗ підрахували, скільки українців мають ризик психічних розладів. *Слово і діло*. 2024. 12 вересня. URL: <https://www.slovoidilo.ua/2024/09/12/novyna/suspilstvo/vooz-pidraxuvaly-skilky-ukrayincziv-mayut-ryzyk-psyxichnyx-rozladiv>

ВПЛИВ НЕСПРИЯТЛИВИХ ЖИТТЄВИХ ЯВИЩ У ДИТИНСТВІ НА ВИНИКНЕННЯ ПСИХІЧНИХ РОЗЛАДІВ У ДОРΟΣЛИХ

Савіцька Ю.О., Мітіна С.В.

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

У даній статті проаналізовано зв'язок між негативними подіями, пережитими у дитячому віці (Adverse Childhood Experiences — ACEs), та розвитком різноманітних психічних порушень у дорослому періоді життя. Особлива увага приділяється біопсихосоціальному впливу дитячих травм, а також можливим заходам профілактики й психокорекції. Представлено сучасні наукові погляди на механізми формування стійких психопатологічних змін, а також на роль психологічних служб у попередженні деструктивних наслідків впливу психотравмуючого досвіду на особистісний розвиток.

Досвід дитинства є визначальним для формування особистості та психічного здоров'я індивіда. В останні роки все більше дослідників звертають увагу на феномен несприятливих дитячих подій (ACEs), що включає різні форми насильства, нехтування базовими потребами та дисфункцію родинного середовища. Саме ці фактори розглядаються як потенційно шкідливі для розвитку нервової системи, формування емоційної стабільності та стресостійкості особистості. Актуальність вивчення цього питання підсилюється сучасними викликами: війнами, кризами, зростанням кількості дітей із порушеннями поведінки й тривожністю. Проблема подолання несприятливого досвіду, пережитого у дитячому віці, є надзвичайно важливою і для українського суспільства. Соціальні потрясіння останніх років, зокрема повномасштабна війна, значно вплинули на психологічний стан населення, а діти, як найбільш вразлива демографічна група, зазнали глибоких емоційних та психосоціальних втрат. Психологічна травма, отримана в ранньому віці, має деструктивний характер, оскільки порушує сформоване уявлення дитини про навколишній світ, спотворює її ціннісні орієнтири та життєві ідеали.

Наслідком особистісної дитячої травми є зміщення звичного світоглядного фокусу: знижується довіра до оточення, деформується система міжособистісних взаємодій, порушується базове відчуття безпеки, втрачається віра в стабільне