

**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

ВПЛИВ НЕСПРИЯТЛИВИХ ЖИТТЄВИХ ЯВИЩ У ДИТИНСТВІ НА ВИНИКНЕННЯ ПСИХІЧНИХ РОЗЛАДІВ У ДОРΟΣЛИХ	
Савіцька Ю.О., Мітіна С.В.	59
ЕТІОПАТОГЕНЕЗ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ВИНИКНЕННЯ ТА РОЗВИТКУ КОНСТРУКТИВ АЛЕКСИТИМІЇ. ДЕПРЕСИВНОСТІ ТА ТЕМПЕРАМЕНТУ	
Скідан О.В., Савенкова І.І.	62
ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОЯВИ ТА ХАРАКТЕРИСТИКИ ПОРУШЕННЯ ХАРЧОВОГО ІНСТИНКТУ	
Славюгло І.А., Савенкова І.І.	65
СОЦІАЛЬНИЙ ЗМІСТ ВИКЛАДАННЯ НЕЙРОПСИХОЛОГІЇ В УКРАЇНСЬКИХ УНІВЕРСИТЕТАХ: ВИКЛИКИ СЬОГОДЕННЯ	
Спиця Н.В.	68
АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХІЧНОЇ ТРАВМИ ТА ЇЇ НАСЛІДКІВ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗСУ	
Баранова В.І., Таран О.П.	71
ДЕТЕРМІНАНТИ КРИТИЧНОГО МИСЛЕННЯ ЛЮДИНИ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД ВІКУ І УМОВ ЖИТТЯ	
Калініна А.О. Головська І.Г.	73
КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ЯК МЕХАНІЗМ ПОПЕРЕДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	
Зуєв О.В., Поспелова І.Д.	77
ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ФАКТОР ВИБОРУ КОПІНГ- СТРАТЕГІЙ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	
Зуєва С.Ф., Поспелова І.Д.	81
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ МЕДІАЦІЇ ЯК АЛЬТЕРНАТИВНИЙ СПОСІБ ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТІВ	
Писар О.М., Сизоненко О.В.	84
ВИВЧЕННЯ РІВНЯ ОСОБИСТІСНОЇ ТА СИТУАТИВНОЇ ТРИВОЖНОСТІ У ПАЦІЄНТОК ІЗ ДОНОШЕНОЮ ВАГІТНІСТЮ НАПЕРЕДОДНІ ПОЛОГІВ	
Побережник Т. О., Венгер Г.С.	87
ПСИХОСИМПТОМАТИКА ПСИХІЧНИХ РОЗЛАДІВ ВНАСЛІДОК УШКОДЖЕННЯ АБО ДИСФУНКЦІЇ ГОЛОВНОГО МОЗКУ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	
Фугалевич Д.О., Мельничук І. В.	90
ПРОГНОСТИЧНА РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА АДАПТИВНОСТІ У ПОПЕРЕДЖЕННІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ	
Березюк П.Б., Головська І.Г.	94
ІШТУЧНИЙ ІНТЕЛЕКТ У ПРАКТИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ: МОЖЛИВОСТІ ТА ВИКЛИКИ ДЛЯ ФАХІВЦЯ	
Бекчив М. П.	99
ПСИХОСИМПТОМАТИКА НЕВРОТИЧНИХ, ПОВ'ЯЗАНИХ ЗІ СТРЕСОМ, ТА СОМАТОФОРМНИХ РОЗЛАДІВ	
Коренькова О.А.	100

7. World Health Organization. Adverse childhood experiences international questionnaire (ACE-IQ). — Geneva: WHO, 2018. — [Електронний ресурс]. — Режим доступу: <https://www.who.int/publications/i/item/adverse-childhood-experiences-international-questionnaire>

Етіопатогенез взаємозв'язку виникнення та розвитку конструктів алекситимії, депресивності та темпераменту

Скідан О.В., Савенкова І.І.

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

Проблема вивчення етіопатогенезу взаємозв'язку виникнення та розвитку алекситимії, депресивності та темпераменту набуває дедалі більшої актуальності у контексті зростання кількості психоемоційних розладів. Алекситимія, як порушення емоційної сфери, що проявляється в труднощах розпізнавання та вираження власних емоцій, часто виступає не лише симптомом, а й предиктором депресивних станів [1]. У свою чергу, темперамент — як біологічна основа особистості — впливає на емоційну реактивність та стійкість до стресових чинників, що може опосередковувати розвиток як алекситимії, так і депресивних тенденцій [2].

Крім того, вивчення етіопатогенезу взаємозв'язку алекситимії, депресивності та темпераменту має вагоме значення для розробки ефективних психокорекційних програм. Раннє виявлення алекситимічних тенденцій у поєднанні з певними типами темпераменту дозволяє запобігти розвитку афективних розладів, що особливо важливо в умовах високого рівня стресу, зокрема в кризових та посттравматичних ситуаціях [3]. Особистості з високим рівнем алекситимії часто не усвідомлюють власний емоційний стан, що ускладнює звернення за допомогою, а відтак сприяє затяжному перебігу депресивних розладів [4].

Науковий інтерес також викликає нейропсихологічне підґрунтя цих конструкцій: дослідження свідчать про участь префронтальної кори, лімбічної системи та взаємодії нейромедіаторів у формуванні емоційної дисрегуляції [5]. У цьому контексті доцільно інтегрувати психофізіологічні, когнітивно-поведінкові та екзистенційні підходи до вивчення даної проблематики, що дозволить сформулювати більш повне уявлення про внутрішні закономірності психічної дисфункції [6]. Врахування цих взаємозв'язків має принципове значення не лише для психологічної практики, а й для підготовки фахівців у галузі клінічної психології та психотерапії [7].

Дослідження взаємозв'язків між цими трьома конструктами дозволяє краще зрозуміти механізми формування психоемоційної дисрегуляції, а також виявити вразливі групи особистостей, які потребують психологічної допомоги. Зокрема, поєднання певного типу темпераменту (наприклад, меланхолійного або холеричного) із високими показниками алекситимії може виступати предиктором хронічної депресії або тривожних розладів [8]. Такий комплексний

підхід до аналізу етіопатогенезу відкриває нові можливості для діагностики, психопрофілактики та індивідуалізованої психотерапії [9].

Анотація. У статті розглядаються особливості взаємозв'язку між алекситимією, депресивністю та темпераментом як взаємопов'язаними психологічними конструктами. Аналізується сучасна наукова Література:, що висвітлює природу їх виникнення, спільні патопсихологічні механізми, а також нейробіологічні чинники, що сприяють формуванню цих станів. Особлива увага приділяється ролі темпераменту як предиктора емоційної дисфункції та психічних розладів.

Ключові слова: алекситимія, депресивність, темперамент, емоційна регуляція, етіопатогенез, нейропсихологія.

Мета статті: вивчити особливості етіопатогенезу та взаємозв'язку між конструктами алекситимії, депресивності та темпераменту з позиції клінічної психології та нейропсихології.

Об'єкт статті: психоемоційні стани особистості.

Предмет статті: взаємозв'язок і патогенетичні механізми виникнення алекситимії, депресивності та типологічних особливостей темпераменту.

Проблема вивчення етіопатогенезу взаємозв'язку алекситимії, депресивності та темпераменту залишається однією з актуальних у сучасній психології та психіатрії, оскільки охоплює фундаментальні аспекти емоційної регуляції, особистісної структури та психічного здоров'я загалом [1]. Алекситимія, як дефіцит здатності розпізнавати, описувати та виражати власні емоції, часто виявляється у пацієнтів із депресивними розладами, що вказує на наявність глибшого зв'язку між цими двома феноменами [4]. Темперамент, у свою чергу, виступає як природжена основа емоційної реактивності та стійкості, що потенційно може виступати як фактор схильності до формування як алекситимії, так і депресивності [2, 7].

Попри зростання кількості досліджень у цій сфері, залишається багато невизначеностей щодо того, які саме механізми — біологічні, психологічні чи соціальні — відіграють ключову роль у виникненні цієї тріади порушень [6]. Встановлення причинно-наслідкових зв'язків між цими конструктами дозволить не лише глибше зрозуміти природу афективних і соматоформних розладів, а й удосконалити психодіагностичні та психокорекційні інструменти, орієнтовані на запобігання хронізації патологічних станів [5].

Сучасна психологічна наука активно досліджує зв'язок між емоційною регуляцією, афективними порушеннями та темпераментними рисами особистості. Алекситимія, що визначається як труднощі у розпізнаванні, вербалізації та регуляції емоцій, розглядається не лише як симптом, але й як самостійний конструкт, тісно пов'язаний з депресивними станами [1]. Водночас темперамент, як вроджена складова психіки, може відігравати значну роль у формуванні схильності до емоційної дезадаптації [2].

Термін „алекситимія“ був уведений П. Сіфнеосом у 1970-х роках і досі залишається предметом численних досліджень [3]. Цей феномен часто

асоціюється з психосоматичними розладами, депресією, тривожністю та труднощами в міжособистісній комунікації [4]. Алекситимія передбачає обмеження у фантазії, зосередженість на зовнішніх подіях і тенденцію до соматизації емоцій.

Депресивність характеризується наявністю негативного емоційного фону, втратою інтересу до життя, астеною та порушенням сну. Її природа є мультифакторною: біохімічні порушення (зокрема дефіцит серотоніну, дофаміну), психосоціальні травми та особистісні особливості формують ґрунт для її розвитку [5]. Особливо часто депресивність виникає на фоні нерозпізнаних або витіснених емоцій, що притаманне особам з високим рівнем алекситимії [6].

Відповідно до класифікації Г. Айзенка та теорії темпераменту К. Юнга, індивіди з домінуванням меланхолічного або холеричного типу виявляють вищий рівень афективної чутливості [7]. Згідно з дослідженнями українських науковців, зокрема О. М. Князевої, темперамент є базисом формування стратегій емоційної регуляції, що впливають на схильність до алекситимії та депресивності [8].

Вивчаючи взаємозв'язок алекситимії, депресивності та темпераменту, доцільно звернутись до біопсихосоціальної моделі, що поєднує нейробіологічні (дисфункція лімбічної системи, низький рівень активності префронтальної кори), психологічні (дефіцит емоційної грамотності, травматичні переживання) та соціальні (дефіцит підтримки, емоційне нехтування в дитинстві) чинники [9].

Дослідження, проведене серед студентів та молодих дорослих в Україні із застосуванням шкали TAS-20, шкали Бека та опитувальника Ганса Айзенка, показало статистично значущу кореляцію між рівнем алекситимії, депресивними тенденціями та певними типами темпераменту (особливо меланхолічним) [10].

Робота з пацієнтами, які мають ознаки алекситимії та депресивності, має включати комплексний підхід: когнітивно-поведінкову терапію, майндфулнес-практики, тілесно-орієнтовану терапію та розвиток емоційного інтелекту. Важливо враховувати темперамент як основу для підбору індивідуальних стратегій психокорекції [6, 8].

Отже, взаємозв'язок між алекситимією, депресивністю та темпераментом є складним, поліфакторним і заслуговує на глибоке дослідження в межах клінічної психології. Темперамент можна розглядати як фундамент, на якому формуються механізми емоційної регуляції. Високий рівень алекситимії значно ускладнює ідентифікацію емоцій, що сприяє наростанню депресивних симптомів. Комплексне розуміння цих конструктів дозволяє вдосконалити психодіагностичні й психотерапевтичні підходи.

Література:

1. Taylor G.J., Bagby R.M., Parker J.D.A. Disorders of Affect Regulation. Cambridge University Press, 1997.
2. Cloninger C.R. Feeling Good: The Science of Well-Being. Oxford University Press, 2004.
3. Sifneos P.E. The prevalence of "alexithymic" characteristics in psychosomatic patients. Psychotherapy and Psychosomatics, 1973.
4. Freyberger H. Supportive psychotherapeutic techniques in psychosomatic medicine. Psychotherapy and Psychosomatics, 1977.
5. Beck A.T. Cognitive Therapy and the Emotional Disorders. New York: International Universities Press, 1976.

6. Lumley M.A., Neely L.C., Burger A.J. The assessment of alexithymia in medical settings. *Journal of Personality Assessment*, 2007.
7. Eysenck H.J. *Dimensions of Personality*. London: Routledge, 1947.
8. Князева О. М. Психодіагностика темпераменту та його роль у формуванні емоційної регуляції. *Науковий вісник ХНПУ імені Г. С. Сковороди. Серія: Психологія*. 2021. Вип. 66. С. 56–66.
9. Herman J.L. *Trauma and Recovery*. Basic Books, 1992.
10. Шевченко А. Ю., Мельник С.І. Алекситимія та депресивність у взаємозв'язку з темпераментом: результати емпіричного дослідження. *Психологічна перспектива*. 2022. № 40. С. 45–54.

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОЯВИ ТА ХАРАКТЕРИСТИКИ ПОРУШЕННЯ ХАРЧОВОГО ІНСТИНКТУ

Славіогло І.А., Савенкова І.І.

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

Проблема вивчення психологічних проявів та характеристик порушення харчового інстинкту є надзвичайно актуальною в умовах сучасного суспільства, де зростає кількість людей, що стикаються з розладами харчової поведінки. Стрес, соціальний тиск, ідеалізація "нормативного" тіла, емоційне вигорання та психотравмуючі події стають потужними тригерами для деформації природного інстинкту харчування. Порушення цього інстинкту часто має складну психогенну природу, що включає як глибинні внутрішні конфлікти, так і зовнішні соціокультурні впливи [1, 2].

Особливу складність становить те, що порушення харчового інстинкту можуть маскуватися під звичну поведінку або виправдовуватися особистими переконаннями щодо здорового способу життя, що ускладнює своєчасну діагностику. При цьому, такі розлади, як анорексія, булімія, компульсивне переїдання тощо, нерідко супроводжуються тривалими депресивними станами, тривожністю, почуттям провини чи неприйняття себе. Це вимагає ґрунтовного психологічного аналізу як самих проявів порушення, так і умов, за яких інстинктивна поведінка людини трансформується в деструктивну [3, 4].

Ключові слова: харчовий інстинкт, розлади харчової поведінки, анорексія, булімія, компульсивне переїдання, психологічна травма.

Проблематикою психологічних проявів і характеристик порушення харчового інстинкту займаються як вітчизняні, так і зарубіжні науковці. В Україні цю тему досліджують, зокрема, Тетяна Титаренко, яка вивчає питання адаптації особистості в кризових станах, зокрема й у контексті психосоматичних проявів, що можуть супроводжувати розлади харчової поведінки [5]. Світлана Чуняк займається вивченням психотерапевтичних підходів до лікування розладів харчової поведінки та аналізом психологічних чинників, що призводять до деформації харчового інстинкту [6]. Олена Кочарян досліджує психотравмуючі чинники у підлітків, зокрема в контексті формування порушень харчування [7].

Серед зарубіжних дослідників значний внесок у вивчення цієї проблеми зробили Хілде Брух (Hilde Bruch), яка однією з перших розглядала анорексію як психологічний, а не лише фізіологічний розлад. Вона підкреслювала роль батьківського контролю та втрати автономії у розвитку харчових порушень [8].