

**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

Секція III.
**МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ВІЙНИ: ВЕКТОРИ
ДОСЛІДЖЕННЯ, ЗБЕРЕЖЕННЯ ТА ВІДНОВЛЕННЯ**

ПРОЯВИ РЕАКЦІЙ НА ВАЖКИЙ СТРЕС ТА ПОРУШЕННЯ АДАПТАЦІЇ ДОРОСЛИХ ПІД ЧАС ВІЙНИ	
Івченко Л. І., Мельничук І.В.	193
ГЕНЕРАЛІЗОВАНИЙ АФЕКТИВНИЙ РОЗЛАД: ОСОБЛИВОСТІ КЛІНІЧНОГО ПЕРЕБІГУ ТА СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ЙОГО ПОДОЛАННЯ	
Бернадзіковська Л.О., Фрунзе О.В.	196
ВИРАЗНІСТЬ ПСИХІЧНОЇ ВТОМИ У ХВОРИХ НА ОНКОЛОГІЧНІ ЗАХВОРЮВАННЯ	
Другаль К.І., Савенкова І.І.	200
ВПЛИВ ХРОНІЧНОГО СТРЕСУ У КОНТЕКСТІ ВІЙНИ	
Жданова Г. В., Венгер Г. С.	202
МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ВІЙНИ: СТОНС ЯК КЛЮЧ ДО РОЗУМІННЯ ПСИХОГЕННИХ СЕКСУАЛЬНИХ ДИСФУНКЦІЙ	
Заморока А. А.	205
ДЕПРЕСИВНИЙ СИНДРОМ У ПЕРЕБІГУ ПОСТТРАВМАТИЧНИХ СТРЕСОВИХ РОЗЛАДІВ	
Ігнатенко Е.В., Садова М.А.	207
ПРИКОРДОННИЙ РОЗЛАД ОСОБИСТОСТІ ТА ЙОГО ЕТИОЛОГІЯ В УМОВАХ СУЧАСНОСТІ	
Кандалова Д.В., Венгер Г. С.	210
ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ВТРАТИ ТА ГОРЮВАННЯ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	
Крисак А.О., Онищенко О.О.	213
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОБОТИ НАРКОЗАЛЕЖНИМИ ПАЦІЄНТАМИ	3
Лахута Л.П., Савенкова І.І.	216
ГОСТРА РЕАКЦІЯ НА СТРЕС: АДАПТИВНІ ТА ДЕЗАДАПТИВНІ МЕХАНІЗМИ В УМОВАХ ВІЙНИ	
Богдан Ж.Б., Логвиненко Л.І.	219
ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК МІЖ ПРИХИЛЬНІСТЮ ТА РОЗЛАДАМИ КОНСТРУКТУ «ОБРАЗУ ТІЛА»	
Маринюк Г.О., Савенкова І.І.	223
РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЗДОБУВАЧІВ МИСТЕЦЬКИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ	
Новська О. Р.	226
ТЕОРЕТИЧНА МОДЕЛЬ КОГНІТИВНИХ ЧИННИКІВ КОПІНГ- ПОВЕДІНКИ ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ	
Сивоконь О.Ю.	229
ВІЙНА ЯК СТРЕСОВИЙ ФАКТОР ВПЛИВУ НА ЕМОЦІЙНИЙ СТАН ТА ПІДЛІТКОВУ МОТИВАЦІЮ ДО НАВЧАННЯ	
Цимбалюк І.В., Головська І.Г.	231

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК МІЖ ПРИХИЛЬНІСТЮ ТА РОЗЛАДАМИ КОНСТРУКТУ «ОБРАЗУ ТІЛА»

Маринюк Г.О., Савенкова І.І.

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

Проблема взаємозв'язку між прихильністю та розладами конструкту «образу тіла» є надзвичайно актуальною в контексті сучасних соціокультурних трансформацій. Сформованість тілесного «Я» значною мірою залежить від емоційного досвіду раннього дитинства, зокрема від типу прихильності між дитиною та її значущими дорослими. Дослідження показують, що небезпечні типи прихильності (тривожна, уникаюча) можуть сприяти формуванню викривленого сприйняття власного тіла, зниженій самооцінці та тілесній тривожності [3; 4; 5].

У підлітковому та юнацькому віці, коли особистість особливо чутлива до соціального схвалення, нестабільна прихильність може слугувати тригером для формування негативного образу тіла. Особливо це проявляється в контексті порушень харчової поведінки, коли прагнення до схвалення чи уникнення відторгнення реалізується через контроль над тілом. Результати метааналізу свідчать, що існує стійкий зв'язок між індивідуальними відмінностями у прихильності та схильністю до розладів харчової поведінки [6].

Окрім внутрішньоособистісних чинників, значний вплив на формування образу тіла мають зовнішні соціальні агенти, зокрема медіа, які часто підкріплюють ідеалізовані стандарти краси. У поєднанні з нестабільною прихильністю, ці фактори можуть посилювати самозосередженість на зовнішності та сприяти розладам сприйняття тіла [2; 7; 9]. Таким чином, саме через призму прихильності можна глибше зрозуміти механізми, які лежать в основі дезадаптивного тілесного самосприйняття.

Незважаючи на інтенсивний розвиток досліджень у сфері тілесності та прихильності, вітчизняна наукова база все ще потребує подальших емпіричних розвідок, які б враховували культурні особливості формування образу тіла в контексті різних типів прихильності [8; 10]. Такий підхід дозволить не лише точніше окреслити психодинаміку порушень, а й розробити більш ефективні психокорекційні стратегії.

У статті розглядається взаємозв'язок між стилями прихильності та сприйняттям власного тіла, а також вплив дисфункціональної прихильності на розвиток розладів образу тіла. Висвітлено особливості формування образу тіла в контексті міжособистісних стосунків, особливо в дитинстві. Проаналізовано сучасні підходи до розуміння цих психічних конструктів та їхню роль у психічному здоров'ї особистості. Наведено результати зарубіжних та вітчизняних досліджень.

Ключові слова: образ тіла, стиль прихильності, самооцінка, дисморфофобія, міжособистісні відносини, психічне здоров'я.

Образ тіла — це складний психологічний конструкт, що охоплює уявлення людини про власне тіло, його вигляд, розміри, функціонування та ставлення до

нього. Його формування відбувається під впливом як соціокультурних чинників, так і досвіду міжособистісної взаємодії, зокрема в дитинстві. У цьому контексті важливу роль відіграє стиль прихильності — емоційний зв'язок між дитиною та значущими дорослими, який зумовлює подальше сприйняття себе, тіла та взаємодії зі світом.

Проблеми із образом тіла можуть проявлятися в таких порушеннях, як дисморфофобія, анорексія, булімія, а також у хронічному невдоволенні зовнішністю, що знижує якість життя. Розуміння психологічного підґрунтя цих розладів потребує комплексного підходу, який поєднує знання про базові патерни прихильності та психічне відображення тіла.

Мета дослідження: проаналізувати взаємозв'язок між стилями прихильності та формуванням патологічного образу тіла.

Об'єкт дослідження: психологічні особливості міжособистісної прихильності.

Предмет дослідження: взаємозв'язок між стилями прихильності та характером сприйняття власного тіла.

За визначенням П. Шилдса та К. Кашубі (Shields & Cash, 1997), образ тіла є не просто відображенням фізичного вигляду, а інтерналізованою структурою, що формується в результаті соціальної взаємодії та досвіду. Образ тіла може бути позитивним, нейтральним або негативним, і має тісний зв'язок із самооцінкою, тривожністю та депресивними станами [1].

Психосоціальні чинники, включно із сімейною динамікою, соціальними нормами та медіа-впливом, відіграють ключову роль у сприйнятті зовнішності. Особливо вразливими є підлітки та молоді жінки, які схильні до порівняння себе з ідеалізованими образами [2].

Концепція прихильності, розроблена Джоном Боулбі, пояснює механізм формування емоційного зв'язку між дитиною та опікуном. На основі досліджень Мері Ейнсворт було виокремлено три основні стилі прихильності: надійний, уникаючий та тривожно-амбівалентний. Згодом було додано ще один — дезорганізований [3].

Надійна прихильність сприяє формуванню позитивного образу себе, здатності до емпатії та високої самооцінки. Натомість тривожна або уникаюча прихильність часто пов'язана з внутрішньою нестабільністю, схильністю до надмірної самокритики та незадоволенням своїм тілом [4].

Дослідження останніх років вказують на чіткий зв'язок між деструктивними стилями прихильності та ризиком розвитку розладів образу тіла. Наприклад, особи з тривожною прихильністю частіше демонструють страх бути відкинутими через зовнішність, гіперконтроль за тілом та поведінку, спрямовану на зовнішнє вдосконалення [5].

Згідно з дослідженням Торреса і Мирон (Torres & Miron, 2017), дівчата з тривожною прихильністю мають вищий ризик розвитку анорексії та булімії. Уникаюча прихильність, у свою чергу, пов'язана з емоційним відстороненням і тілесною дисоціацією [6].

Слід зазначити, що проблема образу тіла досліджується переважно в контексті розладів харчової поведінки та психосоматики. Наприклад, С.

Максименко та І. Гуменюк розглядають образ тіла як результат впливу внутрішньоособистісного конфлікту, що виникає внаслідок невідповідності між актуальним і бажаним тілесним образом [7].

Зарубіжні дослідження додають до цього уявлення елемент міжособистісної динаміки. Роботи К. Мікела (Mikulincer, 2006) підтверджують, що саме стиль прихильності значною мірою прогнозує не тільки ставлення до себе, а й механізми емоційної регуляції, тілесного досвіду та тілесної ідентичності [8].

Треба зазначити, що виявлений взаємозв'язок між стилями прихильності та образом тіла дозволяє зробити важливі висновки щодо потенційних профілактичних та терапевтичних напрямів. Надійна прихильність, що формується в умовах емоційної безпеки, забезпечує прийняття себе, включаючи своє тіло, навіть за наявності фізичних недоліків або відмінностей від соціальних норм.

Водночас люди, позбавлені цього досвіду, можуть сприймати своє тіло як джерело сорому або недостатності. Це сприяє розвитку депресивних станів, соматоформних розладів, залежності від думки інших та компульсивних спроб “виправити” себе за допомогою дієт, операцій або надмірного спорту.

Отже, з цього всього можна зробити висновок, що:

1. Існує чіткий взаємозв'язок між стилями прихильності, сформованими в дитинстві, та характером сприйняття власного тіла.
2. Тривожна та уникаюча прихильність асоціюються з більш високим ризиком розвитку розладів образу тіла.
3. Надійна прихильність є захисним фактором у формуванні позитивного образу тіла та загального психічного здоров'я.
4. Психотерапевтична робота з такими клієнтами має враховувати не лише тілесні установки, а й глибинні міжособистісні патерни.

Література:

1. Shields M., Cash T. Body image: The psychology of appearance. New York: Springer, 1997.
2. Grabe S., Ward L. M., Hyde J. S. The role of the media in body image concerns. *Psychological Bulletin*, 2008, vol. 134, no. 3, pp. 460–476.
3. Bowlby J. A secure base: Parent-child attachment and healthy human development. New York: Basic Books, 1988.
4. Ainsworth M. D. S., et al. Patterns of attachment. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum, 1978.
5. Brennan K. A., Clark C. L., Shaver P. R. Self-report measurement of adult attachment. In: Simpson J. A., Rholes W. S. (Eds.), *Attachment theory and close relationships*. New York: Guilford Press, 1998, pp. 46–76.
6. Torres S., Miron L. Attachment and disordered eating: A meta-analysis. *Eating Behaviors*, 2017, vol. 25, pp. 65–77.
7. Максименко С. Д., Гуменюк І. П. Образ тіла у підлітковому віці: психолого-педагогічні аспекти. *Психологія і особистість*, 2019, № 1, с. 52–61.
8. Mikulincer M., Shaver P. R. *Attachment in adulthood*. New York: Guilford Press, 2006.
9. Хухлаєва О. В. Психологія тілесності. Київ: Либідь, 2017.
10. Гайдук В. В. Особливості тілесного Я у молоді з різними типами прив'язаності. *Наукові записки кафедри педагогіки*, 2021, № 48, с. 113–120.