

**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

Література:

1. Carver C. S. You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*. 1997. Vol. 4(1). P. 92–100.
2. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York: Springer, 1984. 456 p.

ВІЙНА ЯК СТРЕСОВИЙ ФАКТОР ВПЛИВУ НА ЕМОЦІЙНИЙ СТАН ТА ПІДЛІТКОВУ МОТИВАЦІЮ ДО НАВЧАННЯ

Головська І.Г., Цимбалюк І.В.

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

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми. Повномасштабна війна стала величезним випробуванням для українського народу, що негативним чином впливає на психічне здоров'я та благополуччя кожного. Постійне перебування у ситуації невизначеності провокує виникнення емоційного дисбалансу, страхів, тривожності. Важливим є врахування вікової специфіки психоемоційного стану українського суспільства. У зазначеному контексті на особливу увагу заслуговує підлітковий етап розвитку, оскільки саме він є періодом становлення та фіксації стійких психічних властивостей особистості. На цьому етапі молода людина визначається з вибором свого місця в системі соціальних стосунків, шукає сенс життя, формує світогляд і життєву позицію.[1]

Дослідження даної теми допомагає зрозуміти та визначити рівень впливу війни на емоційний стан молоді і як цей стан, у свою чергу, впливає на навчальний процес. В останні роки, з огляду на глобальні конфлікти та війну, важливо досліджувати, як емоційні труднощі можуть заважати навчанням і соціалізації підлітків. Знання цих аспектів може сприяти розробці ефективних програм підтримки, спрямованих на покращення психічного здоров'я молоді, а також адаптації навчальних планів до нових умов життя. Також підкреслити необхідність інтеграції емоційного розвитку в освітні стандарти, що дозволить підліткам не лише краще пристосовуватись до викликів, а й активніше долучатись до навчального процесу.

Тому, за гіпотезою даного дослідження є визначення наслідків впливу війни на емоційний стан підлітків, що спричиняє підвищену тривожність, емоційне виснаження, депресію. Та зміни які виникають внаслідок цього впливу: їх мотивацію до навчання – у деяких випадках зниження інтересу і продуктивності через психологічну напругу, або навпаки, підвищення прагнення до освіти як засобу самореалізації та адаптація до нових умов.

Мета дослідження – дослідити вплив війни як стресового чинника на емоційний стан підлітків та їхню мотивацію до навчання, визначити основні психологічні механізми адаптації та навчальної активності в умовах кризової ситуації.

Матеріали та методи дослідження. В комплекс використаних мною методів входять: теоретичні, емпіричні та статистичні методи.

Теоретичні методи охоплюють аналіз і відбір наукової літератури, узагальнення емпіричних даних та порівняльний аналіз.

Емпіричні методи складаються з психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення стресостійкості (Шкала стресу, що сприймається 10 Perceived Stress Scale (PSS)), мотивації (Діагностування типу шкільної мотивації в старшокласників) та для визначення емоційного стану школярів (Шкала диференціальних емоцій).

Для статистичної обробки результатів використовувалися такі методи: обчислення середнього арифметичного значення, стандартного відхилення, медіація. Для кореляційного аналізу застосовувався метод для вимірювання лінійного взаємозв'язку між двома кількісними змінними **Коефіцієнт кореляції Пірсона (Pearson's r)**. Розрахунки здійснювалися за допомогою комп'ютерної програми SPSS та Microsoft Excel. Вибірку досліджуваних склали 40 підлітків віком від 12-15р – учні ЗЗСО "Прилиманський ліцей" Авангардівської селищної ради.

Результати дослідження виявили, що оцінки за шкалою сприйнятого стресу у вибірці розподілені від 19 до 41 балів. Середній показник склав 29,6 балів зі стандартним відхиленням $\approx 6,46$ означає, що рівень стресу учасників має **достатньо широкий розкид** навколо середнього значення 29,6. Згідно досліджень, середній рівень стресу у підлітків без впливу війни **нижчий**, а стандартне відхилення **менше**, що свідчить про **стабільніший емоційний стан**. У контрольних групах стандартне відхилення зазвичай знаходиться в межах **3,5 – 4,5**, що вказує на **меншу варіативність** рівня стресу.[3]

Медіана рівня стресу **дорівнює 29**. Це означає, що половина учасників має рівень стресу **менше 29**, а друга половина — **більше 29**. Вона є досить високою, і її значення може виходити за межі **помірного рівня стресу**, залежно від прийнятих критеріїв. Згідно з психологічними дослідженнями, помірний рівень стресу зазвичай знаходиться в межах 20-25 балів за шкалою сприйнятого стресу. Медіана знаходиться в межах 25-30, що вказує на підвищений, але ще не критичний рівень стресу.[4]

Для візуалізації та кращої оцінки варіативності стресу серед учасників, застосуємо один із методів керування даними в статистиці - гістограму, яка представлена на рис.1.

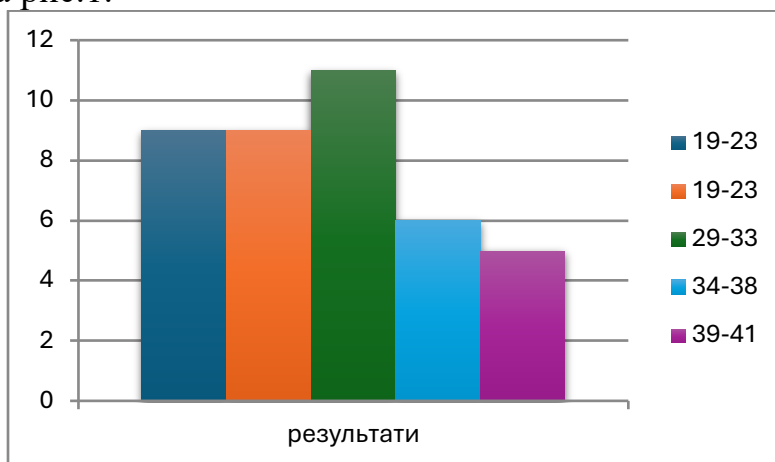


Рис.1. Гістограма шкали сприйнятого стресу

Результати нам показують, що **середній рівень сприйнятого стресу у досліджуваних виходить за межі помірного переживання стресу і**

наближається до **високого рівня емоційного напруження**, але не є критичним. Також, дані свідчать про **значну варіативність** переживання стресу: частина підлітків має **вкрай високі показники**, що може впливати на їхню психологічну стабільність, а частина — **менш інтенсивні реакції**. [2] **Медіана** підтверджує загальну тенденцію до підвищеного стресу, адже половина учасників має рівень стресу **вище помірного**.

За результатами опитувальника Шкала диференціальних емоцій, першим етапом зробимо графічну візуалізацію отриманих даних у вигляді діаграми «профіль емоцій» див рис.2. На ньому яскраво видно емоції, які домінують: Радість (11,175) – Найвища оцінка серед усіх емоцій, що вказує на позитивне емоційне забарвлення діяльності. Це може означати зацікавленість у процесі, задоволення від досягнень та комфортну атмосферу.

Інтерес (9,8) – Висока оцінка вказує на сильне захоплення діяльністю. Інтерес часто є рушієм продуктивності, дослідження та розвитку.

Провина (8,45) – Може свідчити про відповідальність за виконання роботи, але також про потенційний рівень тривожності, пов'язаний із необхідністю відповідати очікуванням.

Загалом емоційне забарвлення діяльності має позитивний характер завдяки високим рівням радості та інтересу. Однак, присутність почуття провини, страху та гніву може свідчити про внутрішній конфлікт або зовнішні труднощі.

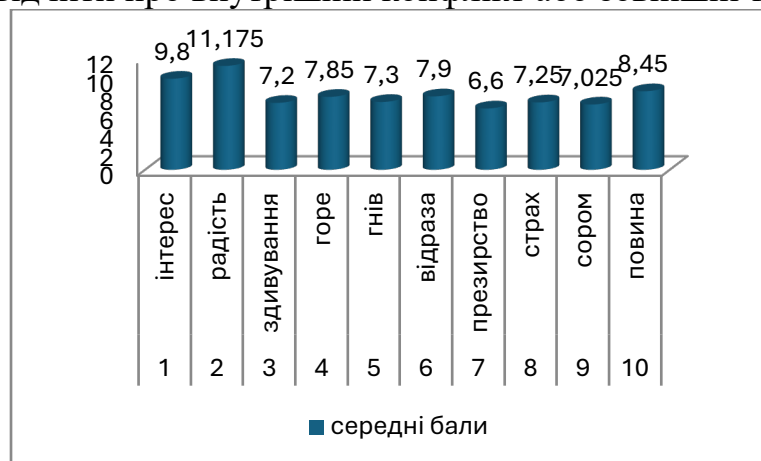


Рис.2. Діаграма «Профіль емоцій»

Під час другого етапу тлумачення результатів, відбувається розподіл 10 базових емоцій на три індекси емоційного переживання. Інтерпретуємо дані по кожному з наданих індексів за узагальненими показниками з використанням градації.

Перший індекс позитивних емоцій (ІПЕ) з результатом середнього показника в 28,17 балів. Цей показник знаходиться у верхній межі помірного рівня, майже переходячи в категорію «вираженого» рівня. Це свідчить про загальну позитивну емоційну забарвленість діяльності, наявність задоволення, натхнення та емоційного піднесення.

Другий індекс гострих негативних емоцій (ІГНЕ) з показником в 29,6 балів, належить до вираженого рівня. Високий показник гострих негативних емоцій може означати підвищену напруженість, стрес, сильне емоційне реагування на

ситуації, а також можливу схильність до роздратування чи внутрішнього конфлікту.

Третій індекс тривожно-депресивних проявів (ІТДЕ) з показником 22,8 балів. Цей показник також знаходиться у вираженому рівні. Він вказує на наявність помірної або підвищеної тривожності та можливих депресивних тенденцій, що можуть впливати на загальне самопочуття та емоційну стабільність.

Дані свідчать про змішане емоційне забарвлення діяльності. З одного боку, позитивні емоції (ІПЕ) перебувають на високому рівні, що вказує на мотивацію та задоволення. З іншого боку, виражені гострі негативні емоції (ІГНЕ) та тривожно-депресивні прояви (ІТДЕ) можуть створювати емоційні труднощі та внутрішнє напруження. Це може означати, що діяльність є значущою та важливою, але одночасно супроводжується сильними емоційними переживаннями.

При діагностуванні типу шкільної мотивації в старшокласників було виявлено, що домінуючі фактори мотивації: (**Мотив соціального схвалення (4,0)** – це найвищий показник, що свідчить про важливість позитивної оцінки з боку однокласників, вчителів та батьків. **Престижність навчання (3,6)** – навчання має значну цінність у родині та класі, що може стимулювати учнів до старанності та високих досягнень).

Помірно важливі мотиви: (**Вплив однокласників (2,675)**, **родини (2,7)**, **школи (2,65)** – соціальне середовище суттєво впливає на навчання. **Страх покарання (2,375)** – є фактором, який утримує учнів від небажаної поведінки, але не є ключовим мотиватором). **Усвідомлення соціальної необхідності (2,325)** – певний рівень розуміння значущості освіти для майбутнього).

Слабко виражені мотиви: (Пізнавальний інтерес (2,05) – низький показник може свідчити про недостатній ентузіазм до навчання. **Мотивація досягнення (1,35)** – низький показник може означати, що прагнення до високих результатів як особистої мети не є ключовим мотивом для старшокласників. **Мотив спілкування (1,65)** – соціальна взаємодія в школі не є основним рушієм мотивації. **Позанавчальна мотивація (1,175)** – показник дуже низький, що свідчить про слабку зацікавленість у позакласних активностях. **Мотив самореалізації (1,325)** – учні не сильно зосереджені на розвитку особистісного потенціалу через навчання).

Отже, основна мотивація старшокласників ґрунтується на **соціальних факторах** – вони прагнуть схвалення та підтримки з боку оточення.

Інструментальні мотиви (страх покарання, усвідомлення необхідності освіти) мають середній рівень, що означає їх певний, але не вирішальний вплив. **Пізнавальний інтерес і мотивація досягнення** виявилися слабкими, що може сигналізувати про недостатню внутрішню мотивацію до навчання як процесу пізнання та самореалізації.

В цілому щоб визначити рівень взаємозв'язку між стресом, емоційним показником (ІТДЕ) та мотивацією соціального схвалення, було використано кореляційний аналіз див. Табл.1. Він дозволить **оцінити, як стрес впливає на**

два різні аспекти учнівського життя – внутрішній емоційний стан та соціальну взаємодію.

Зв'язок між змінними	r (коефіцієнт кореляції)	Статистична значущість (p)
Стрес ↔ ІТДЕ (тривожно-депресивні прояви)	0,25	$p < 0.05$ (слабка позитивна кореляція)
Стрес ↔ Мотив соціального схвалення	0,14	$p < 0.05$ (дуже слабка позитивна кореляція)

Табл.1

Отже ми бачимо, що кореляція ($r = 0,25$, $p < 0.05$) між стресом та ІТДЕ свідчить про слабкий позитивний зв'язок: зростання рівня стресу може супроводжуватися збільшенням тривожно-депресивних проявів, але цей ефект не є вирішальним.

Кореляція ($r = 0,14$, $p < 0.05$) між стресом та мотивом соціального схвалення означає ще слабший взаємозв'язок. Це може вказувати на те, що рівень стресу має незначний вплив на прагнення до схвалення з боку однокласників, учителів або батьків.

Мій вибір аналізу кореляції між стресом та ІТДЕ (тривожно-депресивними проявами) і стресом та соціальним схваленням є логічним та обґрунтованим з точки зору психологічного дослідження. І ось чому:

1). Стрес і тривожно-депресивні прояви мають природний взаємозв'язок, адже хронічний або сильний стрес може бути причиною емоційної нестабільності. Кореляція підтверджує, що хоча зв'язок є слабким, стрес дійсно впливає на рівень тривожності та депресивних проявів у старшокласників. Це важливе дослідження для розуміння психологічного благополуччя учнів та можливих механізмів підтримки.

2). Аналіз зв'язку між стресом та прагненням до соціального схвалення допомагає оцінити, чи викликає підвищений рівень стресу зміну соціальної поведінки. Кореляція свідчить про дуже слабкий зв'язок, тобто соціальне схвалення незначно залежить від рівня стресу. Це може означати, що навіть у стресових умовах учні продовжують прагнути схвалення з боку оточення, але цей мотив не є ключовим у їхньому емоційному регулюванні.

3). Це дає можливість краще зрозуміти, які чинники навчального середовища впливають на психологічну стійкість учнів та як можна оптимізувати освітній процес.

Висновки. 1. Рівень стресу у старшокласників є підвищеним. Встановлено, що середній показник сприйнятого стресу перевищує типові значення у підлітків без впливу війни, що свідчить про емоційну напруженість і необхідність адаптаційних механізмів.

2. Значна варіативність рівня стресу серед учнів. Виявлено високе стандартне відхилення вказує на індивідуальні відмінності у стресовій чутливості. Деякі учні відчують стрес на критичному рівні, тоді як інші залишаються у межах помірного впливу.

3. Соціальна мотивація домінує над внутрішньою. Найвищий показник отримав мотив соціального схвалення, що свідчить про орієнтацію учнів на оцінку з боку оточення. Пізнавальний інтерес та самореалізація мають слабкий вплив на навчальну активність.

4. Стрес впливає на емоційну стабільність більше, ніж на мотивацію. Кореляція між стресом і тривожно-депресивними проявами, що свідчить про слабкий зв'язок, але його значущість вказує на потребу підтримки емоційної регуляції. Вплив стресу на соціальне схвалення є мінімальним, що підтверджує незалежність мотивації від рівня психологічного напруження.

Література:

1. Міненко О.О. дослідження особливостей тривожності підлітків в умовах воєнного конфлікту. Наукові записки. Серія: Психологія. Випуск 3(5). Кропивницький: Видавничий дім «Гельветика», 2024. 106 с. (дата звернення: 11.05.2025).

2. Вельдбрехт О. О., Тавровецька Н. І. Шкала сприйнятого стресу (PSS-10): адаптація та апробація в умовах війни. Problems of modern psychology. 2022. № 2. С. 16–27. URL: <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-2-2> (дата звернення 11.05.2025).

3. PSYCHOLOGICAL PECULIARITIES OF STRESS EXPERIENCE AMONG ADOLESCENTS FROM THE OCCUPIED TERRITORIES., Psychological Journal: Scientific Journal of G.S. Kostiyk Institute of Psychology, National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine Makarenko N.M., Goncharova T. (date of access: 13.05.2025).

4. Conceptual boundaries of the concepts "stress", "prolonged traumatic stress", "post-traumatic stress disorder" M. Kozihora., Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology, IX (97), Issue: 246, 2021 Feb. (date of access: 13.05.2025).

МЕТОДИ ОПРАЦЮВАННЯ НЕГАТИВНИХ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ У ВІЙСЬКОВИХ ТА ЇХ СІМЕЙ

Нетребя О. О., Розіна І. В.

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

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми.

В умовах військового стану в психологічній науці актуальності набуває проблема збереження психічного здоров'я, зокрема емоційних станів у військових сім'ях. Це обумовлено особливостями соціально-економічного розвитку країни та воєнним станом в Україні означені ситуації є тривожними для людей, що призводить до появи невпевненості та страхів, невизначеності, виникнення негативних емоційних проявів. Також, актуальним є розробка програм підтримки психічного та психологічного здоров'я особистості з використанням методів психотерапії.

У військових людей є багато в житті завдань, але найвідповідальніше і саме складне завдання та випробування - перебування, знаходження у зоні воєнного конфлікту, проте військовий зробив усе можливе для того, щоб круто впоратись з цим складним завданням, він йшов до цілі повернення додому, до рідних, коханих, своїх сімей та побратимів і от настав той час призвичаїтись до мирного життя.