



**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

психології імені Г.С. Костюка. Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. 2012. №Х (23). С.414-422.

3. Пилипенко Н.В. Вплив емоційного здоров'я на фізичний стан. *Дошкільна освіта у сучасному соціокультурному просторі*: зб. наук. праць / за заг. ред. О.А.Гнізділової, відпов. ред. Н.В.Ковалевська. Полтава: ФОП Цьома С.П., 2021. Вип. 5. С.148-152.

4. Психічне здоров'я особистості: підручник для вищих навчальних закладів. С.Д.Максименко, Я.В.Руденко, А.М.Кушнерьова, В.М.Невмержицький. Київ: «Видавництво Людмила», 2021. 438 с.

УДК 159.9

Дідух М.Л.,

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

Бурашніков А.П.,

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

ОСОБЛИВОСТІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ТА СТРЕСОПОДОЛАННЯ У ОСІБ З РІЗНИМ ТРАВМІВНИМ ДОСВІДОМ

Анотація. В статті містяться результати дослідження стресостійкості та стресоподолання у осіб

з різним травмівним досвідом. Комплекс психодіагностичних методик склали: «Глобальний скринінг психологічної травми» (Global Psychotrauma Screen) (Olf & Bakker (Ольф та Беккер)), «Шкала стресостійкості CD-RISC-10» (Коннор-Девідсон), «Методика «Способи подолання стресу (Тест BASIC Ph)» (H. Selye), до вибірки увійшли 50 осіб з різним травмівним досвідом.

За результатами емпіричного дослідження встановлено, що особам з низьким рівнем психотравмованості характерна виражена стресостійкість, що свідчить на користь того, що саме стресостійкість є особистісним ресурсом захисту від психологічного травмування. Виявлено, що таким особам характерні всі параметри стресоподолання, що й свідчить на користь їх низької психічної травмованості.

Ключові слова: травмівний досвід, стрес, стресостійкість, захисні механізми, способи стресоподолання, особистісні риси

Abstract. The article presents the results of a study of stress resistance and stress management in individuals with different traumatic experiences. The set of psychodiagnostic techniques consisted of: Global Psychotrauma Screen (Olf & Bakker), the CD-RISC-10 Stress Resistance Scale (Connor-Davidson), and the BASIC Ph Test (H. Selye). The sample included 50 individuals with different traumatic experiences.

The results of the empirical study showed that individuals with low levels of psychological trauma are

characterized by pronounced stress resistance, which suggests that stress resistance is a personal resource for protection against psychological trauma. It was found that such individuals are characterized by all parameters of stress management, which indicates their low psychological trauma.

Key words: traumatic experience, stress, stress resistance, defense mechanisms, stress management methods, personality traits

Травмативний досвід особистості, особливо в умовах війни, його вивчення, є актуальним питанням через велику кількість травмованих людей. Взагалі поняття психотравми набуло різних граней прояву та відповідно вивчення через значну кількість різноманітних екстремальних ситуацій (війна/ катування/геноцид/теракти та ін.). Останнім часом змінився розділ психопатології через появу нових соціальних явищ, тож з'явилася самостійну область психологічних знань – психотравматизм, яка об'єднала психологів, правників, біологів, культурологів, соціологів та фахівців інших сфер, що дало змогу актуалізували систематизацію інформації щодо травмивного досвіду людини [1]. Все це привертає увагу до вивчення стресу як супутника психотравмування особистості.

Дефініція стресу у сучасній психології/медицині визначається через включеність та взаємодію психологічної/біологічної/ соціально-психологічної систем організму. Стрес є синдромом фізіологічного

характеру неспецифічних для організму людини реакцій на потреби, що постають перед особою. За вираженості емоційного стресу завжди є момент опосередкованості між психічним стресором та психічними процесами особистості за допомогою яких відбувається співставлення між оцінкою-стимулом і попереднім досвідом людини [2].

Стимул стає стресором тільки тоді, коли у результаті обробки інформації щодо стимулу виникає у людини почуття загрози щодо неї. Індивідуальну значущість того чи іншого стресора визначає суб'єктивність стимулу у контексті ставлення до нього особистості, психічний стан людини, специфіка її когнітивних процесів. Фізіологічний стрес відрізняється від психологічного тим, що для нього характерні за рахунок нервових/гормональних змін високостереотипні реакції, а психологічний стрес не завжди призводить до відповідних реакцій [2].

Підхід започаткований Лазарусом вивчає стрес як певну залежну змінну, яка визначається через відповідь організму людини на оточення, яке є для неї шкідливим/її турбує. Підхід Левіне і Скот зосереджується на описі стресу з точки зору впливів середовища, яке може бути тривожне/шкідливе і таке, що стимулює стрес. Підхід Кокс розглядає стрес як реакцію, яка виникає при невідповідності особистість-середовище, тож стрес є взаємодією певних факторів та їх наслідків [2].

Розгляд причин виникнення та дії психотравми на особистість в історичному контексті дозволяє виявити її

детермінованість соціальними подіями. Якщо розгляд робити щодо двадцятого сторіччя, то цілком зрозуміло, що травма спричинена трьома різновидами подій та їх наслідками:

- війни;
- виокремлення посттравматичного стресового розладу (ПТСР);
- зростання поширеності жорстокого поводження в дитинстві [5].

Відтак, цікавим є виявлення стресостійкості для розуміння повної діагностичної картини співвіднесення психотравмованості та характеристик переживання стресу особистістю.

З цією метою було дібрано комплекс психодіагностичних методик:

- «Глобальний скринінг психологічної травми» (Global Psychotrauma Screen) (Olf&Bakker (Ольф та Беккер)),

- «Шкала стресостійкості CD-RISC-10» (Коннор-Девідсон),

- «Методика «Способи подолання стресу (Тест BASIC Ph)» (H.Selye).

Вибірку дослідження склали 50 осіб з різним травмівним досвідом.

Як видно з рисунка 1, стресостійкість висока у осіб з низьким рівнем психотравмованості, що свідчить на користь того, що саме стресостійкість є особистісним ресурсом захисті від психологічного травмування.

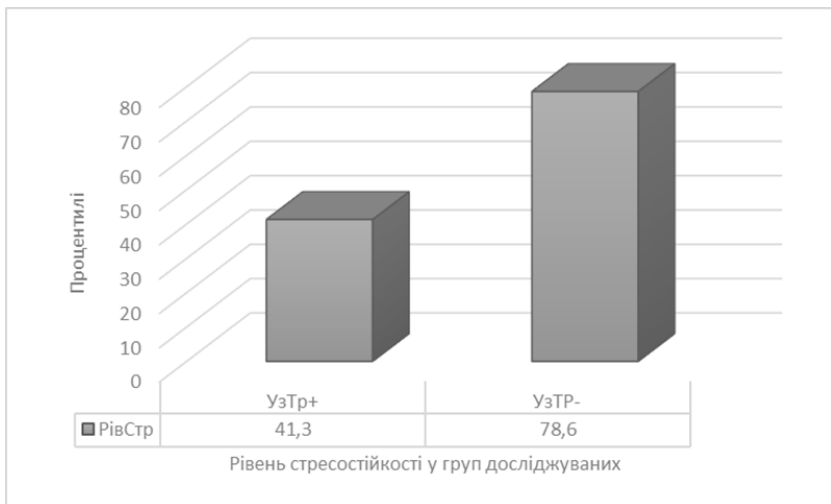


Рис. 1. Особливості стресостійкості у осіб з різним рівнем психотравмованості

Саме стресостійкість дозволяє ефективно реагувати на діючі стресори та позитивно ставитися до нових викликів, є чинником зростання [3] та є характеристикою особистості, що інтегрує у собі якості, здатні забезпечити можливість протистояння стресу, захист та підтримку психічного здоров'я [4].

Перейдемо до визначення дієвих способів подолання стресу у осіб з різним рівнем психотравмованості (див. Рис.2.).

За результатами нашого дослідження у осіб з низьким рівнем психотравми всі показники стресодолавання на високому рівні і знаходяться в третьому та четвертому квантилях. Цілком зрозумілим є знаходження у першому квантилі параметру А, що

репрезентує
досліджуваного.

емоції/почуття

особистості

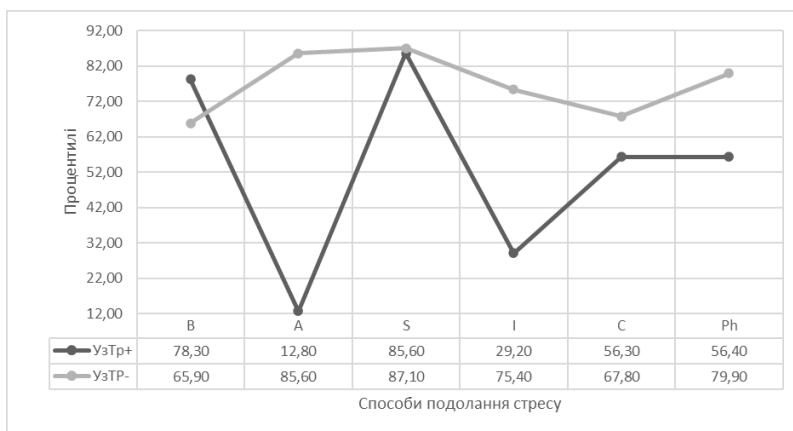


Рис. 2. Особливості способів подолання стресу у осіб з різним рівнем психотравмованості

Водночас за параметрами B, S та C, відповідно віра/переконавання/цінності і соціальна підтримка та когнітивні стратегії, статистично значущих відмінностей за критерієм Стюдента між означеними групами досліджуваних не встановлено.

Встановлено емпірично за результатами якісного аналізу, що особам з низьким рівнем психотравмованості характерна виражена стресостійкість, що свідчить на користь того, що саме стресостійкість є особистісним ресурсом захисту від психологічного травмування. За допомогою стресостійкості людина успішно реагує на наявні стресори та інтегрує у собі психологічні характеристики, за допомогою яких особистість має

змогу підтримати власне психічне здоров'я, активізувати захисні механізми та, власне, протистояти стресу. Важливим висновком є те, що всі усереднені показники психологічної травми вище 50 процентиль, що свідчить про досить високий рівень травмованості в українському суспільстві.

За результатами нашого дослідження у осіб з високим рівнем виражені всі параметри стресоподолання, тому й цілком зрозуміло їх низька психічна травмованість. Водночас у осіб з низьким рівнем психотравми все ж розвинені можливості стресодолання (вираженість переважної більшості на високому рівні в третьому та четвертому квантилях). Найменш задіяними та регульованими є такі ресурси стресоподолання як уява/мрії/спогади та емоції/почуття. Даний отриманий результат показує напрямок подальшої практичної роботи з формування стресостійкості та зниження рівня психічної травмованості особистості.

Література:

1. Волков К. Травматичний досвід: історична експлікація вивчення в психології. *Психологічні перспективи*. 2023. Вип. 41. С.55-73.

2. Злепко С.М., Мінцер О.П., Сергеева В.В, Азархов О.Ю., Костішин С.В. Сучасні методи і засоби для визначення і діагностування емоційного стресу: монографія / за заг. ред. О.П.Мінцера. Вінниця: ВНТУ, 2010. 228 с.

3. Руденок А.І., Логвіна О.А., Ісак Г.В. Стресостійкість як ключова психологічна характеристика професійного становлення молодих фахівців. Габітус. 2024 Випуск 65. С.229-232.

4. Шпак М.М. Стресостійкість особистості в дискурсі сучасних психологічних досліджень. Габітус. 2022. Вип. 39. С.199-203.

5. Kirmayer L.J., Lemelson R., Barad M. Introduction: Inscribing Trauma in Culture, Brain, and Body. Understanding trauma: integrating biological, psychological and cultural perspectives. 2007. P.1-20.

УДК 159.9

Sorochenko O.,
third (educational and scientific) level of higher
education in the specialty 053 Psychology,
State Institution "South Ukrainian National Pedagogical
University named after K.D. Ushynsky"

STRESS FACTORS AND THEIR IMPACT ON THE STRESS RESISTANCE OF MILITARY PERSONNEL

Abstract. The article examines the issue of stress resistance in military personnel and identifies one of the ways to improve it – by identifying stress factors and conducting individual psychological work to reduce sensitivity to their effects.

Key words: stress, stress resistance, stress factors, military personnel, personality.

Пахлеванзаде Ю.С. Особливості прояву афективних розладів особистості та шляхи реабілітації.....	618
Савенкова І.І., Сєвцов С. Нейрокогнітивна діагностика керуючих функцій головного мозку.....	627
Носач С. Порівняльний аналіз посттравматичного стресового розладу (ПТСР) та комплексного посттравматичного стресового розладу (кПТСР): причини, симптоматика, діагностика та психореабілітація.....	637
Савенкова І.І., Убірія Є.О. Тривожні розлади у підлітків з аутизмом: механізми розвитку, клінічні прояви та ефективні підходи до терапії та підтримки.....	645
Разборська А.О. Емоційний інтелект як чинник формування особистісної зрілості майбутніх психологів.....	652
Саннікова А.О. Страхи, що супроводжують публічні виступи.....	664
Бедан В.Б., Деміркая Е.М. Психосоматичні, емоційні та когнітивні прояви у осіб, які пережили травмуючу ситуацію.....	676
Вукова S. Emotional modality of human experience of success.....	685
Дідух М.Л., Веприцька О.М. Стан емоційного здоров'я сучасного студентства.....	690
Дідух М.Л., Бурашніков А.П. Особливості стресостійкості та стресоподолання у осіб з різним травмівним досвідом.....	701
Sorochenko O. Stress factors and their impact on the stress resistance of military personnel.....	709
ЗМІСТ	714