

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІЇ ІМЕНІ Г. С. КОСТЮКА
Лабораторія вікової психофізіології
МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ Г. С. СКОВОРОДИ
Кафедра здоров'я людини, реабілітології і спеціальної психології
МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ДОНЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Лабораторія психології репродуктивної сфери, пренатальної і
перинатальної психології

МАТЕРІАЛИ

IX Всеукраїнської науково-практичної конференції

ОСОБИСТІСНІ ТА СИТУАТИВНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ВІЙНИ

14 листопада 2024 року

PSYCHE

**НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІЇ ІМЕНІ Г. С. КОСТЮКА
Лабораторія вікової психофізіології
МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ Г. С. СКОВОРОДИ
Кафедра здоров'я людини, реабілітології і спеціальної психології
МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ДОНЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Лабораторія психології репродуктивної сфери, пренатальної і
перинатальної психології**

ОСОБИСТІСНІ ТА СИТУАТИВНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ВІЙНИ

**Матеріали
ІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції**

14 листопада 2024 року

м. Київ

УДК 159.922:61(06)

Особистісні та ситуативні детермінанти здоров'я в умовах війни :
[Текст] : Матеріали ІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Київ, 14 листопада 2024» р.) : матеріали і тези доповідей / за заг. ред. проф. О. В. Бацилевої. – Київ, 2024. 212 с.

Збірник містить матеріали і тези доповідей учасників ІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції «Особистісні та ситуативні детермінанти здоров'я в умовах війни», яка проходила на базі Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України

У представлених матеріалах висвітлено широке коло актуальних проблем дослідження феномену здоров'я в сучасній психологічній науці та інших наукових галузях.

Збірник адресований науковцям, викладачам вищої школи, аспірантам, студентам, спеціалістам у галузі психології здоров'я, а також усім тим, хто цікавиться сучасними науковими дослідженнями у галузі психології здоров'я.

Редакційна колегія

О. М. Кокун, д-р психол. наук, професор, член-кор. НАПН України

В. М. Астахов, д-р мед. наук, професор

О. В. Бацилева, д-р психол. наук, професор

О. М. Корніяка, д-р психол. наук, професор

А. І. Галій, канд. біол., доцент

Рекомендовано до друку на засіданні вченої ради Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України (протокол № 12 від 31.10.2024 року)

© Інститут психології імені Г. С. Костюка
НАПН України, 2024

ЗМІСТ

| | |
|---|----|
| Максименко С. Д. ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ СУЧАСНОГО БУТТЯ | 10 |
| Астахов В. М. ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ РЕПРОДУКТИВНИХ УСТАНОВОК СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ | 12 |
| Атаманчук Н. М. РЕСУРСИ ОСОБИСТОСТІ В СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЯХ | 15 |
| Бахмутова Л. М. ОСОБЛИВОСТІ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ УКРАЇНСЬКИМ БІЖЕНЦЯМ | 18 |
| Бацилєва О. В. ПОСТТРАВМАТИЧНЕ ЗРОСТАННЯ ЯК АДАПТАЦІЙНИЙ РЕСУРС ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ | 20 |
| Білокобильський О. В. ШТУЧНИЙ ІНТЕЛЕКТ І КІНЕЦЬ «ДОБИ КЛІНІКИ» | 23 |
| Болотнікова І. В. СТРЕС ТА ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ ПІД ЧАС ДОВГОТРИВАЛОЇ ВІЙНИ | 25 |
| Бушай І. М. ФОРМИ ТА ПРОЯВИ СОЦІАЛЬНОГО ІМУНІТЕТУ МОЛОДІ | 28 |
| Ваврашко В. А., Міхєєва Л. В. ПІДГОТОВКА ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ ДО РЕАЛІЗАЦІЇ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ СУЧАСНОЇ ШКОЛИ | 31 |
| Васильченко-Деружко К. А. ЗБЕРЕЖЕННЯ БАЛАНСУ МІЖ РОБОТОЮ ТА ЖИТТЯМ В УМОВАХ ВІЙНИ: ШЛЯХ ДО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ТА ПОДОЛАННЯ ВИГОРАННЯ | 34 |

| | |
|--|-----|
| Турубарова А. В., Смоляк В. М. ВНУТРІШНЯ КАРТИНА ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ РЕАБІЛІТАЦІЇ | 189 |
| Федишин Р. В. ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ОБДАРОВАНОЇ СТУДЕНСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВОГО СТАНУ | 193 |
| Харитинський А. А. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ | 195 |
| Чорний П. А. ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНІ ЧИННИКИ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПЕРСОНАЛУ БІЗНЕС-ОРГАНІЗАЦІЙ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ | 198 |
| Чорний С. В., Міхеєва Л. В. ПІДХОДИ ДО ПІДГОТОВКИ ПСИХОЛОГІВ ДЛЯ СТВОРЕННЯ АНТИБУЛІНГОВОГО СЕРЕДОВИЩА В ОСВІТНІХ ЗАКЛАДАХ | 201 |
| Чумаков В. О. РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ЯК ОСНОВА ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ: АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ДОСЛІДЖЕННЯ | 204 |
| Шпонько Д. М. РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ І ПОСТТРАВМАТИЧНЕ ЗРОСТАННЯ ЯК ЗАСОБИ ПОДОЛАННЯ НАСЛІДКІВ НЕСПРИЯТЛИВОГО ДОСВІДУ | 206 |
| Яланська С. П., Анушкевич В. І. МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ВИЩОЇ ШКОЛИ | 209 |

діяльності, компанію, так і тенденції в цілому на ринку у власне працівників сфери зовнішніх та внутрішніх комунікацій, маркетингу та реклами. Можливо, працівники сфери ІТ-технологій, веб-дизайну та графічного дизайну більшою мірою фокусуються на власне робочих завданнях і меншою мірою міркують про аспекти, пов'язані з подальшим розвитком професійної кар'єри.

Можемо підсумувати, що майже в половини досліджуваних виявлені середні значення загального показника психологічної готовності до здійснення професійної кар'єри, при цьому низькі показники виявлені у трохи менше, ніж у третини досліджуваних. Такі результати вказують на важливість фокусу на розробку програм для посилення психологічної готовності у даному питанні, рефлексії працівників над цими аспектами.

Також виявлені статистично значущі кореляційні зв'язки між рівнем розвитку загального показника психологічної готовності до здійснення майбутньої професійної кар'єри та деякими чинниками мікро- (*стаж роботи в організації, стать*) та мезорівня (*тривалість роботи компанії на ринку*). Крім того, констатований вплив такого чинника як *сфера діяльності працівника в організації* на загальний показник психологічної готовності до здійснення професійної кар'єри.

До подальших напрямків дослідження, вважаємо, можна віднести вивчення поняття кар'єрного успіху та його співвідношення як із загальним показником, так і складовими психологічної готовності до здійснення професійної кар'єри працівників сфери креативних індустрій.

ВНУТРІШНЯ КАРТИНА ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ РЕАБІЛІТАЦІЇ

А. В. Турубарова,

кандидат психологічних наук, доцент,

В. М. Смоляк,

кандидат педагогічних наук,

Комунальний заклад вищої освіти

«Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія»

Запорізької обласної ради

Серед актуальних проблем сучасної психологічної науки все частіше з'являються питання пов'язані з такими феноменами та категоріями як «психічне здоров'я», «психологічна реабілітація», «психологічне благополуччя», «внутрішні ресурси особистості», «саногенне мислення» та ін. За оцінками «WHO 2024 Emergency Appeal: Ukraine» – 9,6 мільйонів людей в Україні мають ризик психічного розладу або живуть із ним, з яких 3,9 мільйони страждають від середніх до важких симптомів. За оцінками, кількість людей, які потребували психологічної підтримки протягом першого

року повномасштабної війни, перевищувала 10 мільйонів і кількість має тенденцію зростати станом на третій рік повномасштабного вторгнення. 52,7% осіб, які потребують психологічної допомоги, демонструють симптоми психологічного дистресу, включаючи тривогу (54,1%), депресію (46,8%) та безсоння (12,1%) (Ганс Анри П. Клюге, 2024). За результатами проведеного емпіричного дослідження серед цивільних осіб, що звернулись за медико-психологічною допомогою, встановлено наскільки емоційно виснаженими та психічно травмованими стають люди за період війни. Так у 45% досліджуваних виявлено наявність виражених депресивних тенденцій, 86% досліджуваних мали ознаки посттравматичного стресового розладу (Лефтеров В., Самара О., 2022). В умовах травмівних подій у багатьох українців здоров'я займає високу позицію у системі цінностей людини. На думку зарубіжних вчених (С. R. Sacks, J. Secrest, K. Callahan, P. L. Kimmel, R. A. Peterson, 1999) суб'єктивне сприйняття рівня свого здоров'я є яскравим предиктором появи та перебігу депресії, ніж об'єктивні показники захворювання.

Метою статті є висвітлення складових внутрішньої картини здоров'я особистості в контексті реабілітації. За допомогою аналізу та синтезу, узагальненню та систематизації наукових даних розкрито складові внутрішньої картини здоров'я особистості через призму реабілітації.

Виклад основного матеріалу. Внутрішня картина здоров'я особистості (суб'єктивне сприйняття свого здоров'я) – це усвідомлення своїх біологічних ресурсів, можливостей, бажань, потреб на різних рівнях, ступенів їхнього задоволення, механізмів захисту, а також своїх здібностей та соціального призначення. Усіма своїми характеристиками внутрішня картина здоров'я виступає категорією позапсихічною. Однак опора робиться на самосвідомість людини, інтрапсихічні й особистісні здібності (Бондаренко А. Ф., 1997). На думку С. Заболоцької, внутрішня картина здоров'я – це багатовимірна система, структурно складне динамічне утворення у самосвідомості людини, в якій відображено різні виміри здоров'я людини: фізичний, психічний, психологічний (Заболоцька С. І., 2020).

Ставлення до здоров'я може визначатись як віковими характеристиками, так і типом особистості людини, а також ставленням до здоров'я у важливому для людини оточенні – її мікросоціальному середовищі. Здоровий організм зрозуміло й чітко може повідомляти про те, що він вважає для себе важливим, необхідним на сьогоднішній момент, який вибір зробити для повного благополуччя (Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І., 2011). У формуванні внутрішньої картини здоров'я особливу роль відіграють не тільки соціальні компоненти, а й інтелектуальні та вольові. На основі досвіду кожна людина виробляє для себе особливу концепцію здоров'я. Вона включає причини, механізм розвитку, симптоми відхилення, прогноз просування до здоров'я. У відсутності справжнього знання і досвіду може скластися перекручене розуміння здоров'я, що призводить до різноманітних форм невротичного реагування на нього, наприклад, фанатизм стосовно свого

здоров'я, створення міфів про природу й лікування захворювань (Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І., 2011).

Розглядаючи внутрішню картину здоров'я із психологічних позицій, А. Бондаренко виділяє три її складові (Бондаренко А. Ф., 1997), а саме:

– когнітивна складова передбачає уявлення про стан здоров'я, що значною мірою залежить від віку людини і рівня її інтелекту. Когнітивний компонент не тільки формує уявлення про самого себе, але й включає ставлення до себе, відображає рівень самоповаги. Розвиток цього компонента значною мірою залежить від соціального оточення, особливостей сприйняття, життєвого досвіду;

– емоційна містить у собі переживання здорового самопочуття, пов'язане з комплексом відчуттів, що формують емоційне тло (спокій, радість, воля, легкість, симпатія та ін.). Емоційний рівень пов'язаний із різними видами емоційного реагування на здоров'я, що визначається індивідуально-типологічними та індивідуально-психологічними характеристиками людини, а також особливостями її емоційного реагування на різні життєві ситуації;

– поведінкова – це сукупність зусиль, прагнень, конкретних дій здорової людини, обумовлених системою вірувань і спрямованих на досягнення суб'єктивно значимих цілей. Поведінковий рівень пов'язаний з актуалізацією діяльності людини зі збереження здоров'я. Це найвищий рівень ставлення до здоров'я і вимагає активної діяльності суб'єкта, спрямованої на збереження і підтримку свого здоров'я.

Ставлення людини до власного здоров'я у процесі життєдіяльності та у процесі лікування недугів грає важливу роль для подальшої позитивної динаміки лікування та реабілітації хворого (Федчук О. В., 2022). У своєму дисертаційному дослідженні О. Лісова описує багатовимірну теоретичну модель внутрішньої картини здоров'я соматичного хворого, яка складається з сенситивного, емоційного, когнітивного, ціннісно-мотиваційного та поведінкового компонентів з оцінкою корекційного потенціалу кожного (Лісова О., 2008). Зупинимося більш детально на реабілітаційній складовій цієї моделі.

Сенситивна компонента у своїй основі має схему тіла, його психологічний образ, проявляє себе у відчуттях фізичного комфорту чи дискомфорту, розширених чи обмежених можливостей володіння своїм тілом. Переоцінка своїх можливостей виздоровлення веде до виснаження, розчарування і депресії, знецінення, гальмуючи прогрес лікування та реабілітації. Оптимум фізичних можливостей, якого хворий зможе досягти після лікування та реабілітації, визначається ресурсним станом; прагнення його досягти є мотивацією виздоровлення та пошуку шляхів реабілітації. Лікар є носієм реальних відомостей про потенційний ресурсний стан хворого, а психолог відповідає за прийняття й осмислення цих відомостей хворим.

Емоційна компонента розкривається у переживанні людиною власних життєвих ситуацій. Здатність диференціювати та контролювати свої емоції, зміна емоційного ставлення хворого до захворювання та симптому з різко

негативних на більш нейтральні чи/і позитивні дає можливість активізувати резервні можливості організму і сприяти успішній реабілітації. Ця компонента відповідає і за прихильність до лікування, що проявляється в довірі до системи лікування в цілому і до лікаря зокрема. Корекція емоційного стану хворого можлива за участі, передусім, психолога, його компетентне втручання дає можливість лікарю зменшити час адаптації хворого до захворювання, а також контролювати емоційне ставлення до лікування протягом усього процесу лікування та реабілітації.

Когнітивна компонента внутрішньої картини здоров'я соматичного хворого має дві складові частини: 1) знання про актуальний стан, усвідомлення складності захворювання, ролі психологічних чинників розвитку, перспектив виздоровлення чи можливості хроніфікації захворювання як неминучості; 2) знання про ресурсний стан здоров'я, потенційні можливості організму. Корекція когнітивної компоненти може бути основою свідомого вибору стратегії відновлення здоров'я, реабілітації і прийняття відповідальності за своє здоров'я. Лікар несе відповідальність за змістовність та повноту інформації, тоді як фізичний терапевт – за узгодженість знань і дій пацієнта. Психолог контролює прийняття й усвідомлення отриманої інформації, її інтеграцію у внутрішню картину здоров'я.

Ядром внутрішньої картини здоров'я є ціннісно-мотиваційна компонента, що може стати підґрунтям побудови поведінки, спрямованої на виздоровлення. Якщо у внутрішній картині здоров'я хвороба стає домінантною, вона породжуватиме яскравіші образи, її внутрішня картина стає чіткішою і глибшою (внутрішня картина хвороби). Завдання психолога – оптимізувати кожну компоненту внутрішньої картини здоров'я, тим самим розкрити нові психологічні механізми відновлення та збереження здоров'я. Шляхом консультативної та тренінгової роботи формуються переконання, що здоров'я є найвищою цінністю для самої людини та її сім'ї. Пошук індивідуальних шляхів реабілітації саме в індивідуально-психологічній системі цінностей та переконань хворого. Уникнення внутрішнього опору хворого дозволить швидше досягнути оптимальних результатів лікування та реабілітації.

Поведінкова компонента важлива в адаптації людини до навколишньої дійсності, сукупність зусиль, прагнень, конкретних дій людини, зумовлених її системою знань та рішень і спрямованих на досягнення суб'єктивно значущих цілей щодо відновлення здоров'я. Основною проблемою соматичного хворого є стрес, сором, глибоке розчарування у своїх силах, втрата довіри до тіла, страх за майбутнє, тому мотивувати його до активності можна тільки після корекції всіх попередніх компонент внутрішньої картини здоров'я. Якщо будь-яка компонента внутрішньої картини здоров'я є деструктивною, це відобразиться на поведінковій компоненті, отже, досягнути ресурсного стану організму буде складно.

Таким чином, внутрішня картина здоров'я особистості – це багатовимірна система, структурно складне динамічне утворення у самосвідомості людини, яке складається з таких основних складових, як когнітивна, емоційна та поведінкова. Своєчасна корекція цих складових лікарем, фізичним терапевтом та психологом дозволить досягнути оптимальних результатів лікування та реабілітації.

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ОБДАРОВАНОЇ СТУДЕНСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВОГО СТАНУ

***Р. В. Федішин,**
аспірант,*

*Прикарпатський національний університет
імені Василя Стефаника*

Глобальні соціальні та економічні процеси в сучасних реаліях життя виявляють потребу в творчих, активних, неординарно мислячих людях, які здатні креативно та ефективно вирішувати завдання та проблеми в різних нестандартних ситуаціях. Саме тому, особливо під час дії воєнного стану та інших трансформаційних змін і подій актуальною виникає проблема ролі навчання, формування, підготовки та підтримки обдарованої студентської молоді. Відтак обдарованість виступає гарантом ефективного соціально-економічного й культурно-політичного розвитку суспільства. На обдаровану особистість лягає основний тягар стосовно вирішення проблем, які спричинені війною та забезпечення відновлення та відбудови після її завершення.

Обдарованість – це системна якість психіки, яка розвивається протягом життя і визначає можливість досягнення людиною більш високих результатів в одному чи декількох видах діяльності у порівнянні з іншими людьми (Міщиха Л.П., 2007).

Важливим аспектом обдарованості є можливість людини пристосовуватись до зовнішнього середовища, взаємодіяти з ним та прагнути його видозмінити та пристосувати до потреб, які виникають на часі. Саме тому умови життя, виховання, освіти повинні сприяти розвитку особистісним природним даруванням (Карпенко Н.А., 2013).

В. О. Моляко – один з найбільш авторитетних сучасних дослідників вважає, що обдарованість – це свого роду міра генетично і дослідно передбачених можливостей людини адаптуватись до життя. Як основна функція обдарованості вчений називає максимальне пристосування до світу, оточення, вирішення проблем у всіх випадках, коли створюються нові та непередбачувані ситуації, які вимагають творчого підходу (Моляко В.О., 2007).

Обдарована особистість потребує всебічної підтримки впродовж всього свого професійного, творчого та наукового життя (Чижевський Б.Г., 2024).

**НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІЇ ІМЕНІ Г. С. КОСТЮКА
Лабораторія вікової психофізіології
МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ХАРКІВСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ Г. С. СКОВОРОДИ
Кафедра здоров'я людини, реабілітології і спеціальної психології
МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ ДОНЕЦЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Лабораторія психології репродуктивної сфери, пренатальної
і перинатальної психології**

ОСОБИСТІСНІ ТА СИТУАТИВНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ВІЙНИ

**Матеріали
ІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції**

14 листопада 2024 року

[Текст]

*Матеріали подані в авторській редакції. Відповідальність за грамотність,
науковий та літературний зміст, достовірність фактів і посилань
несуть їх автори*

Головний редактор:
Ольга Валеріївна Бацилєва
д-р психол. наук, професор

Відповідальний за випуск:
Алла Іванівна Галій
канд. біол. наук, доцент

MEDICINE

PSYCHE

PSYCHE

MEDICINE

PSYCHE

MEDICINE