



ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

СУЧАСНА ПСИХОЛОГІЯ: ВИКЛИКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ

*Присвячено Всесвітньому дню психічного здоров'я
(World Mental Health Day)*

10 жовтня 2025 року

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ»
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ, ПОЛІТОЛОГІЇ ТА СОЦІОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ



Збірник матеріалів
Всеукраїнської науково-практичної конференції
**СУЧАСНА ПСИХОЛОГІЯ:
ВИКЛИКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ**

Присвячено Всесвітньому дню психічного здоров'я
(World Mental Health Day)

10 жовтня 2025 року



Видавництво
«Юридика»
2025

Редакційна колегія:

Головний редактор: **Аракелян Мінас Рамзесович**, доктор юридичних наук, професор, Заслужений юрист України, проректор з наукової роботи Національного університету «Одеська юридична академія»

Члени редакційної колегії:

ЦІЛЬМАК Олена Миколаївна, доктор юридичних наук, професор, завідувач кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

АФОНІН Дмитро Сергійович, кандидат юридичних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

БУДЯЧЕНКО Ольга Миколаївна, кандидат юридичних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

ГУРІН Руслан Сергійович, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

ДЖЕЖИК Ольга Володимирівна, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

САМАРА Ольга Євгенівна, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

ТАТЬЯНЧИКОВ Андрій Олександрович, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

ШМАЛЕНКО Юлія Іванівна, кандидат політичних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»

Зважаючи на свободу наукової творчості, відповідальність за достовірність матеріалів та фактів, унікальність тексту тез та дотримання вимог академічної доброчесності, несуть автори

Сучасна психологія: виклики та перспективи : збірник матеріалів С91 Всеукраїнської науково-практичної конференції / за заг. ред. М. Р. Аракеляна. – Одеса : Видавництво «Юридика», 2025. – 262 с.

ISBN 978-617-8574-65-9

DOI: <https://doi.org/10.32837/11300.30918>

Збірник матеріалів підготовлено за доповідями учасників Всеукраїнської науково-практичної конференції, присвяченої Всесвітньому дню психічного здоров'я (м. Одеса, 10 жовтня 2025 р.).

УДК 159.9'6(062.552)

© Автори, 2025

© Національний університет

ISBN 978-617-8574-65-9

«Одеська юридична академія», кафедра психології, 2025

Якимчук Олександра Володимирівна
магістрант ОП «Клінічна психологія»
факультету психології, політології та соціології
Національний університет «Одеська юридична академія»

Рєпнова Тетяна Петрівна
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології
Національний університет «Одеська юридична академія»
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5200-8619>

DOI: <https://doi.org/10.32837/11300.30919>

ПРЕМОРБІДНІ ПСИХОЛОГІЧНІ СТАНИ ПОДРУЗЖА НА РІЗНИХ ЕТАПАХ РОЗВИТКУ СІМ'Ї

Сучасне суспільство переживає значні соціально-економічні та культурні зміни, які безпосередньо впливають на функціонування сім'ї. Сім'я залишається базовим осередком соціалізації, емоційної підтримки та психологічної стабільності людини, проте саме в ній виникає багато напружень і конфліктів. Невротизація сім'ї може загострити преморбідні психологічні стани як індивідуальні психічні та поведінкові особливості особистості, що передують розвитку серйозних психічних розладів. Вони включають психосоціальні патерни, емоційні особливості, тривожність, а також певні когнітивні установки, які можуть стати передумовою для виникнення патологічних станів.

Психологічні стани подружжя, які формуються ще до появи виражених труднощів чи розладів, можуть стати своєрідним підґрунтям для подальших проблем у шлюбі, включаючи міжособистісні конфлікти, емоційне відчуження, кризові ситуації та навіть психосоматичні розлади. Дослідження преморбідних станів на різних етапах розвитку сім'ї дозволяє своєчасно виявляти чинники ризику, запобігати деструктивним проявам у стосунках, а також формувати ефективні стратегії психологічної допомоги та підтримки подружжя [1 с. 39]. Дослідження преморбідних психологічних станів подружжя особливо важливо в умовах зростання кількості розлучень, зниження рівня психологічної стійкості молодих людей та поширення кризових явищ у сімейному житті. Мета

нашої роботи дослідити, преморбідні психологічні стани подружжя на різних етапах розвитку сім'ї та виявити, як саме вони впливають на формування стосунків, емоційний клімат у сім'ї та подальший перебіг подружнього життя. У роботі передбачається проаналізувати основні чинники, що зумовлюють появу таких станів, простежити їх прояви на етапах створення сім'ї, народження та виховання дітей, періоди стабілізації стосунків, кризах середнього віку та у пізньому сімейному житті. Також ставиться завдання визначити потенційні наслідки невчасно скоригованих преморбідних станів для подружніх взаємин і психологічного благополуччя кожного з партнерів, а також окреслити шляхи їх профілактики та можливості психологічної допомоги.

Психологія сім'ї та шлюбу є молодого галуззю психологічного знання. Вона базується на найбагатшій практиці сімейної психотерапії, досвіді психологічної допомоги сім'ї і сімейного консультування, практиці психологічного консультування батьків з питань виховання і розвитку дітей і підлітків та спрямована на покращення сімейних взаємин через оптимізацію світогляду, цінностей, настанов членів родини [2, с. 11].

Стосунки кожної пари унікальні і неповторні по-своєму, проте більшість сімей проходять певні стадії розвитку, які в подальшому допомагають їм набути нового досвіду у спілкуванні і взаємодії один з одним. У традиційно-історичному контексті у більшості пар стадії шлюбних циклів проходять у хронологічному порядку: закоханість, заручини або спільне мешкання, шлюб, продуктивні роки, що включають народження і виховання дітей, кар'єрне зростання, початок власної справи, середній вік, дорослі діти покидають сім'ю, вихід на пенсію, онуки. Кожна стадія переживається з певною напругою і труднощами, з якими сімейній парі потрібно справлятися [1 с. 38].

Труднощі і стреси, пережиті родиною, перевіряють сімейну систему на міцність, життєстійкість і здатність відновлювати сили після перенесеної напруги. Але, накопичуючись і перекриваючи один одного, сімейні труднощі можуть деструктивно впливати на внутрішньосімейний клімат, приводити сім'ю до ситуації ризику для її благополуччя і здоров'я. Сімейні труднощі розглядаються як певні ситуації чи події в житті родини, значущі для її членів, загрозливі втратою або знищенням будь-якої цінності, що створюють несприятливий і приводить до вразливості фон сімейних відносин. До негативних факторів сімейного життя відноситься також

сімейний стрес як переживання загальної напруги і негативних почуттів різними членами родини у відповідь на проблемну ситуацію, що перевищують можливості членів родини та створюють загрозу втрати сімейних цінностей [4].

Кожен етап розвитку сім'ї має певні психологічні характеристики та ризики формування преморбідних психологічних станів у подружжя. Їх вивчення спрямоване на розуміння провідних факторів, що впливають на благополуччя шлюбу та попередження певних психічних розладів. Дошлюбний етап вибору партнера, його особливості: формування образу «ідеального партнера», очікування від стосунків, перші спроби побудови спільного життя. Типові преморбідні стани: ідеалізація партнера й нереалістичні очікування; страх самотності або залежність від стосунків; тривожність перед одруженням («а раптом не мій вибір?»); ригідність у поглядах (бажання, щоб партнер «підлаштувався»).

Початковий етап шлюбу, адаптація партнерів, його особливості: необхідність узгодження побутових, соціальних і психологічних ролей. Типові преморбідні стани: ревності та власницьке ставлення; завищені вимоги до партнера; емоційна нестабільність через зіткнення ілюзій з реальністю; труднощі у прийнятті нової ролі «чоловік / дружина».

Етап народження та виховання дітей, його особливості: поява нових обов'язків, зміни у способі життя, перерозподіл ролей. Типові преморбідні стани: хронічна втома та емоційне виснаження; зниження уваги до партнера, відчуження; почуття нереалізованості або втрати свободи; підвищена тривожність щодо здоров'я та майбутнього дитини.

Стабілізація сім'ї, середній етап, його особливості: побут усталюється, подружжя часто зосереджене на кар'єрі та вихованні дітей. Типові преморбідні стани: рутини й відчуття одноманітності; криза середнього віку, сумніви у власній реалізації; прагнення компенсувати нестачу задоволення поза шлюбом (захоплення, стосунки «на стороні»).

Дорослішання дітей, етап «порожнє гніздо», його особливості: діти стають самостійними, подружжя залишається удвох. Типові преморбідні стани: відчуття непотрібності або самотності; труднощі у відновленні близькості з партнером; ризик депресивних реакцій, особливо в жінок; переоцінка життя та відчуження між подружжям. Пізній етап, старість, його особливості: вихід на пенсію, зниження

фізичних можливостей, втрата соціальних ролей. Типові преморбідні стани: підвищена тривожність через страх хвороб і втрат; залежність від партнера (емоційна або фізична); почуття самотності у випадку смерті одного з подружжя [4].

Подолання та профілактика преморбідних станів у подружжя можливі завдяки своєчасній увазі до стосунків і розвитку зрілої взаємодії. Важливим кроком є психологічна просвіта та підготовка до шлюбу, коли партнери відверто обговорюють свої очікування, цінності та готовність до нових ролей. Велике значення має розвиток навичок ефективної комунікації: вміння слухати й чути одне одного, висловлювати емоції без звинувачень, знаходити компроміси замість боротьби за владу. Підтримка емоційної близькості через спільні традиції, прояви турботи та збереження інтимності допомагає уникати відчуження навіть у періоди стресу. Не менш важливим є баланс ролей у сім'ї: рівномірний розподіл побутових і батьківських обов'язків, підтримка кар'єрних прагнень і повага до особистого простору кожного з подружжя. Додатково необхідно дбати про власний психоемоційний стан: вміти відновлювати сили, розвиватися особистісно та гнучко пристосовуватися до змін.

Висновки. Проходження сімейним подружжям певних життєвих етапів може бути пов'язане з нестачею психологічних ресурсів подолання проблем та протидії стресам. Своєчасне звернення до психолога та сімейного консультанта у кризових ситуаціях допомагає подружжю запобігти загостренню конфліктів і сприяти зміцненню подружніх стосунків. Таким чином, преморбідні стани можна розглядати не як загрозу, а як попереджувальний сигнал, який підштовхує подружжя до роботи над собою та відносинами, до вироблення психологічних інструментів емоційної та поведінкової саморегуляції.

Список використаних джерел

1. Абдуллаєва А. Р., Репнова Т. П. (2025) Соціально-психологічна готовність студентської молоді до створення сім'ї. *Особистість та суспільство в цифрову еру: психологічний вимір* : матеріали V міжнарод. наук.-практ. конф. (м. Одеса, 16 квітня 2025 року) / за заг. ред. проф. М. Р. Аракеяна. Одеса : Національний університет «Одеська юридична академія», 2025. С. 39–41.
2. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі : навчально-наочний підручник / за заг. ред. О. М. Цільмак. Київ : Видавництво Ліра-К, 2020. 266 с.

3. Incovino D., Esralu L. An Enhanced Family Crisis Handbook: A Behavioral Health Wellness Toolkit, 2019.
4. Family Crisis Center. (n.d.). Family Crisis Center. Retrieved September 19, 2025. URL: <https://family-crisis.org/>

Ключові слова: преморбідні стани, шлюбні партнери, етапи розвитку сім'ї, психологічна профілактика.

Keywords: premorbid conditions, marital partners, stages of family development, psychological prevention.

Яковлев Денис Вікторович
доктор політичних наук, професор,
декан факультету психології, політології та соціології
Національний університет «Одеська юридична академія»

DOI: <https://doi.org/10.32837/11300.30980>

МИСТЕЦТВО ВИБОРУ: ПСИХОЛОГІЯ УПРАВЛІНСЬКИХ РІШЕНЬ

Вибір є невід'ємною та найскладнішою частиною ухвалення рішень в управлінському процесі. Вибір, як складова ухвалення рішень, конструюється на перетині індивідуальної дії та колективної взаємодії, психологічних та соціальних феноменів, з урахуванням психологічних якостей менеджменту, особливостей середовища та взаємної залежності різних рішень.

Погодимося із тим, що «В умовах життєздійснення і світобудови людина часто перебуває у ситуації вибору між альтернативними пропозиціями, підходами, рішеннями. Адекватність її дій забезпечується усвідомленням можливостей та перспектив, які презентовані у кожному із запропонованих шляхів розв'язання проблемностей. Вибір ми розуміємо як процес усунення невизначеності в умовах ризику, коли прийнята відповідальність за його незворотність. Невизначеність пов'язується з *можливістю* у процесах, що включаються в розвиток психологічної регуляції рішень і дій, а також ціннісно-смыслові регуляції як різновиду особистісної саморегуляції. Особливістю стратегії людини, яка готова до ситуації невизначеності, є готовність до події, що, по суті, є готовністю до вибору» [1, с. 145].

Шмаленко Юлія Іванівна Зуєва Лариса Євгеніївна РОЗВИТОК КОНФЛІКТСТІЙКОСТІ ТА МЕДІАЦІЙНИХ НАВИЧОК У ПРАЦІВНИКІВ СУДУ.	217
Шмаленко Юлія Іванівна Канторова Євгенія Миколаївна РОЗВИТОК ЕМПАТІЇ У КОНТЕКСТІ ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК КОНСТРУКТИВНОГО ВРЕГУЛЮВАННЯ КОНФЛІКТІВ.	221
Шмаленко Юлія Іванівна Колесниченко Катерина Володимирівна ПСИХОЛОГІЧНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИК ЗАПОБІГАННЯ КОНФЛІКТІВ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ.	226
Шмаленко Юлія Іванівна Мішеньова Світлана Анатоліївна ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ У ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ЯК ДЖЕРЕЛО ВНУТРІШНІХ ТА МІЖОСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ.	230
Шмаленко Юлія Іванівна Орехова Валерія Андріївна ФЕНОМЕН «ЦИФРОВОЇ ВТОМИ»: ПСИХОЛОГІЧНІ НАСЛІДКИ НАДМІРНОГО СЕНСОРНОГО НАВАНТАЖЕННЯ.	237
Шмаленко Юлія Іванівна Оскілко Олексій Олегович ВПЛИВ СТИЛІВ КЕРІВНИЦТВА НА ОСОБЛИВОСТІ УПРАВЛІННЯ КОНФЛІКТАМИ В ОРГАНІЗАЦІЇ.	240
Юрчик Дмитро Миколайович ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ВИКЛАДАЧІВ: ПРИЧИНИ, ПРОФІЛАКТИКА, ПОДОЛАННЯ.	244
Якимчук Олександра Володимирівна Рєпнова Тетяна Петрівна ПРЕМОРБІДНІ ПСИХОЛОГІЧНІ СТАНИ ПОДРУЖЖЯ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ РОЗВИТКУ СІМ'Ї.	248
Яковлев Денис Вікторович МИСТЕЦТВО ВИБОРУ: ПСИХОЛОГІЯ УПРАВЛІНСЬКИХ РІШЕНЬ.	252