



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

вісник Мукачевського державного університету. Серія: Педагогіка та психологія. 2023. № 24. Т. 9. С. 47–56. DOI: <https://doi.org/10.52534/msu-pp4.2023.47>.

4. Trottier K. Post traumatic stress disorder predicts non-completion of day hospital treatment for bulimia nervosa and other specified feeding / eating disorder. *EurEatDisordRev.* 2020. 28. 343–50. DOI: <https://doi.org/10.1002/erv.2723>.
5. Winkeler A., Winkeler M., Imgart H. Infra-Low Frequency Neuro feedback in the Treatment of Patients With Chronic Eating Disorder and PTSD. *FrontHumNeurosci.* 2022.

Ключові слова: порушення харчової поведінки, стрес, тривога, емоційне харчування, жінка.

Keywords: eating disorders, stress, anxiety, emotional eating, women.

Сермак Дар'я Євгеніївна

здобувач факультету психології політології та соціології
Національний університет «Одеська юридична академія»
Науковий керівник: **Татьянчиков Андрій Олександрович**,
кандидат психологічних наук, доцент

DOI: <https://doi.org/10.32837/11300.30938>

ОСОБЛИВОСТІ РОБОТИ З ПСИХОСОМАТИЧНИМИ СИМПТОМАМИ ТА КОНВЕРСІЙНИМ РОЗЛАДОМ В ПСИХОТЕРАПІЇ

Проблема психосоматичних симптомів та конверсійних розладів набула особливої актуальності у сучасному суспільстві, що характеризується високим рівнем стресогенних чинників, соціальною нестабільністю та зростанням психоемоційних навантажень. Збільшення кількості клієнтів, які звертаються по психотерапевтичну допомогу з тілесними скаргами без чіткої органічної основи, підкреслює необхідність комплексного дослідження механізмів формування таких симптомів та пошуку ефективних методів їх корекції.

У сучасній літературі спостерігається зростаючий інтерес до функціональних неврологічних розладів, які у МКХ-11 визначаються як *functional neurological disorder*. Hallett

та співавт. класифікують нові підтипи розладів та описують спільні механізми їх формування, наголошуючи на ролі психотерапії у зниженні інтенсивності симптомів [1]. Аналіз прогресу у дослідженні моторних функціональних розладів, проведений Perez і колегами,

вказує на те, що когнітивно-поведінкові втручання є найбільш результативними у роботі з такими пацієнтами [2]. Водночас Henningsen підкреслює значення мультидисциплінарного підходу, де психотерапія виступає центральною ланкою у менеджменті соматоформних симптомів [3].

Мета дослідження полягає у комплексному вивченні психосоматичних симптомів та конверсійного розладу у клієнтів психотерапії, аналізі їх взаємозв'язку з психоемоційним станом особистості та розробці ефективної психотерапевтичної програми, спрямованої на покращення психічного та соматичного здоров'я клієнтів.

Методологічна основа дослідження включала загальнонаукові методи – аналіз, синтез, порівняння та систематизацію, які застосовувалися для критичного огляду літератури та формування теоретичної бази. Для збору емпіричних даних використовувалися психодіагностичні методи, зокрема опитувальники SCL-90-R, HADS, PHQ-15, а також клініко-психологічне інтерв'ю, що дозволило об'єктивно оцінити вираженість психосоматичних симптомів та конверсійних проявів. Для кількісної обробки результатів застосовувалися математико-статистичні методи, такі як кореляційний аналіз і описова статистика, що дозволило виявити взаємозв'язки між показниками. На етапі апробації психотерапевтичної програми використовувалися клініко-психотерапевтичні методи, зокрема когнітивно-поведінкова терапія, тілесно-орієнтовані техніки та психоосвітні заходи, що забезпечило перевірку ефективності інтегративного підходу.

Вибірка дослідження складалася з 40 клієнтів психотерапевтів віком від 20 до 50 років, із них 60 % – жінки та 40 % – чоловіки. Більшість учасників мали середню спеціальну або вищу освіту та працювали у сфері послуг, освіти, медицини чи малого бізнесу. Основними причинами звернення були виражені соматичні скарги – головний біль, серцебиття, відчуття задухи, біль у шлунково-кишковій системі, м'язова слабкість, порушення сну. Медичні обстеження у більшості випадків не виявляли органічної основи цих проявів, що підтверджувало їх психосоматичний характер.

Результати дослідження показали, що найпоширенішими психосоматичними симптомами є головний біль (65 %), серцебиття

й перебої у роботі серця (50 %) та розлади сну (47,5 %). Також часто зустрічалися шлунково-кишкові порушення (35 %), м'язові болі (37,5 %), відчуття задухи (30 %) та загальна слабкість (45 %). У більшості клієнтів симптоми мали комплексний характер: понад половина вибірки мала одночасно 2–3 соматичні скарги, а чверть – більше чотирьох симптомів. Це підтверджує, що психосоматичні прояви рідко обмежуються одним симптомом, формуючи цілісний синдром.

Психодіагностичні методики показали, що провідним психологічним чинником є підвищена тривожність. За шкалою HADS-A у 35 % учасників рівень тривожності досяг клінічно значущих показників, а середнє значення перевищувало межу норми. Депресивні тенденції були менш вираженими, проте у 20 % клієнтів показники HADS-D наближалися до клінічного рівня, що свідчить про схильність до емоційного виснаження та зниження життєвої енергії. Рівень ригідності був високим у близько 40 % учасників, що ускладнювало адаптацію та сприяло закріпленню симптоматики. У більш ніж половини клієнтів рівень позитивного ментального здоров'я за PMH-SCALE був нижчим за середній, що відображає обмеженість ресурсів саморегуляції.

Кореляційний аналіз підтвердив статистично значущі зв'язки між психосоматичними та психоемоційними показниками. Найсильніші кореляції спостерігалися між тривожністю та головним болем ($r = 0,46$) і розладами сну ($r = 0,52$), що підкреслює роль тривоги як ключового фактору соматизації.

Депресивні прояви мали помірні зв'язки з м'язовими болями та втомлюваністю ($r \approx 0,31$ – $0,36$). Ригідність узгоджувалася з повторюваними соматичними скаргами ($r \approx 0,37$ – $0,42$). Позитивне ментальне здоров'я мало стійкі від'ємні кореляції з більшістю симптомів (r від $-0,33$ до $-0,45$), що свідчить про зворотний зв'язок між ресурсністю та інтенсивністю соматичних проявів. Таким чином, психосоматичні симптоми не можна розглядати ізольовано від емоційного та особистісного контексту.

Клініко-психологічне інтерв'ю підтвердило кількісні дані: клієнти усвідомлювали зв'язок між стресовими ситуаціями та соматичними проявами (наприклад, головний біль після тривоги, серцебиття після конфлікту, безсоння після хвилювання), що підсилює практичну значущість результатів.

На основі отриманих даних була розроблена психотерапевтична програма для роботи з клієнтами з конверсійними розладами.

Очікувані результати її впровадження включають: зниження інтенсивності та частоти тілесних скарг, підвищення усвідомлення власних емоційних станів, зменшення рівня тривожності та депресії, розвиток адаптивних копінг-стратегій та формування психологічної стійкості до стресу.

Висновки. Психосоматичні та конверсійні симптоми у клієнтів психотерапії є багатофакторними та зумовлені поєднанням підвищеної тривожності, депресивних тенденцій, ригідності та низького рівня позитивного ментального здоров'я. Розроблена інтегративна психотерапевтична програма може вважатися ефективним інструментом для подолання цих симптомів, оскільки враховує як соматичний, так і психологічний компоненти. Вона створює умови для формування довготривалої ремісії, розвитку внутрішніх ресурсів та підвищення якості життя клієнтів.

Список використаних джерел

1. Хаустова О. В. Психосоматичні розлади: діагностика та терапія : монографія. Київ : Медкнига, 2017. 312 с.
2. Bennett K. et al. A practical review of functional neurological disorder for the general physician. *ClinMed (Lond)*. 2021. URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7850207/> (дата звернення: 22.09.2025).
3. Hallett M., Aybek S., Perez D. L., Stone J., та ін. Functional neurological disorder: new subtypes and shared mechanisms. *LancetNeurology*. 2022. URL: https://www.research.ed.ac.uk/files/338204726/Hallett_et_al_THELANCETNEUROLOGY_D_21_00541R2_version_for_PURE.pdf (дата звернення: 12.09.2025).

Ключові слова: психосоматика, конверсійний розлад, соматизація, психотерапія, тілесні симптоми.

Keywords: psychosomatics, conversion disorder, somatization, psychotherapy, bodily symptoms.

Лукашук Каріна Русланівна ПРАВОВІ АСПЕКТИ РОБОТИ ПСИХОЛОГА У СИСТЕМІ ОСВІТИ.	133
Масненко Ірина Володимирівна Рєпнова Тетяна Петрівна РОЛЬ БІОЛОГІЧНИХ ТА СОЦІАЛЬНИХ ЧИННИКІВ У ФОРМУВАННІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ.	136
Мілевська Валерія Анатоліївна Рєпнова Тетяна Петрівна ВПЛИВ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ ВІДНОСИН НА ФОРМУВАННЯ ДЕВІАЦІЙ У ПІДЛІТКІВ.	139
Овчарук Валерія Анатоліївна ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СИНДРОМУ ВІДКЛАДЕНОГО ЖИТТЯ У ЖІНОК В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.	142
Піневич Ірина Дмитрівна СЕЗОННІ КОЛИВАННЯ НАСТРОЮ ТА ЇХНІЙ ЗВ'ЯЗОК ІЗ ДЕПРЕСИВНИМИ СТАНАМИ.	145
Пінул Катерина Андріївна ПСИХОСОМАТИЧНИЙ ПРОФІЛЬ ЖІНОК З БЕЗПЛІДДЯМ.	149
Погребнюк Катерина Артемівна ПОРУШЕННЯ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ У ПАЦІЄНТІВ З ЦУКРОВИМ ДІАБЕТОМ.	152
Полякова Ангеліна Олександрівна ВПЛИВ ЦИФРОВОГО СЕРЕДОВИЩА ТА СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ПРОКРАСТИНАЦІЮ І МОТИВАЦІЮ.	156
Самара Ольга Євгенівна ПСИХОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ (РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ) В УМОВАХ ХРОНІЧНОГО СТРЕСУ.	159
Самара Ольга Євгенівна Щерблюк Ольга Іванівна ЛОГОТЕРАПЕВТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ У МОЛОДІ В ПЕРІОД КРИЗОВОЇ СИТУАЦІЇ.	163
Сергєєва Катерина Петрівна, ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПОРУШЕНЬ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ ЖІНОК В УМОВАХ СТРЕСУ.	166
Сермак Дар'я Євгеніївна ОСОБЛИВОСТІ РОБОТИ З ПСИХОСОМАТИЧНИМИ СИМПТОМАМИ ТА КОНВЕРСИЙНИМ РОЗЛАДОМ В ПСИХОТЕРАПІЇ.	169