



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

4. Науково-методичне забезпечення діяльності психологічної служби системи освіти в умовах децентралізації (моделі, досвід) : колективна монографія / наук. ред. В. Г. Панок. Київ : Ніка-Центр, 2020. 152 с.

Ключові слова: психолог, освіта, здобувач, нормативно-правові документи, захист прав людини.

Keywords: psychologist, education, applicant, regulatory documents, protection of human rights.

Масенька Ірина Володимирівна

*здобувач 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/10.32837/11300.30948>

РОЛЬ БІОЛОГІЧНИХ ТА СОЦІАЛЬНИХ ЧИННИКІВ У ФОРМУВАННІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ

Сучасне суспільство в Україні можна охарактеризувати, як складне, багатогарне та насичене безліччю стресогенних ситуацій, які діють на особистість, зокрема в умовах війни. Проблема формування стресостійкості набуває своєї особливої актуальності в такому контексті, оскільки вона безпосередньо пов'язана з благополуччям, соціальною стабільністю і виживанням особистості. У цьому ключі поняття резильєнтності визначається як спроможність людини удосконалити адаптаційні ресурси у стресових умовах, зберігаючи внутрішню рівновагу, психічне здоров'я та ефективну діяльність. Метою дослідження є аналіз біологічних та соціальних чинників на формування стійкості людини до негараздів і вмінні сублімувати їх у раціональне русло [1, с. 216].

Біологічні чинники є безпосередньо вагомою частиною у формуванні стресостійкості. Вони відображають природну здатність

організму реагувати на стрес. Згідно з Fuchs & Flügge (2018), ключову роль у цьому відіграють механізми гіпоталамо-гіпофізарно-надниркової осі (НРА), що регулюють рівень кортизолу. Нейронні ланцюги – префронтальна кора, гіпокамп, амігдала та лімбічна система – формують інтегровану мережу, яка координує емоційну реакцію на загрозу. Нейропептид Y, серотонін та дофамін виступають біохімічними модуляторами стійкості, а нейропластичність визначає здатність мозку адаптуватися після стресу [1, с. 220–225].

Психосоціальні аспекти резильєнтності, за Iacoviello&Charney (2014), охоплюють взаємодію біологічних і соціальних механізмів. Автори доводять, що підтримання фізичного здоров'я, достатній сон, фізична активність, бажаний здоровий спосіб життя є необхідним для фізіологічної адаптації до стресу. Водночас соціальні чинники – оптимізм, когнітивна гнучкість, активна діяльність в супереч стресу, підтримуючі соціальні зв'язки та наявність морального компасу, що визначають ефективність емоційної регуляції й знижують рівень активації НРА-осі. Отже, соціальне середовище діє як природний захисний бар'єр, що послаблює вплив біологічних стресових факторів [2, с. 12–16].

Дослідження Fuchs & Flügge (2018) серед факторів, що впливають на стресостійкість особистості визначають несприятливий дитячий досвід (Adverse Childhood Experiences, ACE), зокрема психологічне або сексуальне насильство, насильство в сім'ї та побутові проблеми, істотно підвищують ризик розвитку соматичних і психічних захворювань, таких як депресія, алкоголізм, ожиріння чи залежність від наркотиків [1, с. 219–220]. Ці фактори формують довготривалі зміни у функціонуванні НРА-осі та нейронних мереж, що знижують здатність до ефективного подолання стресу.

У сучасних умовах війни соціальні чинники набувають особливого значення. Як зазначає Рєпнова (2022), культура емоцій та почуттів виступає основою соціальної адаптації особистості. Розвинена емоційна культура, емпатійність, взаємопідтримка та моральна згуртованість суспільства сприяють колективній стійкості. Сім'я, колектив і громада забезпечують емоційний захист людині, так підтримуюче середовище знижує її рівень психічної напруги та підсилює почуття безпеки, а здатність актуалізувати «безпечне місце» у інтрапсихічному просторі сприяє підвищенню емоційної саморегуляції та стійкості особистості [3, с. 144–146]. Таким чином, соціальна взаємодія й культура

почуттів стають ключовими факторами психологічного виживання у кризовий період.

Отже, стресостійкість є важливою здатністю людини адекватно реагувати на виклики середовища із максимальним збереженням її ментального здоров'я, соціальних відносин, здорового реагування на зовнішні подразники. Формування стресостійкості є результатом взаємодії біологічних, психічних і соціальних чинників. Біологічна база створює потенціал до адаптації, тоді як соціально-психологічні фактори визначають способи його реалізації. Поєднання емоційної культури, соціальної підтримки та внутрішніх ресурсів особистості забезпечує гармонійну реакцію на стрес і сприяє збереженню психічного здоров'я навіть у надзвичайних умовах війни.

Список використаних джерел

1. Fuchs E., Flügge G. (2018). Biological and Psychological Perspectives of Resilience: Is It Possible to Improve Stress Resistance? *Frontiers in Human Neuroscience*. 12. 326. DOI: <https://doi.org/10.3389/fnhum.2018.00326>.
2. Iacoviello B. M., Charney D. S. (2014). Psychosocial facets of resilience. *European Journal of Psychotraumatology*. 5 (1). 23970. URL: <https://doi.org/10.3402/ejpt.v5.23970>
3. Репнова Т. П. (2022). Культура емоцій та почуттів під час війни. *Актуальні проблеми сучасного управління в соціально-економічних, гуманітарних та технічних системах* : зб. наук. праць XVIII Міжнародної науково-практичної конференції. Одеса : Лерадрук. С. 142–146.

Ключові слова: стресостійкість, біологічні та соціальні чинники, резильєнтність, емоційна культура.

Keywords: stress resistance, biological and social factors, resilience, emotional culture.

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