



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

Алексейчук Любов 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/10.32837/11300.31005>

ОСОБЛИВОСТІ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ОБСЕССИВНО-КОМПУЛЬСИВНОМУ РОЗЛАДІ В УМОВАХ СТАЦІОНАРУ

Обсесивно-компульсивний розлад (ОКР) – це психічний стан, який проявляється нав'язливими думками, ідеями або діями стереотипного характеру, що майже завжди супроводжуються відчуттям тривоги. Згідно з Настановою Міністерства охорони здоров'я України № 00732 «Обсесивно-компульсивний розлад», початок хвороби зазвичай припадає на вік близько 20 років, проте у третини пацієнтів симптоми ОКР вперше проявляються ще в підлітковому віці. Як правило, розлад має хронічний перебіг [1, с. 2]. Для ОКР характерні специфічні клінічні прояви та психологічні особливості, які враховуються клінічним психологом у процесі планування психотерапевтичних втручань.

Нерідко пацієнти намагаються чинити опір нав'язливим думкам чи діям, однак ці спроби виявляються безрезультатними. Хоча вони усвідомлюють, що ці думки належать їм самим, усе ж відчують значну тривогу й намагаються зменшити її за допомогою компульсивних дій. Поведінка осіб із ОКР часто спрямована на надмірну охайність, підтримання порядку, накопичення речей або виконання ритуалів, які займають значну частину їхнього життя. Такі прояви супроводжуються страхом порушити встановлений порядок, втратити контроль чи заразитися. Ритуальні дії – це стереотипні, повторювані вчинки, які не приносять задоволення і не мають практичного сенсу. Їх мета полягає у спробі запобігти уявній небезпеці, яка нібито може настати, якщо ритуал

не виконати. Таким чином пацієнт намагається зменшити тривогу, викликану нав'язливими думками. При цьому людина усвідомлює безглуздість своїх дій, але кожна спроба чинити опір лише підсилює відчуття напруження [2, с. 9].

До найпоширеніших obsesій належать страх зараження, забруднення чи мікробів; нав'язливі уявлення про можливу шкоду собі або іншим; побоювання втратити контроль; небажані сексуальні або релігійні думки; сумніви морального характеру; прагнення до симетрії; компульсивна потреба у спілкуванні чи зізнаннях. Серед типових компульсій відзначають миття рук, повторення певних дій, перевірки, підрахунки, впорядкування речей, накопичення або зберігання предметів [1, с. 3].

У клінічній практиці найбільш частими нав'язливими ідеями є страх забруднення через контакт з людьми або предметами побуту, постійні сумніви щодо зачинення дверей чи вимкнення електроприладів, прагнення підтримувати ідеальний порядок, а також нав'язливі думки про можливість насильницьких або аморальних вчинків. Серед типових дій пацієнтів – багаторазове миття рук, надмірне використання антисептиків, уникнення контактів із предметами, які можуть бути «брудними», постійна перевірка замків чи вимикачів, уникнення ситуацій, що можуть спровокувати тривогу. Основною характеристикою ОКР є його циклічність: зростання тривоги посилює нав'язливі думки та поведінку, утворюючи замкнене коло [2, с. 27].

У стаціонарних умовах лікування ОКР базується на застосуванні когнітивно-поведінкової терапії (КПТ), яка спрямована на поступову зміну дисфункціональних переконань, формування адаптивних моделей поведінки, зниження рівня тривоги та надмірного контролю [2, с. 34]. КПТ у стаціонарі має чітку структуру та інтенсивний формат, що забезпечує ефективнішу корекцію симптомів. Ключовою технікою є експозиція з попередженням реакції (ERP), яка полягає у поступовому зануренні пацієнта у тривожні ситуації без виконання ритуальних дій. Це сприяє формуванню нових способів подолання тривоги. Контрольоване середовище стаціонару дозволяє фіксувати зміни стану пацієнта, коригувати терапевтичну стратегію та забезпечувати безперервну підтримку. Важливою складовою лікування є групові заняття КПТ, що надають пацієнтам соціальну підтримку, допомагають усвідомити ірраціональні переконання та обмінятися досвідом подолання тривоги.

Важливу роль відіграє психоедукація, спрямована на формування у пацієнтів розуміння сутності ОКР, механізмів ритуальної поведінки та наслідків уникання тривожних ситуацій. Під час КПТ пацієнти навчаються самоспостереженню, веденню «щоденників тривоги», когнітивній реструктуризації, а також технікам релаксації. У стаціонарі терапія здійснюється мультидисциплінарною командою – психотерапевтом, психіатром, клінічним психологом і медичним персоналом. Такий комплексний підхід поєднує психотерапевтичні методи з медикаментозною підтримкою, що є ефективним при тяжких формах ОКР. У процесі терапії важливими є корекція перфекціонізму, розвиток толерантності до невизначеності, формування самоприйняття та емоційного інтелекту [3, с. 53]. Значну увагу приділяють також роботі з родиною пацієнта, оскільки надмірна участь близьких у ритуалах може підтримувати патологічну поведінку.

Отже, когнітивно-поведінкова терапія при ОКР у стаціонарних умовах має низку переваг: високу структурованість, інтенсивність, можливість поєднання з іншими видами лікування та контрольоване середовище. Це створює умови для глибокого опрацювання симптомів розладу, зменшення ризику рецидиву, розвитку особистості та покращення соціальної адаптації пацієнтів.

Список використаних джерел

1. Обсесивно-компульсивний розлад (ОКР) : Настанова МОЗ України № 00732. Київ : МОЗ України, 2021. 68 с.
2. Дурден В. Когнітивно-поведінкова терапія обсесивно-компульсивного розладу : методичні рекомендації. Харків : ХНМУ, 2020. 56 с.
3. Божко Є. А., Репнова Т. П. Гендерні особливості емоційного інтелекту в підлітковому віці. *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. 52–54.

Ключові слова: клінічна картина (ОКР), обсесії, компульсії, когнітивно-поведінкова терапія, психоедукація, контрольоване середовище стаціонару.

Keywords: clinical picture (OCD), obsessions, compulsions, cognitive-behavioral therapy, psycho education, controlled hospital environment.

ЗМІСТ

ПРИВІТАННЯ ПРЕЗИДЕНТА НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ.. «ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ» СЕРГІЯ ВАСИЛЬОВИЧА КІВАЛОВА.	3
Азаркіна Олена Володимирівна ПРАВОВІ ЗАСАДИ РОБОТИ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА В СОЦІАЛЬНІЙ СФЕРІ.	5
Алексейчук Любов Володимирівна Репнова Тетяна Петрівна ОСОБЛИВОСТІ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ОБСЕСИВНО-КОМПУЛЬСИВНОМУ РОЗЛАДІ В УМОВАХ СТАЦІОНАРУ.	9
Андрійченко Анастасія Володимирівна ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ СХИЛЬНОСТІ ДО ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.	12
Андрущенко Анна Олександрівна ПРЕВЕНТИВНИЙ ПІДХІД У РОБОТІ З УРАЗЛИВИМИ ВЕРСТВАМИ НАСЕЛЕННЯ.	15
Афонін Дмитро Сергійович Гапич Наталія Яківна САМООЦІНКА ЯК ПРЕДИКТОР ПРОФЕСІЙНОЇ ЕФЕКТИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ.	18
Афонін Дмитро Сергійович Клевчик Ольга Андріївна САМОРЕГУЛЯЦІЯ ЯК РЕСУРС ФАХІВЦЯ В УМОВАХ ВІЙНИ.	21
Бернадіна Ганна Петрівна АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ СУЧАСНИЙ МЕТОД КОРЕКЦІЇ ТА ПІДВИЩЕННЯ САМООЦІНКИ У ЖІНОК.	24
Белоконь Аліса Вікторівна Третьякова Тетяна Миколаївна ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ЯК УМОВА ГАРМОНІЗАЦІЇ КОМУНІКАТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ У ПРИЙМАЮЧОМУ СЕРЕДОВИЩІ.	28
Боярина Катерина Олександрівна ПРИЙНЯТТЯ РІШЕНЬ ДЕРЖАВНИМИ СЛУЖБОВЦЯМИ В КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ.	31
Будяченко Ольга Миколаївна Яричевська Надія Борисівна ВПЛИВ СПОРТУ НА МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ.	35