

УДК 340.143, 159.9

А- 43

Рекомендовано до друку Науково-методичною радою ВНПЗ «Дніпровського гуманітарного університету» від 19.02.2026 (протокол № 6).

А-43 Актуальні проблеми юриспруденції та психології: матеріали VI Всеукр. наук.-практ. конф. (Дніпро, 24 грудня 2025 р.). Дніпро: ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет», 2025. 300 с.

Збірник конференції містить матеріали VS Всеукраїнської науково-практичної конференції «Актуальні проблеми юриспруденції та психології» (24.12.2025), у роботі якої взяли участь здобувачі вищої освіти першого (бакалаврського) та другого (магістерського) рівнів вищої освіти закладів вищої освіти України.

Матеріали науково-практичної конференції надруковані в авторській редакції.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

докт. юрид. наук, проф. **Олег КИРИЧЕНКО** (*голова*); канд. юрид. наук, доц. **Тетяна ЛЕЖНЄВА** (*заст. голови*); **Андрій МІРОШНИК** (*секретар*); канд. юрид. наук **Сергій ДУБОВ**, докт. юрид. наук, проф. **Вадим НЕГОДЧЕНКО**, докт. юрид. наук, доц. **Сергій ПЕНЬКОВ**, канд. псих. наук, доц. **Людмила ПРІСНЯКОВА**, докт. псих. наук, доц. **Олександр САМОЙЛОВ**

© ВНПЗ ДГУ, 2025

© Автори, 2025

Доценко А.О. ПОТРЕБА В ПСИХОЛОГІЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА РЕАЛЬНА СПРОМОЖНІСТЬ УКРАЇНСЬКОЇ СИСТЕМИ.....	130
Жарій О.В. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМАТИКИ САМОТНОСТІ ТА ДЕПРЕСІЇ У ДОРΟΣЛОМУ ВІЦІ.....	135
Іщенко А.А. РОЛЬ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА У ПРОФІЛАКТИЦІ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ.....	138
Ковель Т.В. ТРИВОЖНІСТЬ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ПСИХОСОМАТИЧНИХ СИМПТОМІВ.....	141
Лубенець І.Г. САМОРЕГУЛЯЦІЯ ТА ЕМОЦІЙНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ МОЛОДІ В УМОВАХ ІНТЕНСИВНОГО ОНЛАЙН-КОРИСТУВАННЯ.....	145
Луїна-Вершняк К.С. СУЧАСНІ ПОГЛЯДИ НА РОЗВИТОК ТА ФУНКЦІОНУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	148
Мережко А.Д. ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ РОЗВИТКУ СЕКСУАЛЬНОСТІ У ЖІНОК.....	153
Мініченко І.О. ТРИВОЖНІСТЬ ЯК ЧИННИК НЕГАТИВНОГО ВПЛИВУ НА ЖИТТЄДІЯЛЬНІСТЬ У СТУДЕНТСЬКОМУ ВІЦІ.....	157
Савченко А.Я. ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА ХАРАКТЕР МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ЖІНОК.....	160
Самохвал Д.М. ПСИХОЛОГІЧНЕ ВИГОРАННЯ У СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ.....	164
Дунайцева Г.І. БАТЬКІВСЬКО-ДИТЯЧІ ВІДНОСИНИ В СІМ'ЯХ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ (ВПО) В УКРАЇНІ.....	167
Мала С.В. ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ САМОСПІВЧУТТЯ, ОБРАЗУ ТІЛА ТА САМООЦІНКИ У ЖІНОК СЕРЕДНЬОГО ВІКУ.....	171
Багач Р.В. КОМПЛЕКСНА ОЦІНКА ВПЛИВУ ПСИХОЛОГІЧНИХ ФАКТОРІВ НА БЕЗПЕКУ СИСТЕМИ ВАДС.....	175

Жарій Олена Вікторівна

здобувачка вищої освіти
другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:

Салюк Марина Анатоліївна

кандидат психологічних наук, доцент
доцент кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМАТИКИ САМОТНОСТІ ТА ДЕПРЕСІЇ У ДОРОСЛОМУ ВІЦІ

У сучасних умовах соціальної нестабільності, воєнних подій, глобальної невизначеності та зростаючого темпу життя проблема самотності й депресії в дорослому віці набуває особливої актуальності. Для дорослої людини цей період часто є етапом реалізації життєвих планів, професійного становлення, побудови сімейних і соціальних зв'язків. Однак саме в дорослому віці особистість стикається з кризами сенсу, втратою близьких стосунків, емоційним вигоранням і відчуттям внутрішньої порожнечі. Такі переживання нерідко стають підґрунтям для розвитку депресивних станів. Тому дослідження взаємозв'язку між феноменами самотності й депресії є важливим напрямом сучасної психологічної науки, що поєднує в собі когнітивні, емоційні, соціально-психологічні та екзистенційні аспекти людського існування.

Самотність, за визначенням більшості сучасних дослідників, є складним, багатовимірним феноменом, який не зводиться лише до фізичної ізоляції. Її розглядають як екзистенційний стан, що виникає тоді, коли особистість відчуває розрив між потребою у близькості й неможливістю її реалізації. Як підкреслював В. Франкл, самотність часто є наслідком так званого «екзистенційного вакууму» як втрати здатності бачити сенс власного буття, що призводить до внутрішнього відчуття безцільності життя [3].

Подібну думку розвиває К. Роджерс, наголошуючи, що відчуття ізоляції зростає тоді, коли людина віддаляється від свого автентичного «Я», намагаючись відповідати зовнішнім очікуванням та соціальним вимогам [1].

Таким чином, самотність може бути не лише наслідком відсутності соціальних контактів, а й внутрішнім досвідом втрати зв'язку із самим собою. У цьому контексті феномен самотності тісно пов'язаний із проблемою ідентичності та цілісності особистості. Людина, яка не має внутрішньої опори, здатної надати смисл подіям і стосункам, схильна сприймати власне життя як фрагментоване, позбавлене емоційної підтримки.

Дослідження М. Аргайла, Л. Пеплау, Д. Вейса доводять, що визначальним є не кількість соціальних контактів, а суб'єктивне сприйняття самотності, тобто

відчуття емоційного дефіциту, недостатньої підтримки та розуміння. Оскільки, людина може бути оточена іншими, але водночас відчувати глибоку внутрішню ізоляцію. Саме цей розрив між зовнішньою присутністю інших і внутрішнім переживанням віддаленості стає одним із головних чинників формування депресивних станів.

Депресія ж в психологічному розумінні – це не лише емоційне пригнічення, а системний стан виснаження всієї психічної діяльності, що проявляється у зниженні енергії, мотивації, втраті сенсу, погіршенні самосприйняття та соціальної активності. За когнітивною концепцією А. Бека, депресія базується на негативних схемах сприйняття – про себе («я нічого не вартий»), про світ («світ ворожий і байдужий») і про майбутнє («нічого не зміниться на краще»). Ці установки часто формуються саме під впливом тривалого переживання самотності, що підживлює відчуття безнадійності й ізольованості [4].

В аспекті психоаналітичної традиції (З. Фройд, Е. Еріксон, Г. Саллівен) депресія трактується в якості реакції на втрату об'єкта любові або порушення емоційної прив'язаності. Згідно з Е. Еріксоном, у дорослому віці людина проходить стадію розвитку, пов'язану з конфліктом «близькість-ізоляція». Якщо потреба у близьких, довірливих стосунках залишається незадоволеною, формується стан соціальної ізоляції, що з часом може перерости у депресію. Отже, самотність і депресія перебувають у прямому взаємозв'язку, утворюючи психологічне коло, де кожне явище посилює інше.

З точки зору сучасної нейропсихології, тривала самотність впливає на фізіологічні процеси організму. Як показують дослідження Дж. Каччоппо та Л. Хоклі, хронічне відчуття ізоляції активізує гіпоталамо-гіпофізарно-надниркову систему, спричиняє підвищений рівень кортизолу, порушення сну та когнітивні розлади, тобто ті самі механізми, що спостерігаються при депресії, що, в свою чергу, підтверджує, що самотність є не лише емоційним чи соціальним феноменом, а має психофізіологічну природу, тісно пов'язану з функціонуванням нервової системи [2].

В українській психологічній науці проблематика самотності та депресії досліджується у працях Т. Титаренко, Л. Орбан-Лембрик, Н. Пов'якель, які наголошують, що в умовах кризових подій і втрати стабільності самотність стає одним із провідних чинників емоційного неблагополуччя дорослої людини. Самотність, за Т. Титаренко, є «простором внутрішнього діалогу», який може бути як ресурсом для самоусвідомлення, так і джерелом болю, якщо людина не здатна наповнити його смислом. Таким чином, депресія може розглядатися як наслідок нездатності інтегрувати досвід самотності у конструктивну форму внутрішнього розвитку [2].

Важливо також враховувати соціально-психологічні чинники, які підсилюють взаємозв'язок між самотністю та депресією. Серед них відмічається і низький рівень соціальної підтримки, і професійне вигорання, і руйнування сімейних зв'язків, а також інформаційна перевантаженість і фрагментація міжособистісного спілкування. Сучасні дорослі часто перебувають у стані

емоційної дисоціації, оскільки активна комунікація у цифровому просторі не компенсує дефіцит автентичного контакту, а лише створює парадокс «соціальної присутності без близькості», який є характерною рисою постмодерного суспільства [2].

Теоретичний аналіз дозволяє виокремити декілька рівнів взаємозв'язку самотності та депресії. На когнітивному рівні це проявляється у формуванні песимістичних схем мислення та переконань про власну нецінність. На емоційному рівні – у відчутті порожнечі, туги, втрати радості. На поведінковому рівні – у зниженні соціальної активності, униканні контактів, самозамиканні. На екзистенційному рівні – у відчутті втрати сенсу й безпорадності перед життям. Ці рівні взаємодіють між собою, утворюючи цілісну динамічну систему, де порушення в одній сфері призводить до дисбалансу в усій психічній структурі.

Таким чином, виходячи з вищевикладеного, підкреслимо, що самотність і депресія в дорослому віці є взаємопов'язаними феноменами, які відображають глибинні процеси становлення особистості в умовах змінного світу. Вони можуть виступати не лише як деструктивні переживання, а й як імпульс до внутрішньої трансформації, якщо людина має психологічні ресурси для саморефлексії та пошуку нових смислів. Теоретичне осмислення цих явищ відкриває перспективу формування нових моделей психологічної допомоги, орієнтованих на розвиток зрілості, автентичності та психологічного благополуччя дорослої особистості.

Список використаних джерел та літератури:

1. Роджерс К. Р. Становлення особистості. Погляд на психотерапію / пер. з англ. Володимир Горбатько. Київ : КСД, 2023. 608 с.
2. Усамітнення та самотність в житті особистості. / Збірник тези за матеріалами круглого столу (on-line, 24 квітня 2020 р.). Київ : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2020. 100 с.
3. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Х. : Книжковий клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2020. 160 с.
4. Fernandes, Joana, Juliana Pedro, Maria Emília Costa, and Mariana Veloso Martins. 2021. "Effect of Depression and Anxiety on Sexual Functioning in Couples Trying to Conceive with and without an Infertility Diagnosis." *Psychology & Health* 0(0): 1–18.