

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

5. Личко А. Е. (1983). Психопатии и акцентуации характера у подростков. Л.: Медицина (1983-2007).

Мала Світлана Вікторівна

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

Науковий керівник:

Салюк Марина Анатоліївна

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології
Дніпровського гуманітарного університету

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ САМОСПІВЧУТТЯ, ОБРАЗУ ТІЛА ТА САМООЦІНКИ У ЖІНОК СЕРЕДНЬОГО ВІКУ

Обґрунтування актуальності. У сучасному соціокультурному просторі жінки перебувають під значним тиском ідеалізованих стандартів зовнішності, що транслюються через медіа та соціальні мережі. Це зумовлює підвищений ризик формування негативного образу тіла, зростання самокритики та зниження самооцінки, особливо у середньому віці, коли природні вікові зміни стають більш помітними. У зв'язку з цим зростає значущість самоспівчуття як психологічного ресурсу, що дозволяє пом'якшувати вплив соціальних порівнянь, підтримувати прийняття себе та сприяти збереженню психологічного благополуччя.

Виклад основних теоретичних відомостей. Систематичні теоретичні огляди та метааналізи підтверджують, що за останнє десятиліття значно зросла кількість досліджень, присвячених взаємозв'язку між самоспівчуттям та образом тіла, образом тіла та самооцінкою. Наприклад, метааналіз 2020 року включив 59 досліджень, які вивчали наведені зв'язки, зокрема серед жінок різного віку: студентів та молоді [7]. Однак, не дивлячись на значну розробленість окреслених тем, можна відмітити присутність прогалини у диспуті психологічної науки у вигляді відсутності системного огляду особливостей взаємозв'язку самоспівчуття, образу тіла та самооцінки у жінок середнього віку в контексті вітчизняної психології.

Тож, у сучасному суспільстві, де значну роль відіграють соціальні стандарти зовнішності, успішності та самопрезентації, питання взаємозв'язку між образом тіла, самооцінкою та самоспівчуттям набуває особливої актуальності. Постійний інформаційний тиск, ідеалізація певних фізичних параметрів у медіапросторі та соціальних мережах призводять до формування

нереалістичних уявлень про власне тіло, що може зумовлювати зниження самооцінки та емоційне неблагополуччя. У цьому контексті важливим є психологічний конструкт сприйняття тіла людиною – образ тіла.

Образ тіла – це психологічна конструкція, яка відображає уявлення людини про власне тіло: його зовнішність, розміри, форму, привабливість, а також ставлення до цих уявлень [2]. Це суб'єктивне переживання власного тіла, яке формується у процесі взаємодії з оточенням, медіа та значущими іншими людьми [2]. Образ тіла охоплює не лише фізичні характеристики, а й емоційні, когнітивні та поведінкові аспекти, що мають потенційний вплив на самосприйняття, самооцінку та соціальну адаптацію особистості [2].

Обґрунтовуючи образ тіла самооцінка, як психологічний феномен, визначається як стабільне але і динамічне інтегральне ставлення до себе, що визначає відчуття власної цінності й значущості [1].

У визначенні самооцінки багато сучасних дослідників звертається до концептуального розуміння самооцінки Моррісом Розенбергом.

М. Розенберг визначає самооцінку (self-esteem) як загальну установку людини щодо самої себе, тобто як позитивне або негативне ставлення до власного Я. У його концепції самооцінка є оцінним (evaluative) компонентом Я-образу і відповідає на питання, чи вважає людина себе гідною, цінною, «достатньо хорошою», або ж, навпаки, негідною й невартою поваги. Розенберг підкреслює, що йдеться не про окремі здібності чи риси, а про узагальнене почуття власної цінності [6].

Формулюючи це в термінах соціальної психології, він розглядає самооцінку як напрямок установки щодо себе (direction of self-attitude): висока самооцінка – це загалом позитивне ставлення до себе, низька самооцінка – загалом негативне, самознецінювальне ставлення.

Сам Розенберг прямо зазначає, що його «поворотною змінною» є саме це питання: чи має індивід сприятливу чи несприятливу думку про самого себе, чи вважає себе гідним або негідним

У підсумку, у класичному розенбергівському розумінні самооцінка — це не впевненість, не самоповага в моральному сенсі і не уявлення про компетентність, а глобальна афективно-оцінна позиція людини щодо власного Я.

Теорія Розенберга заклала підґрунтя для багатьох досліджень сучасності, його методика для перевірки самооцінки перекладена та адаптована більш ніж у п'ятидесяти країнах світу, що дало поштовх для актуалізації нових розробок цьому напрямку. Так, відомо про перехресні дослідження взаємозв'язку самооцінки та образу тіла такими дослідниками, як: вітчизняними науковцями Ю. С. Кириченко, О. А. Ляшенко, О. В. Остапенко, В. В. Пономарьовою, М. І. Попіль, І. М. Левицькою, які у своїх працях розглядали образ тіла як значущий чинник формування глобальної та часткової самооцінки особистості.

Також, відзначаються наукові розгляди специфіки зв'язку самооцінки та самоспівчуття: К. Нефф, П. Гілберт, Т. Гермер, М. Розенберг, Дж. Крокер, Ф. Сіруа, а також вітчизняних науковців В. О. Дорошенко, Н. Ф. Шевченко, С. О. Назірової, які підкреслюють, що самоспівчуття пов'язане з більш стабільною, менш залежною від зовнішніх оцінок самооцінкою та виступає адаптивним ресурсом психологічного благополуччя. Це підкреслює важливість визначення самоспівчуття у цьому контексті.

Самоспівчуття визначається як здатність проявляти підтримку, доброту та співчуття до себе у складні часи (часи життєвих викликів), приймати власні емоції та недосконалості без надмірної самокритики чи заперечення [4]. За концепцією К.Нефф: «Самоспівчуття стосується того, як ми ставимося до себе у випадках усвідомленої невдачі, неадекватності або особистих страждань.» [4, URL].

Це не жалість до себе, а конструктивне ставлення, яке допомагає переживати труднощі, визнавати власний біль і водночас залишатися добрим до себе. Самоспівчуття ґрунтується на усвідомленості – здатності зосереджуватися на теперішньому моменті, приймати свої емоції як частину людського досвіду. В українській психологічній традиції самоспівчуття переважно аналізується в контексті самоставлення, самоприйняття та саморегуляції. Вітчизняні дослідники наголошують на багатовимірності цього феномену, що охоплює емоційні, когнітивні, поведінкові та регуляторні компоненти, а також підкреслюють його роль у підтримці цілісності Я-образу [5].

Попередній теоретичний аналіз дозволив визначити підґрунтя для проведення подальшого емпіричного дослідження особливостей взаємозв'язку самоспівчуття, образу тіла та самооцінки у жінок середнього віку.

Виклад результатів дослідження. Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити взаємозв'язок самоспівчуття, образу тіла та самооцінки у жінок середнього віку.

Методи та вибірка. У дослідженні взяли участь 118 жінок віком від 35 до 60 років. Для збору емпіричних даних використано такі психодіагностичні методики: шкалу самоспівчуття (Self-Compassion Scale – SCS-SF), шкалу прийняття тіла (Body Appreciation Scale – BAS-2), шкалу самооцінки Розенберга (RSES), опитувальник безумовного самоприйняття (USAQ), а також шкалу суб'єктивного благополуччя BBC-SWB. Для обробки результатів застосовувалися методи описової статистики, кореляційного аналізу (коефіцієнт Спірмена) та регресійного аналізу.

Основні результати. Отримані результати засвідчили наявність статистично значущих позитивних зв'язків між рівнем самоспівчуття та задоволеністю власним тілом, а також між самоспівчуттям і самооцінкою жінок середнього віку. Встановлено, що вищий рівень самоспівчуття

асоціюється з більш прийнятним і позитивним образом тіла, підвищенням психологічного благополуччя у жінок середнього віку.

Таким чином, самоспівчуття виступає психологічним чинником, який пом'якшує негативний вплив соціальних порівнянь і вікових змін зовнішності на самооцінку.

Висновки. Самоспівчуття є важливим особистісним ресурсом, що опосередковує взаємозв'язок між образом тіла та самооцінкою у жінок середнього віку. Розвиток самоспівчуття сприяє формуванню більш стабільної та позитивної самооцінки, прийняттю тілесних змін і підвищенню психологічного благополуччя. Практична цінність результатів полягає у можливості їх використання в психологічному консультуванні та психоосвітніх програмах, спрямованих на підтримку жінок середнього віку.

Список використаних джерел та літератури:

1. Зарицька В., Козаченко Д. Феномен самооцінки у психологічному дискурсі. *Journal of Psychology Research*. 2024. Вип. 29. С. 19-25.
2. Остапенко О. В., Ляшенко О.А. Теоретичні основи розуміння поняття «образ тіла» у психологічній науці.. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2023. вип. 21(66). Сер.12. С. 52–60.
3. McComb S. E., Mills J. S. A systematic review on the effects of media disclaimers on young women's body image and mood. *Body Image*, 2020. 32. P. 34–52. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.10.010>
4. Neff K. D. Self-compassion: Theory, method, research, and intervention. *Annual review of psychology*. 2023. Is. 74, Vol. 1. P. 193–218. URL: <https://www.annualreviews.org/content/journals/10.1146/annurev-psych-032420-031047> (дата звернення: 05.10.2025).
5. Nightingale B.A., Cassin S.E. Self-Compassion May Have Benefits for Body Image among Women with a Higher Body Mass Index and Internalized Weight Bias. *Healthcare (Basel)*. 2023. Vol. 11(7). P. 970-975.
6. Rosenberg M. *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press. Online. 1965. 322 p. URL: <https://www.docdroid.net/Vt9xpBg/society-and-the-adolescent-self-image-morris-rosenberg-1965-pdf> (Last accessed: 05.10.2025).
7. Turk F., Waller G. Is self-compassion relevant to the pathology and treatment of eating and body image concerns? A systematic review and meta-analysis.. *Clinical psychology review*, 2020. Vol. 79. P. 101-116. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101856>.