

and Episodic Propection Network. *Cerebral Cortex*. 2020. No. 3(5). P. 2834–2853.

5. Crum K. P., Roster C. A., Pardo M. A., Ferrari J. R. Procrastinators and Clutter: An Ecological View of Living with Excessive “Stuff.” *Current Psychology*. 2017. No. 37. P. 441–444.

6. Lay C. H., Schouwenburg H. Trait procrastination, time management, and academic behavior. *Journal of Social Behavior and Personality*. 1993. No. 8. P. 647–662.

7. Solomon L. J., Rothblum E. D. Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*. 1984. Vol. 31. No. 4. P. 503–509.

8. Steel P. The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*. 2007. Vol. 133. No. 1. P. 65–94. DOI: 10.1037/0033-2909.133.1.65.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-619-8-60>

ВНУТРІШНІ РЕСУРСИ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ЕКСТРЕМАЛЬНОГО СТРУСУ: ПСИХОДИНАМІЧНИЙ ПІДХІД У МЕДИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

Кантарьова Наталія Василівна

кандидат психологічних наук,

*доцент кафедри психіатрії, наркології, медичної психології
та психотерапії,*

*Одеський національний медичний університет
м. Одеса, Україна*

Сучасні соціально-психологічні реалії, що характеризуються тривалим впливом екстремальних чинників, зокрема воєнних подій, хронічної невизначеності та психоемоційного напруження, актуалізують проблему збереження психічного та психологічного здоров'я особистості. У цьому контексті особливої значущості набуває дослідження внутрішніх ресурсів як інтегральної характеристики особистості, що забезпечує її адаптаційний потенціал і здатність до подолання стресу.

У нинішній психологічній науці внутрішні ресурси розглядаються як багатовимірне утворення, що охоплює когнітивні, емоційні, мотиваційні та особистісні компоненти. Як вважає О.А. Даценко,

психологічні ресурси виступають системним утворенням, яке забезпечує ефективне функціонування особистості в умовах життєвих труднощів та невизначеності [2]. Розвиваючи це положення, С.Д. Максименко наголошує, що ресурсність особистості визначається її здатністю до саморозвитку, саморегуляції та смислотворення [5]. Своєю чергою Т.М. Титаренко підкреслює, що внутрішні ресурси проявляються у здатності до переосмислення життєвого досвіду та конструювання нових життєвих стратегій у кризових умовах [6].

Разом із тим, незважаючи на значну кількість досліджень у межах когнітивно-поведінкових, гуманістичних та ресурсно-орієнтованих підходів, у них переважно акцентується увага на феноменологічних та функціональних аспектах ресурсності, тоді як глибинні механізми її формування та актуалізації залишаються недостатньо розкритими. Особливо це стосується ситуацій екстремального стресу, в яких поведінкові та когнітивні стратегії часто виявляються недостатніми для пояснення індивідуальних відмінностей у реагуванні. У таких умовах стає необхідним звернення до теоретичних моделей, що дозволяють інтерпретувати внутрішні ресурси як результат складної взаємодії свідомих і несвідомих процесів, а також як продукт індивідуального психічного розвитку.

У цьому контексті вибір психодинамічного підходу є методологічно обґрунтованим, оскільки саме він забезпечує можливість аналізу внутрішніх ресурсів на рівні глибинних структур особистості. Психодинамічна перспектива дозволяє розглядати ресурсність не лише як сукупність актуальних психологічних характеристик, але як результат інтеграції досвіду, сформованого у процесі ранніх взаємодій, розвитку Его та становлення об'єктних відносин. Як зазначає Н. Мак-Вільямс, психодинамічний підхід дає змогу виявити структурні особливості особистості, що визначають її адаптаційний потенціал і стійкість до стресу [4]. Подібну позицію висловлює О. Кернберг, який пов'язує здатність до подолання криз із рівнем організації особистості та інтеграцією її афективних і когнітивних компонентів [14].

Таким чином, звернення до психодинамічного підходу дозволяє не лише доповнити існуючі уявлення про внутрішні ресурси, але й забезпечує їх більш глибоке теоретичне осмислення, що є особливо важливим у межах медичної психології, де необхідно враховувати як свідомі, так і несвідомі детермінанти психічного функціонування.

З точки зору психодинамічного підходу внутрішні ресурси формуються в процесі онтогенезу та пов'язані з інтеграцією досвіду, що закріплюється у структурі психіки. Психодинамічна традиція, започаткована З. Фройдом, виходить із положення про визначальну роль

несвідомих процесів у регуляції поведінки та переживань [10]. У цьому контексті внутрішні ресурси можна інтерпретувати як функціональний потенціал Его, що забезпечує адаптацію особистості до вимог реальності. Подальший розвиток психоаналітичної думки пов'язаний із працями А. Фройд, яка розглядала захисні механізми як ключовий інструмент адаптації, а також Г. Хартмана, який обґрунтував концепцію автономії Его як джерела адаптивності. У цьому аспекті внутрішні ресурси виступають як результат зрілості Его та його здатності до інтеграції психічних процесів. Розвиваючи ці ідеї, К.Г. Юнг наголошував на значенні архетипічних структур у формуванні внутрішнього потенціалу особистості [8]. З точки зору юнгіанської психології, ресурси пов'язані з процесом індивідуації та інтеграцією несвідомого змісту. Своєю чергою М. Кляйн підкреслювала роль ранніх об'єктних відносин у формуванні внутрішніх структур, що забезпечують емоційну стабільність [12].

Як вважає Д. Віннікотт, наявність «достатньо доброго середовища» сприяє формуванню здатності до саморегуляції та розвитку внутрішньої стійкості [13]. Подібну позицію підтримує Дж. Боулбі, який у теорії прив'язаності доводить, що безпечна прив'язаність є фундаментом формування внутрішніх ресурсів і психологічної стійкості [9].

Значний внесок у сучасне розуміння внутрішніх ресурсів зробили дослідники стресу та копіngu. Так, Р. Лазарус і С. Фолкман розглядають подолання стресу як процес когнітивної оцінки та використання ресурсів [17]. У межах теорії збереження ресурсів С. Хобфолл визначає ресурси як ключовий чинник адаптації та стресостійкості [16]. Ці підходи доповнюють психодинамічне розуміння ресурсів, підкреслюючи їх функціональне значення у взаємодії особистості з середовищем.

З точки зору медичної психології, внутрішні ресурси мають безпосередній зв'язок із психічним і соматичним здоров'ям. Як зазначає О. М. Кокун, психологічна стійкість є важливим фактором збереження здоров'я в умовах екстремального навантаження [3]. У працях О. Кернберга внутрішні ресурси особистості розглядаються як такі, що пов'язані з рівнем її організації та здатністю до інтеграції афектів і об'єктних відносин. [14]. Подібні ідеї розвиває П. Фонагі, який наголошує на значенні менталізації як здатності розуміти психічні стани, що виступає важливим ресурсом особистості [15].

У сучасній медичній психології спостерігається тенденція до інтеграції психодинамічного підходу з біопсихосоціальною моделлю [18]. Такий підхід дозволяє враховувати як біологічні, так і психологічні та соціальні аспекти функціонування особистості. У цьому контексті,

як зазначає Н. Мак-Вільямс, психодинамічне розуміння структури особистості дозволяє більш точно оцінити її ресурси та визначити ефективні стратегії психотерапевтичного впливу [4].

Таким чином, внутрішні ресурси особистості виступають складним інтегративним утворенням, що формується у процесі розвитку, базується на якості об'єктних відносин, зрілості Его та здатності до афективної регуляції. Умови екстремального стресу актуалізують як наявні ресурси, так і глибинні конфлікти, що визначає індивідуальні особливості реагування. Психодинамічний підхід у межах медичної психології дозволяє глибше зрозуміти механізми ресурсності та створює підґрунтя для розробки ефективних психотерапевтичних інтервенцій.

Література:

1. Бондаренко В. О. Психологічний зміст та структура особистісної відповідальності. *Psychology travelogs*, ХНУ, 2024. 1. С. 258–269. <https://doi.org/10.31891/PT-2024-1-25>
2. Даценко О.А. Психологічний ресурс особистості як наукова парадигма. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського. Серія : Психологія*. 2020. Т. 31 (70), № 4. С. 22–26. URL: http://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2020/5.pdf
3. Кокун О. М. Психологія професійної стійкості особистості: аналіз феномена. *Актуальні проблеми психології*. 2020. Том V. Вип. 20, С. 68–81.
4. Мак-Вільямс Н. Психодинамічна діагностика. Видавництво Ростислава Бурлаки, 2025. 672 с.
5. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості. Київ : Видавництво ТОВ «КММ», 2006. 240 с.
6. Психологія життєтворення особистості в сучасному світі : монографія / Ю. Д. Гундєртайло, В. О. Климчук, О. Я. Кляпець та ін. ; за ред. Т. М. Титаренко ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Київ : Міленіум, 2016. 320 с.
7. Фройд З. По той бік принципу задоволення. Я і Воно. Харків : Фоліо, 2026. 155 с.
8. Юнг К. Г. Архетипи і колективне несвідоме. Видавництво : Центр учбової літератури, 2024. 120 с.
9. Bowlby J. Attachment and Loss. New York : Basic Books, 1969.
10. Freud A. The Ego and the Mechanisms of Defence. London : Hogarth Press, 1936. URL: <https://archive.org/details/egoandmechanisms0000freu>

11. Hartmann H. Ego Psychology and the Problem of Adaptation. New York : International Universities Press, 1958. URL: <https://archive.org/details/egopsychologypro0000hart>
12. Klein M. Notes on Some Schizoid Mechanisms. *International Journal of Psychoanalysis*. 1946.
13. Winnicott D.W. The Maturation Processes and the Facilitating Environment. London : Hogarth Press, 1965.
14. Kernberg O. Borderline Conditions and Pathological Narcissism. New York : Jason Aronson, 1975.
15. Fonagy P. et al. Affect Regulation, Mentalization and the Development of the Self. New York : Other Press, 2018.
16. Hobfoll S.E. Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*. 1989. Vol. 44. P. 513–524. DOI: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513>
17. Lazarus R.S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York : Springer Publishing Company, 1984. 445 p.
18. Engel G.L. The need for a new medical model: A challenge for biomedicine. *Science*. 1977. Vol. 196. P. 129–136. DOI: <https://doi.org/10.1126/science.847460>.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-619-8-61>

ДИВЕРСИФІКАЦІЙНИЙ ПІДХІД ДО ВИВЧЕННЯ ФЕНОМЕНУ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ

Кононенко Оксана Іванівна

*доктор психологічних наук, професор, академік НАН ВО України,
завідувач кафедри соціальної психології,
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова
м. Одеса, Україна*

Сучасні соціальні трансформації – повномасштабна війна, вимушена міграція, цифровізація, зміни в структурі зайнятості та освітніх практиках – радикально ускладнюють життєвий простір особистості та змінюють умови її формування й функціонування. Класичні теоретичні моделі особистості, орієнтовані на відносно стабільні соціальні структури, демонструють обмежену пояснювальну силу в умовах нестабільності, множинності ідентичностей і фрагментації соціального досвіду. Їхня методологічна слабкість полягає в прагненні