

УКРАЇНСЬКА АСОЦІАЦІЯ ОРГАНІЗАЦІЙНИХ ПСИХОЛОГІВ ТА ПСИХОЛОГІВ ПРАЦІ  
ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІЇ ІМЕНІ Г.С. КОСТЮКА НАПН УКРАЇНИ  
ЛАБОРАТОРІЯ ОРГАНІЗАЦІЙНОЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ  
ІНСТИТУТ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ПОЛІТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ НАПН УКРАЇНИ  
ВІДДІЛ СОЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ОСОБИСТОСТІ  
ДУ «ІНСТИТУТ ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я ІМ. О. М. МАРЗЕЄВА НАМН УКРАЇНИ»  
ДНП «НАУКОВО-ПРАКТИЧНИЙ МЕДИЧНИЙ РЕАБІЛІТАЦІЙНО-ДІАГНОСТИЧНИЙ  
ЦЕНТР МОЗ УКРАЇНИ»

# ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЗДОРОВ'Я ТА БЛАГОПОЛУЧЧЯ В УМОВАХ ВІЙНИ: ІНТЕГРАЦІЯ НА РІВНІ СУСПІЛЬСТВА, ОРГАНІЗАЦІЇ, ОСОБИСТОСТІ

Матеріали

XVIII Міжнародної науково-практичної конференції  
з організаційної та економічної психології  
16-17 квітня 2026 року, м. Київ

За науковою редакцією  
Л.М. Карамушки, О.В. Креденцер

КИЇВ - 2026



**УКРАЇНСЬКА АСОЦІАЦІЯ ОРГАНІЗАЦІЙНИХ ПСИХОЛОГІВ  
ТА ПСИХОЛОГІВ ПРАЦІ  
ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІЇ ІМЕНІ Г. С. КОСТЮКА НАПН УКРАЇНИ  
Лабораторія організаційної та соціальної психології  
ІНСТИТУТ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ПОЛІТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ НАПН УКРАЇНИ  
Відділ соціальної психології особистості  
ДУ «ІНСТИТУТ ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я ІМ. О. М. МАРЗЄЄВА  
НАМН УКРАЇНИ»  
ДНП «НАУКОВО-ПРАКТИЧНИЙ МЕДИЧНИЙ РЕАБІЛІТАЦІЙНО-  
ДІАГНОСТИЧНИЙ ЦЕНТР МОЗ УКРАЇНИ»**



## **ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЗДОРОВ'Я ТА БЛАГОПОЛУЧЧЯ В УМОВАХ ВІЙНИ: ІНТЕГРАЦІЯ НА РІВНІ СУСПІЛЬСТВА, ОРГАНІЗАЦІЇ, ОСОБИСТОСТІ**

**Матеріали  
XVIII міжнародної науково-практичної конференції  
з організаційної та економічної психології**

**16-17 квітня 2026 року, м. Київ**

*За науковою редакцією Л. М. Карамушки, О. В. Креденцер*

**Київ - 2026**

УДК 159.923:613.86:355.01

П 86

*Рекомендовано до друку вченими радами  
Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України  
(протокол № 6 від 23.04.2026 р.),  
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України  
(протокол № 06/26 від 30.04.2026 р.)*

**Рецензенти:**

*Наталія Василівна Чепелева*, дійсний член НАПН України, доктор психологічних наук, професор, головний науковий співробітник лабораторії когнітивної психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України;

*Галина Михайлівна Бевз*, доктор психологічних наук, професор, завідувачка відділу психології спілкування Інституту соціальної та політичної психології НАПН України

**Редакційна колегія:** Л. М. Карамушка, доктор психол. наук, професор; В. Г. Панок, доктор психол. наук, професор; О. М. Кокун, доктор психол. наук, професор; М. М. Слюсаревський, канд. психол. наук; І. Г. Губеладзе, доктор психол. наук; О. В. Креденцер, доктор психол. наук, професор; Т. М. Титаренко, доктор психол. наук, професор; О. І. Турос, доктор мед. наук, професор; І. Д. Шкробанець, доктор мед. наук, професор; О. А. Панченко, доктор мед. наук, доктор наук з держ. управління, професор; О. П. Рудницька, канд. мед. наук; К. В. Терещенко, доктор психол. наук; В. І. Лагодзінська, канд. психол. наук; Н. Г. Клименко, доктор філософії в галузі психології; В. М. Івкін, канд. психол. наук; доцент; Т. В. Станкевич, канд. мед. наук; Б. П. Лазоренко, канд. філос. наук, доцент; Т. О. Ларіна, канд. психол. наук; Т. В. Кулаєва, доктор філософії в галузі психології; Ю. Д. Гундертайло, мол. наук. співробітник; А. І. Савченко, мол. наук. співробітник.

**П 86 Психологічне забезпечення здоров'я та благополуччя в умовах війни: інтеграція на рівні суспільства, організації, особистості** : матеріали науково-практичної конференції (16-17 квітня 2026 року, м. Київ) [Електронне видання] / за наук. ред. Л. М. Карамушки, О. В. Креденцер. Київ, 2026. 135 с.

ISBN: 978-617-7745-85-25

У збірнику представлено матеріали XVIII міжнародної науково-практичної конференції з організаційної та економічної психології «Психологічне забезпечення здоров'я та благополуччя в умовах війни: інтеграція на рівні суспільства, організації, особистості» (16-17 квітня 2026 року), проведеної Українською асоціацією організаційних психологів та психологів праці на базі Інституту соціальної та політичної психології НАПН України спільно з Інститутом психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, ДУ «Інститут громадського здоров'я ім. О. М. Марзєєва НАМН України» і ДНП «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України». Висвітлено актуальні проблеми дослідження психологічних механізмів адаптації та відновлення людського потенціалу, формування резильєнтності, розвитку організаційної стійкості та впровадження систем психологічної підтримки в освітній, медичній, соціальній та професійній сферах. Особливу увагу приділено проблемі інтеграції психологічного благополуччя в систему організаційної культури компаній задля досягнення системної стійкості організацій, їхньої здатності підтримувати і відновлювати здоров'я та ефективність працівників у період тривалої кризи.

Адресовано здобувачам вищої освіти, аспірантам, докторантам, викладачам і науковцям, практичним психологам, працівникам соціальних служб, медичним працівникам і широкому колу осіб, зацікавлених у підтриманні психологічного здоров'я та благополуччя в умовах кризових викликів.

УДК 159.923:613.86:355.01

ISBN: 978-617-7745-85-25

© Українська Асоціація організаційних психологів  
та психологів праці, 2026

© Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України  
© Інститут соціальної та політичної психології НАПН України

## ЗМІСТ

<b>ПЕРЕДМОВА</b> .....	9
<b>Розділ 1. ЗАГРОЗИ ПСИХІЧНОМУ Й ФІЗИЧНОМУ ЗДОРОВ'Ю НА РІВНІ СУСПІЛЬСТВА, ОРГАНІЗАЦІЇ, ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ</b>	
<i>Гозак С. В., Єлізарова О. Т., Станкевич Т. В., Парац А. М.</i> Вплив соціальних факторів і способу життя на ментальне здоров'я дітей в умовах воєнної агресії .....	13
<i>Кабанцева А. В.</i> Розвиток клінічної психології в умовах воєнних подій в Україні .....	15
<i>Кулаєва Т. В.</i> Аналіз чинників формування психологічної готовності студентів до протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров'ю людини .....	16
<i>Куц П. В.</i> Професійний стрес як тригер адиктивної поведінки персоналу: алгоритми раннього виявлення та екологічної превенції .....	18
<i>Лазоренко Б. П.</i> Ментальні засоби забезпечення психологічної готовності учасників освітнього процесу до протидії екологічним та епідемічним загрозам їхньому життю і здоров'ю в умовах війни на виснаження .....	20
<i>Ларіна Т. О.</i> Світоглядна пластичність студентів у контексті екологічних та епідемічних загроз в умовах війни .....	22
<i>Миронець С. М.</i> Трансформація професійної парадигми: інтеграція міжнародних стандартів у підготовку психологів-практиків.....	24
<i>Обушна Н.</i> Сенсорна чутливість як фактор ризику професійного вигорання: стратегії психологічної підтримки працівників .....	25
<i>Панченко О. А.</i> Особливості оцінки психічного здоров'я при травмі війни .....	26
<i>Савченко А. І.</i> Вплив фінансового стану особистості на стратегії поведінки в екстремальних ситуаціях .....	28
<i>Титаренко Т. М.</i> Ставлення до здоров'я під час війни: вибір способів відновлення .....	29
<i>Чорна Л. Г.</i> Ставлення українців до психологічної просвіти і піклування про власний психологічний добробут .....	31
<i>Ярхо О. С.</i> Вторинна травматизація як загроза ментальному здоров'ю журналіста .....	33

## **Розділ 2. ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я І БЛАГОПОЛУЧЧЯ В ОСВІТІ**

<b>Бондарчук О. І.</b> Духовність як базовий індикатор психологічної культури персоналу освітніх організацій у кризових умовах сьогодення ....	35
<b>Брюховецька О. В.</b> Психологічні ресурси підтримання здоров'я і благополуччя студентської молоді в умовах воєнних викликів .....	36
<b>Волкова О. П.</b> Війна очима дітей: виклики, ризики і ресурси відновлення .....	38
<b>Гундєртайло Ю. Д.</b> Практики фізичної психогієни учасників освітнього процесу в закладах вищої освіти .....	39
<b>Кернас А. В., Фринцько С.</b> Вплив навчальної мотивації на успішність навчання студентів морських спеціальностей в умовах воєнного стану в Україні.....	41
<b>Ковальчук О. С., Горіна О. Т.</b> Взаємозв'язок ціннісно-сислової сфери і психологічного благополуччя працівників освітніх організацій у контексті евідемоністичного підходу .....	44
<b>Креденцер О. В.</b> Резильєнтність персоналу освітніх організацій: теоретичний аналіз проблеми.....	46
<b>Кудряков О. Г., Винославська О. В.</b> Дослідження глибини взаємозв'язків між рівнями прояву параметрів психологічного благополуччя студентів технічних спеціальностей .....	48
<b>Лагодзінська В. І.</b> Психологічні умови розвитку емоційного інтелекту персоналу освітніх організацій.....	49
<b>Павленок К. С.</b> Автономність як ресурс збереження психоемоційного благополуччя молоді в умовах війни.....	51
<b>Супрун І. О.</b> Психологічні чинники резильєнтності студентів в умовах війни.....	52
<b>Унгул А. О., Богдан Т. В.</b> Розвиток уваги і пам'яті у дітей з інклюзивними освітніми потребами .....	54
<b>Фігун В. С.</b> Ігрова залежність у підлітків як форма адаптації в умовах воєнного стану .....	56
<b>Чаусов І. А.</b> Напрями психологічного супроводу формування психічного здоров'я та благополуччя майбутніх викладачів ІТ-технологій у кризових умовах війни .....	57
<b>Чаусова Т. В.</b> Підтримка психічного здоров'я та психологічного благополуччя працівників системи освіти .....	59

### **Розділ 3. ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ТА БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПЕРСОНАЛУ ОРГАНІЗАЦІЙ У СФЕРІ ПІДПРИЄМНИЦТВА І БІЗНЕСУ ТА ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ГОТОВНОСТІ ДО ПІДПРИЄМНИЦТВА**

<i>Арнаутова В.</i> Жива корпоративна культура як система управління бізнесом і прибутком в умовах війни .....	61
<i>Васильєва К. В.</i> Роль ціннісних орієнтацій у забезпеченні суб'єктивного благополуччя ІТ-фахівців .....	63
<i>Винославська О. В.</i> Вплив штучного інтелекту на психічне здоров'я працівників бізнес-організацій .....	64
<i>Домославська Ю. П.</i> Креативність і готовність до ризику як ключові предиктори інтрапренерської поведінки: емпіричне дослідження .....	65
<i>Клименко Н. Г.</i> Ставлення до грошей як предиктор суб'єктивного фінансового благополуччя .....	67
<i>Лавренко О. В., Зубіашвілі І. К.</i> Розвиток підприємницької компетентності студентської молоді .....	68
<i>Мельничук Т. І.</i> Резилієнтоорієнтовані технології розвитку підприємницької компетентності молоді в умовах війни .....	70
<i>Нагорна Н. С.</i> Мотиваційний компонент психологічної готовності здобувачів освіти до соціального підприємництва: тенденції розвитку .....	71
<i>Чайка Р. М.</i> Психолінгвістичні індикатори психологічного благополуччя персоналу ІТ-організацій в умовах війни: можливості когнітивної лінгвістики та AI .....	73
<i>Шкода Т. Н.</i> Програма розвитку стресостійкості студентів, які вивчають підприємництво, з упровадженням інноваційних технологій .....	74
<i>Чорний П. А.</i> Зв'язок між рівнем вираженості суб'єктивного благополуччя персоналу бізнес-організацій і його особистісними якостями .....	76

### **Розділ 4. ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ТА БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПСИХОЛОГІВ І МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ**

<i>Балахтар В. В.</i> Підготовка фахівців сфери психічного здоров'я в умовах воєнного стану: від клінічної компетентності до супервізії і міжсекторальної маршрутизації .....	78
<i>Вознюк А. В.</i> Особливості профілактики психічного здоров'я майбутніх психологів у системі фахової підготовки .....	80
<i>Дністрянська М. В.</i> Профілактика професійного вигорання медичних працівників дитячих лікувальних закладів: психологічні аспекти і соціальні наслідки .....	82

<b>Карамушка Т. В.</b> Вплив відданості організації на професійне вигорання працівників реабілітаційних центрів для поранених військових .....	83
<b>Мицишин М. М., Баньої А. І.</b> Детермінанти професійної тривожності студентів-психологів випускних курсів в умовах воєнного стану.....	85
<b>Петухова Л. І.</b> Взаємозв'язок між стресостійкістю і рівнем майндфулнес у психологів в умовах воєнного стану.....	86
<b>Ращенко А. О.</b> Розроблення і психометричне обґрунтування шкали «Довіра до себе» .....	87
<b>Сторож О. В.</b> Групова психотерапія як засіб психологічної підтримки особистісного благополуччя майбутніх психологів в умовах війни .....	89
<b>Тягур Л. М.</b> Формування лідерських якостей фахівців соціальної сфери для забезпечення партнерства на рівні громади в умовах війни .....	91

## **Розділ 5. ГРОМАДСЬКЕ ЗДОРОВ'Я І МІЖДИСЦИПЛІНАРНІ ПІДХОДИ ДО ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ НАСЕЛЕННЯ**

<b>Антомонов М. Ю., Русакова Л. Т., Пашинська С. Л., Рудницька О. П.</b> Використання інформаційної технології дослідження стану здоров'я населення в умовах воєнного стану .....	93
<b>Арефнія С. В.</b> Особливості соціально-психологічної адаптації українських жінок-біженок до умов життя за кордоном .....	95
<b>Бедрійчук М. П.</b> Трансформація Я-концепції ветеранів: теоретико-методологічний потенціал когнітивно-поведінкової терапії .....	96
<b>Дністрянський Б. В.</b> Роль медичного персоналу в психологічній підтримці госпіталізованих пацієнтів та їхніх родин в умовах війни: мультирівнева інтеграція допомоги .....	97
<b>Лук'янчук В. М.</b> Схожість і відмінність ветеранського досвіду у В'єтнамській війні США і в повномасштабному російському вторгненні в Україну: психологічне забезпечення здоров'я і благополуччя на рівні суспільства, організації та особистості .....	99
<b>Осадча Л. А.</b> Перша психологічна допомога постраждалим унаслідок бойових дій .....	100
<b>Панченко О. А., Гуменюк В. В.</b> Формування особистості кіберпацієнта в умовах війни .....	102
<b>Панченко О. А., Жогіна О. О.</b> Особливості надання медико-психологічної допомоги в умовах цифровізації охорони здоров'я .....	103
<b>Сердюк І. А.</b> Організаційно-інституційні засади психосоціальної реабілітації в умовах війни .....	104
<b>Сняданко І. І., Антипович О. Г.</b> Символічна репрезентація втрати в досвіді українських вимушених мігрантів .....	106
<b>Юрченко В. Б.</b> Баланс «робота-материнство» в контексті психічного здоров'я жінок в умовах війни .....	107

**Розділ 6. ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ТА УМОВИ  
ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я  
І БЛАГОПОЛУЧЧЯ НА РІВНІ ОСОБИСТОСТІ, ОРГАНІЗАЦІЇ,  
СУСПІЛЬСТВА**

<i>Башинська В. В., Михайленко О. Ю., Коблянська А. В., Возніцина К. Б., Білошанка А. Р., Цицирук В. С., Дідик Н. В., Кравчун Т. Є., Голіченков О. М., Майстренко З. Ю., Рудницька О. П., Бєшкарєв Г. В., Датчук Д. К., Шкробанець І. Д., Турос О. І.</i> Перспективи українських геномних досліджень важких ментальних наслідків війни .....	110
<i>Бондаренко Є. І.</i> Структура психологічної готовності фахівців системи правосуддя до травмоінформованої взаємодії з вразливими особами.....	111
<i>Горбачова Ю. Б.</i> Емоційний інтелект і тривожність: результати корпоративної програми в умовах війни.....	113
<i>Данилюк І. В., Полисаєв О. О.</i> Когнітивні упередження як феноменологічний складник креативного мислення.....	114
<i>Кабанцева А. В., Потєхіна В. Є.</i> Трансформація психоемоційної сфери дітей і підлітків під час воєнних дій в Україні: стан, ризики та перспективи допомоги.....	116
<i>Карамушка Л. М.</i> Основні етапи дослідження професійного благополуччя персоналу організацій у зарубіжній психології .....	117
<i>Кондратська А. О.</i> Аналіз зарубіжних теорій робочої адаптації і відповідності особа-організація.....	119
<i>Кравченко О. М.</i> Корпоративна архітектура як психологічний контейнер організаційної трансформації .....	121
<i>Креденцер О. В.</i> Соціально-психологічні чинники резильєнтності студентів в умовах війни.....	122
<i>Паньковець В. Л.</i> Використання методу «action mapping» для розроблення навчальних матеріалів у роботі з персоналом бізнес-організацій .....	124
<i>Ронжес О. Є.</i> Суб'єктивний вибір цифрових сервісів у забезпеченні психологічного благополуччя і резильєнтності особистості в умовах війни.....	125
<i>Сєрова О. П.</i> SOMNO-модель як інструмент психологічного забезпечення благополуччя персоналу в умовах війни.....	127
<i>Солякова О. П.</i> Трансгенераційний наратив як спосіб реконструювання національної ідентичності .....	128
<i>Терещенко К. В., Івкін В. М.</i> Ставлення до змін як ресурс суб'єктивного благополуччя персоналу організацій в умовах невизначеності .....	129
<i>Тецька П. І.</i> Теоретичний аналіз поняття «резильєнтність команд».....	132
<i>Ящук Р. М.</i> Психологічні рівні в системі організації в парадигмі транзакційного аналізу .....	133

## ПЕРЕДМОВА

Шановні колеги!

Перед вами збірник матеріалів *XVIII Міжнародної науково-практичної конференції з організаційної та економічної психології «Психологічне забезпечення здоров'я та благополуччя в умовах війни: інтеграція на рівні суспільства, організації, особистості»*, яка відбулася 16-17 квітня 2026 року в м. Київ. Конференцію проведено Українською асоціацією організаційних психологів та психологів праці спільно з Інститутом психології імені Г. С. Костюка НАПН України (лабораторія організаційної та соціальної психології), Інститутом соціальної та політичної психології НАПН України (відділ соціальної психології особистості), ДУ «Інститут громадського здоров'я ім. О. М. Марзєєва НАМН України» і ДНП «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України».

Сучасні воєнні виклики актуалізують необхідність комплексного міждисциплінарного осмислення проблем психічного здоров'я, психологічної безпеки, життєстійкості й благополуччя особистості, соціальних груп та організацій в умовах хронічного стресу, невизначеності і багаторівневої травматизації. Особливої актуальності набуває дослідження психологічних механізмів адаптації та відновлення людського потенціалу, формування резильєнтності, розвитку організаційної стійкості та впровадження систем психологічної підтримки в освітній, медичній, соціальній та професійній сферах. У цих умовах організаційна, соціальна, економічна та клінічна психологія виступають не лише як галузі наукового знання, але і як важливі інструменти забезпечення суспільної стабільності, збереження психічного здоров'я населення та підтримання ефективного функціонування соціальних інститутів.

Матеріали збірника об'єднано в шість тематичних розділів, які охоплюють широкий спектр сучасних наукових і науково-прикладних проблем психології.

*У першому розділі* висвітлено загрози психічному й фізичному здоров'ю на рівні суспільства, організації та особистості в умовах воєнного часу, а також проблеми психологічної готовності, професійного стресу, травматизації та психологічної адаптації населення.

*Другий розділ* присвячено питанням психічного здоров'я та благополуччя в освіті, зокрема психологічним ресурсам студентської молоді, резильєнтності

персоналу освітніх організацій, підтриманню психоемоційного благополуччя учасників освітнього процесу.

*У третьому розділі* розглянуто психологічні аспекти забезпечення благополуччя персоналу організацій у сфері підприємництва та бізнесу, розвитку підприємницької компетентності, проблеми професійного благополуччя працівників ІТ-сфери і вплив сучасних цифрових технологій та штучного інтелекту на психічне здоров'я персоналу.

*Четвертий розділ* присвячено психологічному забезпеченню психічного здоров'я психологів і медичних працівників, профілактиці професійного вигорання, розвитку професійної компетентності та супервізійної підтримки фахівців сфери психічного здоров'я.

*У п'ятому розділі* висвітлено міждисциплінарні підходи до психологічної підтримки населення, проблеми громадського здоров'я, психосоціальної реабілітації, підтримки ветеранів, вимушених мігрантів, жінок, дітей та інших вразливих категорій населення.

*Шостий розділ* присвячено психологічним чинникам та умовам забезпечення психологічного здоров'я і благополуччя на рівні особистості, організації та суспільства, зокрема проблемам професійного благополуччя, організаційної культури, емоційного інтелекту, лідерства, адаптації та психологічної стійкості в умовах невизначеності.

Представлені в збірнику матеріали засвідчують активний розвиток сучасної української психологічної науки, її здатність оперативно реагувати на суспільні виклики та інтегрувати наукові дослідження з практикою психологічної допомоги, освіти, медицини, громадського здоров'я та організаційного розвитку. Особливо важливим є міждисциплінарний характер представлених досліджень, що сприяє формуванню комплексного бачення проблем психічного здоров'я та благополуччя людини в умовах війни.

Наукова цінність конференції полягає у створенні професійного міждисциплінарного простору для інтеграції фундаментальних і прикладних досліджень, обміну науковими підходами та практичним досвідом щодо психологічного супроводу людини й організацій в умовах війни. Представлені в межах конференції дослідження відображають сучасні тенденції розвитку психологічної науки, спрямовані на пошук ефективних моделей психологічної допомоги, підтримання професійного благополуччя, розвитку адаптаційних ресурсів особистості та забезпечення психосоціального відновлення українського суспільства.

Організатори конференції висловлюють сподівання, що матеріали збірника сприятимуть подальшому розвитку організаційної, соціальної, клінічної та економічної психології в Україні, посиленню співпраці між

науковцями і практиками, упровадженню сучасних психологічних технологій у різні сфери суспільного життя та розвитку системи психологічної підтримки населення в умовах тривалих кризових викликів.

Редакційна колегія висловлює *щирю подяку* вченій раді Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, вченій раді Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, авторам матеріалів, рецензентам, членам організаційного комітету і всім установам-співорганізаторам конференції за плідну співпрацю, наукову активність та внесок у підготовку й видання цього збірника.

***Людмила Карамушка,***

*дійсний член НАПН України,*

*доктор психологічних наук, професор,*

*заступник директора з науково-дослідної роботи та міжнародних зв'язків Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України,*

*заслужений працівник освіти України,*

*президент Української асоціації організаційних психологів та психологів праці*

***Оксана Креденцер,***

*доктор психологічних наук, професор,*

*завідувачка відділу соціальної психології особистості*

*Інституту соціальної та політичної психології НАПН України,*

*провідний науковий співробітник лабораторії організаційної та соціальної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України,*

*віцепрезидент Української асоціації організаційних психологів та психологів праці*

*м. Київ,  
квітень 2026 р.*



# ПРИВІТАННЯ

## Верховної Ради України учасникам науково-практичної конференції

Від імені Верховної Ради України щиро вітаю всіх учасників, організаторів та науковців із відкриттям XVII Міжнародної науково-практичної конференції з організаційної та економічної психології «Психологічне забезпечення здоров'я та благополуччя в умовах війни: інтеграція на рівні суспільства, організації, особистості». Проведення конференції є важливим кроком у консолідації наукової спільноти та практиків для розбудови сильної, стійкої та успішної держави.

В умовах воєнних викликів особливою актуальністю набуває розвиток стратегічних напрямів для відновлення людського капіталу – адже працездатне населення є фундаментом відродження країни та її подальшого розвитку. Тому збереження та зміцнення психічного здоров'я наших громадян залишається одним із ключових пріоритетів державної політики. Реалізація цього пріоритету потребує системних і послідовних законодавчих змін, і народні депутати України готові долучитися до їх розробки та реалізації.

Під час війни постають нові завдання, що передбачають інтеграцію психологічної, медичної та соціальної допомоги, спрямованої на зміцнення стресостійкості населення, покращення здоров'я та підвищення якості життя. Одним із невідкладних завдань вбачається розвиток клінічної психології як наукової спеціальності та практичної діяльності. З її становленням населення зможе отримувати кваліфіковану психологічну й психосоціальну допомогу в подоланні травми війни, депресій та інших психічних розладів.

Вирішення цих завдань стане можливим за умови консолідації зусиль Верховної Ради України як законодавчого органу, органів виконавчої влади і, безперечно, вас – шановної наукової спільноти.

Перекоаний, що обговорення, плідна дискусія і результати конференції сприятимуть формуванню нових наукових підходів, виробленню практичних рекомендацій та зміцненню міждисциплінарної взаємодії задля підвищення ефективності та доступності медико-психологічної допомоги та реабілітації для громадян України.

Бажаю учасникам конференції результативної роботи, конструктивного діалогу, професійних здобутків і генерації нових ідей у контексті вирішення актуальних проблем подолання наслідків війни.

Народний депутат України,  
Член Комітету Верховної Ради України з питань Бюджету,  
доктор наук з державного управління

Валерій ГНАТЕНКО

## РОЗДІЛ 1

# ЗАГРОЗИ ПСИХІЧНОМУ Й ФІЗИЧНОМУ ЗДОРОВ'Ю НА РІВНІ СУСПІЛЬСТВА, ОРГАНІЗАЦІЇ, ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ

УДК 613.95/.96:159.9.072:355.01

## ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ ФАКТОРІВ І СПОСОБУ ЖИТТЯ НА МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ В УМОВАХ ВОЄННОЇ АГРЕСІЇ

**С. В. Гозак**

*доктор медичних наук, старший науковий співробітник, завідувач лабораторії соціальних детермінант здоров'я населення, ДУ «Інститут громадського здоров'я ім. О. М. Марзєєва Національної академії медичних наук України», м. Київ*

**О. Т. Єлізарова**

*кандидат медичних наук, провідний науковий співробітник лабораторії соціальних детермінант здоров'я населення ДУ «Інститут громадського здоров'я ім. О. М. Марзєєва Національної академії медичних наук України», м. Київ*

**Т. В. Станкевич**

*кандидат медичних наук, старший дослідник, провідний науковий співробітник лабораторії соціальних детермінант здоров'я населення, ДУ «Інститут громадського здоров'я ім. О. М. Марзєєва Національної академії медичних наук України», м. Київ*

**А. М. Парац**

*кандидат медичних наук, старший науковий співробітник, провідний науковий співробітник лабораторії соціальних детермінант здоров'я населення, ДУ «Інститут громадського здоров'я ім. О. М. Марзєєва Національної академії медичних наук України», м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Забезпечення психосоціального благополуччя дітей в умовах гуманітарних криз та збройних конфліктів є пріоритетним завданням сучасної системи громадського здоров'я. Военні дії

спричиняють потужний психологічний тиск, руйнують соціальні мережі підтримки та підвищують ризик депресії, тривоги й порушень сну (Slone, 2016). Теоретична основа дослідження спирається на концепцію багатофакторного впливу, де спосіб життя й соціальний контекст можуть бути ресурсами стійкості або чинниками ризику.

**Мета дослідження:** оцінити роль чинників способу життя та соціальних детермінант у розвитку симптомів тривоги й депресії різного ступеня інтенсивності у дітей шкільного віку в умовах воєнної агресії.

**Методика та організація дослідження.** Проаналізовано 8374 анкети, які заповнювали батьки або опікуни дітей шкільного віку (50,9% хлопців і 49,1% дівчат) щорічно у квітні-червні 2022–2025 рр. Усі респонденти отримали інформацію про дослідження та підписали інформовану згоду щодо участі в ньому. Оцінювання ментального здоров'я здійснювалося за допомогою шкали RCADS-P-25. Для опрацювання даних було застосовано квантильну регресію. У цій моделі 90-й квантиль становив 72,0 Т-бали за шкалою RCADS-P-25, що відповідає групі з клінічними симптомами. Значення від 10 до 75 квантилів, відповідно, становили 44,1, 49,2, 54,5 і 61,5 Т-балів. Модель охоплювала широкий спектр предикторів: демографічні дані, показники способу життя (сон, фізична активність), соціальні умови (міграція, форма навчання) та специфічні фактори війни (обстріли, втрати, окупація, незадоволені базові потреби).

**Результати дослідження.** Аналіз продемонстрував стабільний негативний вплив факторів тривожності батьків і перебування біля зони бойових дій, тоді як достатня фізична активність та якість сну засвідчили універсальну захисну дію. Специфічні воєнні чинники, зокрема досвід втрат, розлука з близькими, перебування в укриттях та окупація, зумовлюють кумулятивний негативний вплив, який лінійно зростає від нижніх до верхніх квантилів. Контекстуальні чинники, як-от очна форма навчання і наявність постійного місця для занять удома, виконують роль стабілізаторів, тоді як вимушена міграція (ВПО або перебування за кордоном) створює додаткове психологічне навантаження (Гозак, 2024).

**Висновки.** Результати дослідження підтверджують складну архітектуру впливу соціальних і поведінкових чинників на ментальне здоров'я дітей під час війни. Якість сну має найбільш виражений захисний ефект саме для дітей з високим рівнем тривожності. Важливим висновком для практичної психології і педагогіки є те, що ефективність допомоги дітям залежить від міжсекторальної співпраці між освітньою і соціальною галузями за умови цілеспрямованої роботи з батьківським середовищем. Моніторинг факторів ризику і захисту є основою для розроблення багаторівневих програм громадського здоров'я.

## **РОЗВИТОК КЛІНІЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ В УМОВАХ ВОЄННИХ ПОДІЙ В УКРАЇНІ**

**А. В. Кабанцева**

*завідувачка відділення клінічної психології,  
кандидат психологічних наук, ДНП «Науково-практичний медичний  
реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України,  
старший викладач кафедри загальної та медичної психології  
Національного медичного університету ім. О. О. Богомольця, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Воєнні події в Україні збільшують потребу у фаховій клініко-психологічній допомозі і висувають нові вимоги до такої допомоги (Крупельницька, 2023; Панченко, 2022, 2025; Lunov, 2026). Психологічна клінічна допомога потребує нових наукових підходів до психодіагностики (Родіна, 2025), методів психологічних втручань, а також міждисциплінарної та міжсекторальної взаємодії. Дослідження розвитку клінічної психології є вкрай актуальним, оскільки відповідає на нагальні суспільні запити щодо збереження психічного здоров'я та відновлення людського потенціалу України.

**Мета дослідження:** проаналізувати сучасний стан і перспективи розвитку клінічної психології в умовах воєнних подій в Україні.

**Результати дослідження.** Клінічна психологія як галузь знань має у світі свою довгу історію, але на теренах України її тривалий час розглядали лише як навчальну дисципліну в закладах вищої освіти. Воєнні події стали потужним фактором, що різко підвищив потребу в розвитку клінічної психології як професійної сфери діяльності. Наказом МОЗ України від 30.09.2022 № 1782 фак «клінічний психолог» внесено до Переліку посад професіонала з вищою немедичною освітою. На виконання цього наказу 11 квітня 2023 року у складі структури ДЗ «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України» створено відділення клінічної психології. Актуальними завданнями клінічних психологів відділення в роботі з населенням в умовах воєнних подій стали: визначення актуального спектра психологічних проблем (психотравматичний досвід, страхи, тривожні стани тощо); сприяння відновленню психічної цілісності особистості, посиленню мотиваційних ресурсів та відновленню базової довіри; виявлення індивідуальних життєвих опор і ресурсів, а також визначення шляхів опрацювання проблем у межах зони контролю; надання допомоги в усвідомленні та опрацюванні деструктивних реакцій, нав'язливих думок, інтенсивних емоційних і тілесних спогадів; формування адаптивних стратегій поведінки та підтримання життєвого балансу в умовах тривалого стресу. У своїй практиці фахівці відділення для надання допомоги застосовують сучасні цифрові інструменти, зокрема запроваджуються система білатеральної сенсорної стимуляції (BLS-пристрої)

для проведення EMDR, VR-технології, апаратно-програмні комплекси. З огляду на вищевикладене фах клінічного психолога вимагає високого рівня наукових знань, розуміння механізмів психіки, застосування доказових методів діагностики та допомоги, розширеного обсягу практичних навичок, запровадження супер- та інтервізій.

**Висновки.** Воєнні події в Україні загострили проблеми психічного здоров'я і стали потужним стимулом для розвитку клінічної психології. Галузь трансформується від вузької спеціалізації до масштабної системи надання психологічної клінічної допомоги населенню, спрямованої на подолання наслідків травми, життєстійкість, резильєнтність і відновлення. Гострим і перспективним є питання підготовки наукових кадрів вищої кваліфікації та впровадження наукової спеціальності «Клінічна психологія». Це сприятиме систематизації знань, підвищенню якості підготовки фахівців, а також професійного рівня науково-педагогічних працівників, які здійснюють підготовку клінічних психологів, що дасть змогу забезпечити ефективніше реагування на психічні потреби населення.

УДК 159.922.7/.8:504.75:616-036.21

## **АНАЛІЗ ЧИННИКІВ ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТІВ ДО ПРОТИДІЇ ЕКОЛОГІЧНИМ ТА ЕПІДЕМІЧНИМ ЗАГРОЗАМ ЗДОРОВ'Ю ЛЮДИНИ**

**Т. В. Кулаєва**

*PhD із психології, клінічний психолог,  
старший науковий співробітник відділу соціальної психології особистості  
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ*

**Актуальність** дослідження психологічної готовності студентської молоді до протидії екологічним та епідемічним загрозам зумовлена трансформацією структури ризиків для здоров'я населення в умовах повномасштабної війни в Україні. Воєнні дії, пошкодження енергетичної інфраструктури, перебої з електро-, тепло- і водопостачанням, а також наслідки постпандемічного періоду зумовлюють новий комплекс екологічних і санітарно-епідемічних викликів, що супроводжуються підвищеним рівнем соціально-психологічної напруженості.

Особливої уваги потребує студентська молодь, яка перебуває на етапі професійного становлення та соціальної ідентифікації і водночас переживає освітні, соціальні та економічні трансформації воєнного часу. У зв'язку з цим аналіз чинників формування психологічної готовності студентів до протидії екологічним та епідемічним загрозам є важливим завданням сучасних психологічних досліджень.

**Мета дослідження:** аналіз чинників формування психологічної готовності студентів до протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров'ю

людини з використанням наукових методів на перетині соціальної, екологічної та кризової психології і психології катастроф.

**Методика та організація дослідження.** Дослідження проведено відділом соціальної психології особистості Інституту соціальної та політичної психології в межах виконання НД «Соціально-психологічні технології промоції готовності учасників освітнього процесу до протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров'ю людини» (2025–2026 рр.), (науковий керівник – проф. О. В. Креденцер). Для досягнення мети дослідження на першому етапі було проведено теоретичний і порівняльний аналіз літератури, систематизацію та узагальнення наукових джерел. На цьому ж етапі було розроблено спеціальний комплекс методик, спрямованих на дослідження окремих структурних компонентів психологічної готовності учасників освітнього процесу протидіяти екологічним та епідемічним загрозам. На другому етапі в емпіричному дослідженні взяли участь 502 респонденти, серед яких 403 жінки, 91 чоловік і 8 небінарних осіб. Вік учасників варіювався від 17 до 44 років. Усі респонденти були учасниками навчального процесу, серед них 419 здобували освітній рівень бакалавра, 78 – рівень магістра і 5 – рівень аспіранта.

Вибірку сформовано шляхом розповсюдження посилань на онлайн-платформу Google Forms. Участь у дослідженні була анонімною і добровільною. Усі респонденти надали інформовану згоду на використання їхніх відповідей у наукових цілях. Дослідження проводилося в період з квітня по вересень 2025 р. Чинники формування психологічної готовності студентів досліджувалися за допомогою авторської анкети (затвердженої Комісією з етики наукових досліджень Інституту соціальної та політичної психології НАПН України 28 квітня 2025 р.), що містила питання про знання, досвід і ставлення студентів до різних загроз здоров'ю, соціодемографічні та освітньо-професійні відомості.

**Результати дослідження.** За допомогою дисперсійного аналізу (непараметричного критерію Краскела – Уолліса (H) досліджено системний вплив соціально-демографічних та освітніх змінних на структуру психологічної готовності студентів до екологічних та епідемічних загроз.

Аналіз відповідей респондентів показав низку статистично значущих відмінностей у структурі психологічної готовності студентів до загроз здоров'ю, здебільшого залежно від соціально-демографічних характеристик опитаних. Найбільш системний і потужний вплив виявлено з боку фінансового стану студентів. Статистично значущі відмінності за цим чинником проявилися щодо рівня тривоги і посттравматичних когніцій ( $H = 44,40$ ;  $p < 0,001$ ), суб'єктивного благополуччя і проактивності ( $H = 59,6$ ;  $p < 0,001$ ), інтегрального рівня психологічної готовності ( $H = 27,10$ ;  $p < 0,001$ ), позитивного мислення та ресурсного способу життя ( $H = 14,30$ ;  $p < 0,05$ ), світоглядної пластичності ( $H = 14,3$ ;  $p < 0,05$ ) і майндфулнесу ( $H = 16,20$ ;  $p < 0,01$ ). Отже, фінансовий стан є ключовим системоутворювальним чинником психологічної адаптації студентів в умовах хронічної загрози. Вагомий вплив також має сімейний стан. Статистично значущі відмінності встановлено щодо рівня суб'єктивного благополуччя і проактивності ( $H = 25,99$ ;  $p < 0,001$ ), позитивного мислення ( $H =$

20,05;  $p < 0,001$ ), інтегрального рівня психологічної готовності ( $N = 14,04$ ;  $p < 0,001$ ), тривожності й посттравматичних когніцій ( $N = 10,62$ ;  $p < 0,01$ ), а також майндфулнесу ( $N = 10,25$ ;  $p < 0,01$ ). Це підтверджує значущість соціальної підтримки як буферного механізму в умовах стресу. Чинник віку продемонстрував значущі відмінності щодо майндфулнесу ( $N = 28,08$ ;  $p < 0,001$ ), інтегрального рівня готовності ( $N = 11,50$ ;  $p < 0,001$ ), суб'єктивного благополуччя ( $N = 9,62$ ;  $p < 0,01$ ) та екологічних мотивів ( $N = 4,95$ ;  $p < 0,05$ ). Серед освітньо-професійних чинників найбільш виражений вплив мав курс навчання, який статистично значуще пов'язаний з рівнем майндфулнесу ( $N = 28,78$ ;  $p < 0,001$ ) та екологічних мотивів ( $N = 22,51$ ;  $p < 0,01$ ). Рівень освіти також продемонстрував значущі зв'язки з майндфулнесом ( $N = 19,34$ ;  $p < 0,001$ ), екологічними мотивами ( $N = 10,16$ ;  $p < 0,01$ ) та інтегральним показником готовності ( $N = 8,14$ ;  $p < 0,05$ ), що свідчить про роль академічної зрілості у формуванні психологічної готовності. Цікавим є вплив рівня знання англійської мови, який виявився статистично значущим щодо позитивного мислення і ресурсного способу життя ( $N = 19,41$ ;  $p < 0,001$ ).

**Висновки.** Структура психологічної готовності студентів є чутливою як до соціально-економічних, так і до освітньо-професійних параметрів. Соціально-демографічні чинники, особливо фінансовий стан і вік, мають системний вплив на всі компоненти психологічної готовності, що підкреслює нерівність психологічної адаптації в умовах війни. Освітні чинники (курс, рівень освіти, знання англійської) є важливими детермінантами психологічної зрілості та резильєнтності. Отримані результати мають прикладне значення для програм психологічної підтримки студентів; освітніх політик; моделей психологічного відновлення населення в умовах війни.

УДК 159.9(043.3):316.62:331.4

## **ПРОФЕСІЙНИЙ СТРЕС ЯК ТРИГЕР АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПЕРСОНАЛУ: АЛГОРИТМИ РАНЬОГО ВИЯВЛЕННЯ ТА ЕКОЛОГІЧНОЇ ПРЕВЕНЦІЇ**

**П. В. Куц**

*асистент кафедри реабілітаційних технологій,  
Вінницький соціально-економічний інститут Університету «Україна»,  
ерготерапевт КНП «Вінницька обласна дитяча клінічна лікарня  
Вінницької обласної Ради», м. Вінниця*

**Актуальність дослідження.** Для сучасного професійного середовища характерний високий рівень динамічності, через що професійний стрес перетворюється на постійний фактор робочого процесу. Коли вимоги середовища перевищують внутрішній ресурс працівника, хронічний стрес ініціює дезадаптивні реакції. Одним із наслідків є формування адиктивної

поведінки як деструктивної форми психологічного захисту (Лазарус, 1984). Згідно з парадигмою «відчуження і стресу» залежності є реакцією на негативні характеристики робочого оточення. Необхідність переходу до проактивних стратегій зумовлює розроблення алгоритмів раннього виявлення маркерів дезадаптації.

**Мета дослідження:** комплексний теоретико-методологічний аналіз феномену професійного стресу як фундаментального тригера адиктивної поведінки персоналу, систематизація сучасних алгоритмів її раннього виявлення та концептуалізація багаторівневої моделі екологічної превенції в організаційному середовищі.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Стрес диференціюється на мобілізуючий еустрес і руйнівний дистрес (Сельє, 1976). Переважання дистресу призводить до синдрому емоційного вигорання, що зумовлює виснаження, деперсоналізацію та редукцію досягнень (Маслач, 1981). На етапі виснаження адиктивна поведінка стає сурогатним способом адаптації. Для запобігання рецидивам критичним є моніторинг трьох доменів: внутрішньоособистісного (втома, порушення сну), міжособистісного (дратівливість) і професійного (зниження продуктивності). Замість складних технологічних прогнозів ефективним є використання валідизованих скринінгових інструментів (наприклад, шкали стресостійкості Коннора – Девідсона або опитувальників на виявлення ранніх ознак залежності), що дають змогу діагностувати ризики з високою точністю. Модель екологічної превенції розглядає зв'язок особи і середовища на мікрорівні (навички саморегуляції), міжособистісному (соціальна підтримка) та організаційному рівнях. Ключовим є впровадження концепції Workplace Supported Recovery для усунення факторів зриву і зниження бар'єрів для отримання допомоги (NIOSH, 2020).

**Висновки.** Теоретичний аналіз неспростовно доводить, що професійний стрес є потужним каталізатором адиктивної поведінки, перетворюючи деструктивні звички на хибний механізм компенсації психоемоційного виснаження. Практичне використання результатів дослідження передбачає комплексну трансформацію організаційного середовища за декількома напрямками:

- *діагностично-прогностичний напрям:* упровадження систем регулярного психологічного скринінгу та методів ерготерапевтичного аналізу активності дасть змогу оцінювати реальний баланс між професійним навантаженням і ресурсами відновлення працівника, виявляючи ризики на доклінічних стадіях;

- *управлінський та освітній аспекти:* розроблення та проведення тренінгів для адміністративного складу установ щодо «маркерної діагностики» допоможе керівникам вчасно фіксувати ранні поведінкові девіації та зниження продуктивності підлеглих, ініціюючи підтримку замість адміністративного тиску;

- *соціально-організаційне впровадження:* реалізація програм «Workplace Supported Recovery» у медичних та освітніх закладах сприятиме створенню культури психологічної безпеки, коли звернення по допомогу не

сприйматиметься як ознака професійної непридатності, що мінімізує стигматизацію та сприятиме збереженню цінного людського капіталу.

Застосування запропонованої екологічної моделі превенції дасть змогу організаціям не лише коригувати архітектуру робочих процесів, а й активно розвивати життєстійкість персоналу в умовах тривалого стресу воєнного часу.

УДК 159.9:047

## **МЕНТАЛЬНІ ЗАСОБИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ДО ПРОТИДІЇ ЕКОЛОГІЧНИМ ТА ЕПІДЕМІЧНИМ ЗАГРОЗАМ ЇХНЬОМУ ЖИТТЮ І ЗДОРОВ'Ю В УМОВАХ ВІЙНИ НА ВИСНАЖЕННЯ**

**Б. П. Лазоренко**

*кандидат філософських наук, провідний науковий співробітник  
відділу соціальної психології особистості*

*Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Сучасну фазу війни військові експерти визначають як «війна на виснаження». Воєнні дії спричинюють значні екологічні та епідемічні загрози життю і здоров'ю цивільного населення, зокрема учасників освітнього процесу. Для протидії цим загрозам можуть застосовуватися засоби різних рівнів, зокрема ментального.

**Мета дослідження:** визначення поширеності застосування учасниками дослідження різних засобів ментального рівня (із запропонованого їх переліку) щодо запобігання негативному впливу екологічних та епідемічних загроз їхньому життю і здоров'ю в умовах війни на виснаження чи зменшення цього негативного впливу.

**Методика та організація дослідження.** У дослідженні взяли участь 502 респонденти – переважно молодь віком від 17 до 44 років, яка здобуває освітній рівень бакалавра і магістра. Серед опитаних – 403 жінки (80,3%), 91 чоловік (18,1%) і 8 небінарних осіб (1,6%). Вибірку сформовано за посиланням на онлайн-платформу Google Forms за анонімною і добровільною участі опитуваних. Дослідження проводилося під науковим керівництвом проф. О. Креденцер у період з квітня по вересень 2025 р. Його завданням було з'ясувати поширеність використання респондентами засобів ментального рівня щодо протидії зазначеним загрозам їхньому життю і здоров'ю. Для цього аналізувалися відповіді респондентів на одне із ключових запитань загального опитування: «Що Ви робите, щоб зменшити/унеможливити негативний вплив екологічних та епідемічних загроз на Ваше життя і здоров'я на ментальному рівні?». Респондентам було запропоновано вісім варіантів відповідей щодо ментальних засобів, які вони використовують для протидії екологічним та епідемічним загрозам в умовах сьогодення.

**Результати дослідження.** Аналіз отриманих відповідей респондентів показав, що найбільший їх відсоток застосовує комплексний засіб специфічного уникнення, а саме: «відволікаюся від негативних думок (займаюся творчістю, гуляю, читаю, дивлюся фільми/серіали)» (73,5%). На другому місці за поширеністю зі значним відривом від попереднього засобу – дихальна психотехнологія: «використовую дихальні практики» (29,1%). Третє місце учасники освітнього процесу віддають медитативним практикам: «медитую» (24,3%). Приблизно однаково поширені серед респондентів тілесно орієнтовані практики: «займаюся тілесними практиками» (20,9%) – і психотехнологія візуалізації: «застосовую вправи на візуалізацію» (19,7%). Далі йдуть духовні молитовні практики: «молюся» (14,3%). Ще менш поширені серед учасників освітнього процесу (на одному рівні використання з найменшими відсотками) такі ментальні засоби протидії екологічним та епідемічним загрозам, як «практикую майндфулнес» (12,7%) і «веду щоденник особистого досвіду» (12%).

За результатами аналізу отриманих відповідей та їх розподілу з'ясовано, що учасники дослідження використовують широку палітру дієвих ментальних засобів відповідно до індивідуальних потреб і спроможностей. Це, зокрема, професійні і науково обґрунтовані психологічні засоби (дихальні, тілесно орієнтовані практики, майндфулнес, візуалізація), духовно-психологічні медитативні і молитовні практики, а також такі затратні в часі, але ефективні практики, як ведення щоденника особистого досвіду. При цьому хотіли б звернути особливу увагу на найбільш вагомий комплексний ментальний засіб – «відволікаюся від негативних думок», який можна ідентифікувати, власне, як копінг уникнення. На наш погляд, це не тільки уникнення негативних думок шляхом активного переведення уваги на інші види діяльності, а й елемент творчого опрацювання та особистісного опанування таких думок і пов'язаних з ними емоцій та патернів поведінки, що, як свідчить наш досвід, суттєво впливає на посттравматичне особистісне зростання.

**Висновки.** В умовах війни на виснаження учасники освітнього процесу для протидії екологічним та епідемічним загрозам їхньому здоров'ю застосовують широкий спектр засобів ментального рівня. Провідними серед них є відволікання від негативних думок шляхом активного переведення уваги на творчу діяльність, читання та інші засоби ментального рівня, які містять потенціал особистісного опанування негативу та його трансформації. Також щодо опанування воєнних загроз важливими є дихальні, тілесно орієнтовані практики, майндфулнес, візуалізація, а для певної групи досліджуваних – духовно-психологічні медитативні та молитовні практики.

## СВІТОГЛЯДНА ПЛАСТИЧНІСТЬ СТУДЕНТІВ У КОНТЕКСТІ ЕКОЛОГІЧНИХ ТА ЕПІДЕМІЧНИХ ЗАГРОЗ В УМОВАХ ВІЙНИ

**Т. О. Ларіна**

*кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник,  
старший науковий співробітник відділу соціальної психології особистості  
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** В умовах війни проблема ставлення студентської молоді до екологічних питань і власної біологічної безпеки набуває особливого значення. Екстремальні умови виживання вимагають від студентів адекватного розуміння екологічних та епідемічних загроз власному здоров'ю. Тож у змінених умовах проживання у них актуалізуються психологічні інструменти забезпечення власного здоров'я та благополуччя, зокрема відповідальна поведінка і критична самосвідомість. Дослідники сталого розвитку та цінностей навчання вже кілька десятиліть поспіль наголошують на безальтернативності втілення в практику чеснот усвідомленого навчання як форми відповідальності перед власним майбутнім (Foster, 2011). Тому вивчення світоглядних уявлень студентської молоді, якій доводиться долати свій життєвий шлях у скрутних екологічних та епідемічних умовах, набуває в Україні неабиякої актуальності, особливо в період воєнного стану.

**Мета дослідження:** визначити особливості світоглядних уявлень студентів у контексті екологічних та епідемічних загроз в умовах війни.

**Методика та організація дослідження.** Під час дослідження використано опитувальник світоглядної пластичності особистості К. М. Грузиної (2022), анкету-опитувальник щодо зменшення та усунення негативного впливу екологічних та епідемічних загроз для життя і здоров'я студентів на когнітивно-інформаційному рівні. У дослідженні взяли участь 502 респонденти, серед яких 403 жінки (80,3%), 91 чоловік (18,1%) і 8 небінарних осіб (1,6%). Вік учасників коливався в межах від 17 до 44 років. Усі респонденти були учасниками навчального процесу. Вибірку сформовано шляхом розповсюдження посилань на онлайн-платформу Google Forms. Дослідження проводилося в період з квітня по вересень 2025 року. У роботі було використано методи описової статистики і критерій згоди  $\chi^2$  (хі-квадрат). Обробка результатів здійснювалася за допомогою програмного забезпечення Jamovi (версія 2.3.28).

**Результати дослідження.** Результати описової статистики показали, що для нашої вибірки студентів характерний середній рівень загальної світоглядної пластичності (71,7%), а провідне світоглядне переконання студентського загалу – «світоглядна критичність» (77,7%).

За допомогою критерію згоди  $\chi^2$  (хі-квадрат) ми визначили зв'язок світоглядної пластичності і психологічних практик запобігання негативному впливу екологічних та епідемічних загроз для життя та здоров'я студентів на когнітивно-інформаційному рівні.

Студенти, для яких провідною чеснотою є світоглядна пластичність, з-поміж психологічних практик запобігання негативному впливу екологічних та епідемічних загроз обирали «уникнення нової інформації про екологічні та епідемічні загрози здоров'ю людини» ( $\chi^2=11,7$ ;  $p<0,05$ ), «ознайомлення з правилами техніки безпеки» ( $\chi^2=13,2$ ;  $p<0,05$ ) і «цікавість щодо досвіду збереження здоров'я навколишніх людей» ( $\chi^2=15,6$ ;  $p<0,001$ ). Натомість у студентів, для яких провідною чеснотою є світоглядна критичність, основними психологічними практиками були «агітування та пояснення знайомим і родичам важливості дбайливого ставлення до природи» ( $\chi^2=11,3$ ;  $p<0,05$ ), «читання інструкцій щодо поведінки в надзвичайних умовах» ( $\chi^2=8,4$ ;  $p<0,05$ ) та «ознайомлення з правилами техніки безпеки» ( $\chi^2=11$ ;  $p<0,05$ ). Для студентів, провідною чеснотою яких є світоглядний ідеалізм, найважливішими психологічними практиками були «ознайомлення з правилами техніки безпеки» ( $\chi^2=10,6$ ;  $p<0,05$ ) і «цікавість щодо досвіду збереження здоров'я навколишніх людей» ( $\chi^2=12,1$ ;  $p<0,05$ ). Студенти, що керувалися в житті світоглядним песимізмом, віддавали перевагу практиці «перегляду розважального медіа на цю тематику (фільми-катастрофи, ігри-симулятори виживання тощо)» ( $\chi^2=7,03$ ;  $p<0,05$ ). Для тих, хто сповідує світоглядну принциповість, провідними психологічними практиками були «агітування та пояснення знайомим і родичам важливості дбайливого ставлення до природи» ( $\chi^2=9,63$ ;  $p<0,05$ ), «уникнення нової інформації про екологічні та епідемічні загрози здоров'ю людини» ( $\chi^2=12,3$ ;  $p<0,05$ ), «читання інструкцій щодо поведінки в надзвичайних умовах» ( $\chi^2=9,58$ ;  $p<0,05$ ) та «ознайомлення з правилами техніки безпеки» ( $\chi^2=17$ ;  $p<0,001$ ).

Отже, світоглядна пластичність студентів проявляється в таких когнітивно-інформаційних психологічних практиках запобігання негативному впливу екологічним та епідемічним загрозам, як «ознайомлення з правилами техніки безпеки» ( $\chi^2=14,5$ ;  $p<0,001$ ) та «цікавість щодо досвіду збереження здоров'я навколишніх людей» ( $\chi^2=14,6$ ;  $p<0,001$ ).

**Висновки.** Отримані нами результати показали, що провідною світоглядною чеснотою студентів є світоглядна критичність. Особливості когнітивно-інформаційних психологічних практик запобігання негативному впливу екологічних й епідемічних загроз полягають у виявленні студентами пильності до правил техніки безпеки та уваги до досвіду інших людей щодо збереження здоров'я. Подальшими перспективами нашого дослідження є розроблення психологічних технік розвитку готовності учасників освітнього процесу до протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров'ю.

## **ТРАНСФОРМАЦІЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ПАРАДИГМИ: ІНТЕГРАЦІЯ МІЖНАРОДНИХ СТАНДАРТІВ У ПІДГОТОВКУ ПСИХОЛОГІВ-ПРАКТИКІВ**

**С. М. Миронець**

*доктор психологічних наук, професор,  
завідувач кафедри психології*

*Державного торговельно-економічного університету, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Сучасні соціальні трансформації, глобалізаційні процеси та зростання потреб у психологічній допомозі в умовах кризових і посткризових ситуацій актуалізують питання якісної підготовки психологів-практиків. В Україні ці виклики посилюються наслідками війни, зростанням рівня психоемоційного навантаження населення та необхідністю інтеграції в європейський освітній і професійний простір.

**Мета дослідження:** теоретичне обґрунтування напрямів трансформації професійної підготовки психологів-практиків на основі інтеграції міжнародних стандартів та визначення їхнього впливу на якість професійної діяльності й надання психологічних послуг у сфері охорони психічного здоров'я громадян України.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Наказом Міністерства охорони здоров'я України від 13.12.2023 р. № 2118 «Про організацію надання психосоціальної допомоги населенню» затверджено відповідний інструментарій з надання психосоціальної допомоги населенню, визначено чітке розмежування функцій між надавачами послуг та вимоги до їхньої кваліфікації, зокрема: порядок надання психосоціальної допомоги та послуг; перелік валідних методів психологічної діагностики та методів психотерапії з доведеною ефективністю.

Значним внеском у вирішення поставлених завдань стали зміни в системі підготовки психологів і вимоги щодо їх сертифікації. Так, з ухваленням Закону України «Про систему охорони психічного здоров'я в Україні» від 15.01.2025 р. № 4223-ІХ визначено правові, організаційні, економічні та соціальні засади системи охорони психічного здоров'я в Україні, визначено критерії врегулювання суспільних відносин у цій сфері. Умови процедури сертифікації у сфері психічного здоров'я унормовано відтак постановою Кабінету Міністрів України № 288 від 04.03.2026 р. «Питання сертифікації та безперервного професійного розвитку фахівців у сфері психічного здоров'я».

Подальше впровадження державної політики у сфері збереження і підтримання психічного здоров'я різних верств населення передбачає врегулювання та подолання розриву між традиційними підходами до підготовки психологів і вимогами міжнародних професійних стандартів, які

передбачають компетентний підхід, етичну відповідальність, доказовість практики і міждисциплінарну інтеграцію.

Доказова практика (Evidence-Based Practice, ЕВР) у психології – це підхід, що базується на інтеграції найкращих доступних наукових даних із клінічним досвідом спеціаліста та індивідуальними особливостями клієнта. В Україні доказова практика в системі охорони психічного здоров'я стає стандартом, особливо в умовах війни, коли важливо надавати швидко і дієву допомогу громадянам, постраждалим унаслідок травматичних подій.

#### **Висновки:**

1. Інтеграція міжнародних стандартів є ключовою умовою модернізації системи підготовки психологів-практиків в Україні.

2. Трансформація професійної парадигми має базуватися на компетентнісному, етичному і практико-орієнтованому підходах.

3. Важливим напрямом роботи є впровадження системи супервізії, безперервного професійного розвитку і стандартизації психологічної практики.

Отже, оновлення підготовки психологів відповідно до міжнародних стандартів сприятиме підвищенню якості психологічної допомоги, професійної мобільності фахівців та ефективному реагуванню на сучасні суспільні виклики.

Практичне значення дослідження полягає в можливості використання його результатів для розроблення освітніх програм, професійних стандартів і системи підвищення кваліфікації психологів.

УДК 159.944.4:159.923:331.101.3

## **СЕНСОРНА ЧУТЛИВІСТЬ ЯК ФАКТОР РИЗИКУ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ: СТРАТЕГІЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ПРАЦІВНИКІВ**

**Н. Обушна**

*аспірантка кафедри педагогіки та психології  
Київського національного економічного університету  
імені Вадима Гетьмана, м. Київ*

**Актуальність дослідження** полягає в тому, що професійне вигорання в бізнес-середовищі та сфері послуг залишається наразі гострою проблемою, а проте під впливом однакових умов емоційні реакції працівників на стрес суттєво відрізняються. Кожен п'ятий, якщо не кожен третій працівник, має високу чутливість щодо сенсорного опрацювання (SPS). Ця індивідуальна риса є водночас як фактором вразливості до дистресу, так і цінним особистісним ресурсом (McQuarrie & Jakobson, 2025; Wilding, 2024). Це вимагає специфічних стратегій управління та підтримки в організаціях (Vander Elst et al., 2019).

**Мета дослідження:** проаналізувати вплив чутливості сенсорного опрацювання на розвиток професійного вигорання у працівників бізнес-

структур і сфери послуг та визначити ефективні організаційні й психологічні стратегії підтримання високочутливих фахівців.

**Методика та організація дослідження** охоплюють аналіз сучасних емпіричних розвідок щодо впливу сенсорної чутливості (SPS) на вигорання в межах моделі «Вимоги до роботи – Ресурси» (JD-R). Узагальнення цих даних розкриває феномен диференційної сприйнятливості: SPS є водночас фактором вразливості і важливим ресурсом, оскільки високочутливі працівники інтенсивніше реагують як на стресори, так і на сприятливі умови.

**Результати дослідження** показують, що негативний кластер сенсорної чутливості (легкість збудження, низький поріг) різко посилює емоційне виснаження і тривожність в умовах високих робочих вимог і браку підтримки. Водночас позитивний кластер (емпатія, глибоке опрацювання інформації) за наявності робочих ресурсів діє як потужний захисний фактор: він підвищує задоволеність роботою і стимулює просоціальну поведінку.

**Висновки.** Проведений аналіз підтверджує, що збереження психологічного здоров'я високочутливих працівників вимагає дворівневого підходу: організаційної оптимізації (структурна ясність, асинхронна комунікація, зниження сенсорного навантаження) і розвитку навичок індивідуальної саморегуляції (усвідомленість і самоспівчуття), що є ключовими ресурсами для прийняття емоцій та запобігання виснаженню.

УДК: 616.89:355.01

## **ОСОБЛИВОСТІ ОЦІНКИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПРИ ТРАВМІ ВІЙНИ**

**О. А. Панченко**

*доктор медичних наук, доктор наук з державного управління, професор,  
почесний академік НАПН України, заслужений лікар України,  
генеральний директор ДНП «Науково-практичний медичний реабілітаційно-  
діагностичний центр МОЗ України»,  
президент ГО «Всеукраїнська професійна психіатрична ліга», м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Воєнний конфлікт є найпотужнішою травматичною подією, яка супроводжується значними психологічними стражданнями і соціальними втратами серед постраждалого населення. За даними Міністерства охорони здоров'я України, наслідки війни матимуть значний вплив на психічне здоров'я. Прогнозується, що після завершення бойових дій психологічної підтримки потребуватиме щонайменше кожна п'ята особа, тоді як у 20-30% громадян, які пережили травматичні події, є ризик розвитку посттравматичного стресового розладу. У зв'язку з цим суттєво зростає суспільний запит на якісну медико-психологічну реабілітацію, що

актуалізує необхідність удосконалення підходів до оцінки психічного здоров'я осіб, які зазнали травми війни.

**Мета дослідження:** обґрунтувати теоретичні засади оцінки психічного здоров'я осіб, які зазнали травми війни, і визначити ключові підходи до її здійснення з урахуванням сучасних викликів.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Встановлено, що травма війни є для людини катастрофічною подією, тяжким психоемоційним потрясінням, що виникло внаслідок прямої або опосередкованої участі в бойових діях, хронічного негативного впливу економічних факторів і контентів, які тягнуть за собою психічні, фізичні й соціальні наслідки, а також викликають зміни здоров'я, довготривалі порушення когнітивних процесів, зокрема мислення, свідомості та поведінки.

Травма війни має багатовимірний характер, її структура охоплює взаємопов'язані складові: психологічну, психічну, соматичну, фізичну, соціальну, матеріальну, духовну, мотиваційну та інформаційну. Прояви травми війни характеризуються масовістю, пролонгованим впливом травмувальних чинників, наявністю тригерних механізмів і схильністю до хронізації. Довгострокові наслідки мають кумулятивний характер і можуть проявлятися у вигляді відтермінованих психічних реакцій, психічних розладів, а саме наслідків посттравматичного стресового розладу. Важливим аспектом є феномен міжпоколінної травми, що відображає передавання травматичного досвіду наступним поколінням.

Інтенсивні психоемоційні навантаження, зумовлені воєнними подіями, часто перевищують адаптаційні можливості особистості, що призводить до порушення поведінкових стратегій, розвитку дезадаптивних станів і погіршення як психічного, так і соматичного здоров'я. З огляду на це оцінка психічного здоров'я має бути комплексною, системною і динамічною, передбачати як фіксацію актуального стану, так і тривале спостереження з метою виявлення відтермінованих реакцій. Вона обов'язково має здійснюватися на засадах мультидисциплінарного підходу з урахуванням нейропсихологічних, психофізіологічних, біологічних і психосоціальних чинників, що дасть змогу забезпечити раннє виявлення порушень, своєчасне відновлення здоров'я та запобігти формуванню негативних наслідків посттравматичного стресу.

**Висновки.** Своєчасна і якісна оцінка психічного стану людини є ключовою умовою ефективної медико-психологічної клінічної реабілітації та абілітації. Застосування інтегрованого підходу до реабілітації, що поєднує фізичні, психологічні та соціальні компоненти, дає змогу підвищити ефективність відновлення психічного здоров'я населення і сприяє збереженню людського потенціалу в умовах тривалих воєнних викликів.

## ВПЛИВ ФІНАНСОВОГО СТАНУ ОСОБИСТОСТІ НА СТРАТЕГІЇ ПОВЕДІНКИ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ

**А. І. Савченко**

*здобувачка третього (освітньо-наукового) рівня освіти, PhD  
Київського національного економічного університету імені Вадима Гетьмана,  
молодший науковий співробітник відділу соціальної психології особистості  
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** В умовах повномасштабної війни в Україні вивчення психологічних стратегій виживання набуває критичного значення для забезпечення стійкості суспільства. Розуміння того, як громадяни діють в екстремальних ситуаціях, дає змогу ефективно прогнозувати соціальну поведінку в кризові моменти. Особливої уваги потребує аналіз фінансової нерівності як ключового детермінанта поведінки, адже наявність або дефіцит матеріальних ресурсів безпосередньо впливає на суб'єктивне відчуття безпеки та вибір між індивідуальними і колективними стратегіями порятунку. Уміння моделювати реакції різних верств населення на загрози є необхідним інструментом для державних інституцій та волонтерських організацій, оскільки дає змогу адаптувати комунікаційні стратегії, оптимізувати процеси цивільного захисту й запобігати соціальному хаосу шляхом цілеспрямованої підтримки найбільш вразливих або специфічно орієнтованих груп громадян.

**Мета дослідження:** розглянути залежність між фінансовим станом особистості та особливостями її поведінки в екстремальних ситуаціях.

**Методи дослідження:** аналіз таблиць спряженості із застосуванням критерію  $\chi^2$ -квадрат Пірсона.

**Результати дослідження.** У 2025 р. проведено дослідження психологічної готовності молоді до екологічних та епідеміологічних загроз, у якому взяли участь 502 респонденти з різних ЗВО України, різних спеціальностей та освітніх рівнів. Дослідження виявило залежність між фінансовим станом респондентів і їхніми пріоритетами під час роботи в команді, а саме: орієнтація на себе, орієнтація на команду, а також рівень лояльності до керівництва. Результати статистичного аналізу підтверджують наявність значущого зв'язку між фінансовим станом респондентів і всіма досліджуваними психологічними показниками, оскільки в усіх випадках значення  $p$ -рівня є меншим за 0,05. Найнижче, проте статистично значуще емпіричне значення за критерієм  $\chi^2$ -квадрат зафіксовано щодо прояву орієнтації на себе ( $\chi^2 = 17,5$ ;  $p=0,025$ ), що свідчить про помірний вплив матеріального достатку на схильність пріоритезувати себе і власні потреби над потребами групи. За показником орієнтації на групу також виявлено значущий зв'язок з фінансовим станом ( $\chi^2 = 29,2$ ;  $p=0,023$ ), що відображає суттєву детермінацію соціальної афіліації рівнем доходу. Фінансовий ресурс обернено

пов'язаний з потребою в груповій підтримці, тому потреба в колективних стратегіях виживання знижується в міру зростання економічного добробуту. Найбільш виражена і високозначуща залежність спостерігається за показником рівня лояльності до керівництва ( $\chi^2$ -square = 56,6;  $p < 0,001$ ), що демонструє критичну роль економічного статусу у формуванні моделі взаємодії в ієрархічно організованих структурах і готовності дотримуватися субординації.

**Висновки.** Дослідження підтвердило детермінуючий вплив фінансового стану особистості на стратегії її внутрішньокорпоративної взаємодії в умовах глобальних загроз. Встановлено, що зростання матеріального добробуту сприяє автономізації суб'єкта, знижуючи потребу в колективних стратегіях захисту і посилюючи орієнтацію на власні інтереси. Найбільш виражену залежність виявлено між економічним статусом і лояльністю до керівництва: рівень готовності дотримуватися ієрархічної субординації безпосередньо пов'язаний зі ступенем фінансової залежності респондентів. Отже, матеріальний ресурс є одним із ключових чинників прояву соціальних настановлень молоді в кризових ситуаціях.

УДК 316.6.

## СТАВЛЕННЯ ДО ЗДОРОВ'Я ПІД ЧАС ВІЙНИ: ВИБІР СПОСОБІВ ВІДНОВЛЕННЯ

**Т. М. Титаренко**

*дійсний член НАПН України, доктор психологічних наук, професор,  
головний науковий співробітник Інституту соціальної  
та політичної психології НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Перебування протягом тривалого часу в загрозливих воєнних умовах впливає на ставлення людини до власного здоров'я, розуміння його цінності, значущості для психологічного добробуту. І цей аспект повсякденного життя українців набуває все більшої актуальності, потребуючи вивчення.

**Мета дослідження:** визначити особливості ставлення до здоров'я під час війни та їхній зв'язок з відповідним репертуаром способів відновлення.

**Методика та організація дослідження:** анкетування, частотний і кростабуляційний аналіз ( $\chi^2$  Пірсона). Використовуються також певні аспекти авторського опитувальника відділу соціальної психології особистості НАПН України, поширеного онлайн серед вибірки респондентів віком від 17 до 44 років (N=502) восени 2025 р. У фокусі уваги – наявність чи відсутність змін стану здоров'я від початку війни і варіанти його підтримання ззовні і зсередини.

**Результати дослідження.** Більша частина опитаних (43,8%) зазначила, що їхнє ставлення до здоров'я суттєво не змінилося. Це свідчить про відносну стабільність стилю життя, сформованих раніше звичок, перевірених стратегій

самоогляду навіть у таких загрозливих умовах, як війна. Представники цієї групи, яка дістала назву *ресурсно-стабілізаційної*, мають стійку самооцінку здоров'я, оскільки зберігають попередній, довоєнний режим регуляції власних станів і не потребують модифікацій задля пристосування до умов війни. Ресурсно-стабілізаційна самооцінка здоров'я є способом підвищення психологічного добробуту, задовольняючи очікування особи щодо психологічної стабільності, витривалості, адаптивності.

Представники другої групи, що дістала назву *ресурсно-накопичувальної*, становили понад третину респондентів (34,9%). Їхнє ставлення до власного здоров'я за часи війни стало більш уважним, цілеспрямованим. Зміни в режимі життєдіяльності свідчать про потребу в додатковій мобілізації ресурсів. Якщо зовнішні умови передбачають тривалу загрозу і невизначеність, актуалізується готовність шукати нові способи самопідтримки і допомоги. Для цієї групи війна стала стимулом для більш усвідомленої турботи про себе, розуміння значущості самооцінки здоров'я для самоідентифікації. Адаптивність респондентів, що увійшли до групи, більш динамічна і гнучка. Спостерігається тенденція до поступового накопичення внутрішніх ресурсів задля довготривалого підтримання психологічного добробуту.

У представників третьої, найменшої, групи (21,3%), що дістала назву *ресурсно-затратної*, спостерігається зниження уваги до свого здоров'я за часи війни. Імовірно, така картина пояснюється втому, накопиченням стресу, відчуттям безсилля, загальним виснаженням. Перевантаженість повсякденними ускладненнями в життєдіяльності, надмірна терміновість нових життєвих завдань, які виникають під час війни, не стають для цієї групи стимулом для пошуку ресурсів відновлення. Ігнорування проблем, пов'язаних із самопочуттям, у представників групи пов'язане з перевантаженням ресурсного потенціалу, коли швидкість ресурсних витрат значно переважає здатність до їх накопичення, відновлення.

Аналіз зв'язків між змінами ставлення до здоров'я і практиками відновлення показав, що найбільш значущими ресурсами є базові тілесні практики. Найсильніші статистичні зв'язки виявлено для відпочинку, сну, фізичної активності та прогулянок, що підтверджує важливу роль тілесної емоційної саморегуляції в підтриманні психологічного добробуту під час тривалого кумулятивного стресу. Важливим ресурсом відновлення є також інтенсифікація спілкування з близькими, друзями, коханою людиною. Адже саме значуще коло комунікацій з тими, кому людина довіряє, може надати найбільш індивідуалізовану емоційну підтримку й відчутно знизити рівень напруження. Особи, що перебувають у тривалих стосунках чи шлюбі, хоч і використовують активніше спілкування як ресурс, водночас гостріше сприймають загрозу обстрілів, можливо, індукуючи одне одного. Вони також часто переживають страх розриву, що пов'язано з більшою прив'язаністю і відповідальністю за інших.

**Висновки.** На основі порівняння трьох різних стратегій ставлення до здоров'я, які по-різному використовують практики відновлення, серед

респондентів виявлено три відмінні групи: ресурсно-стабілізаційну, ресурсно-накопичувальну і ресурсно-затратну.

У представників ресурсно-стабілізаційної групи структура способів відновлення виглядає більш збалансованою. Окрім базових форм фізичного відновлення та спілкування з близькими, значущу роль відіграють духовні і рефлексивні практики (релігія, медитація, дихальні вправи), а також робоча і навчальна діяльність.

Для представників ресурсно-накопичувальної групи характерним є вибірково зорієнтоване стратегічне використання способів відновлення: не лише базових форм відпочинку і підтримки близького оточення, а й практик, пов'язаних з особистісним розвитком і самодопомогою.

Представники ресурсно-затратної групи демонструють найбільш інтенсивне використання різних способів відновлення, передусім пов'язаних із фізичною активністю і базовими формами відпочинку, а також із підтримкою близьких людей. Для них також певною мірою значущими є хобі, творчі заняття і робоче або навчальне навантаження. Така конфігурація способів відновлення сприяє подоланню напруження завдяки активному витрачання наявних ресурсів.

Розширення діапазону способів відновлення є превентивним заходом для збереження здоров'я населення України під час війни.

УДК 159.9: 364.628

## **СТАВЛЕННЯ УКРАЇНЦІВ ДО ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРОСВІТИ І ПІКЛУВАННЯ ПРО ВЛАСНИЙ ПСИХОЛОГІЧНИЙ ДОБРОБУТ**

**Л. Г. Чорна**

*кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник,  
завідувачка відділу психології малих груп та міжгрупових відносин  
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Під час війни відбувається виснаження адаптивності особистості, а в повоєнний час до цього додаються кумулятивні стреси розлуки, травм, втрат, міграції. Актуальна ситуація в Україні визначається тим, що повоєнний час, на жаль, ще не настав, а накопичення стресу відбувається просто з плином війни. Життя на деокупованих українських територіях хоча й можна формально віднести до повоєнного часу, але насправді воно таким не є. Надскладна ситуація актуалізує природні потреби людини в стабілізації власного психоемоційного стану. Але чи піклуються українці про власний психологічний добробут, який нерозривно пов'язаний із психічним здоров'ям, чи мають вони відповідні знання, як правильно піклуватися про нього? Ідеться про психологічну просвіту населення як засіб піклування про власне психічне здоров'я і соціально-психологічний добробут.

Вплив війни і воєнні загрози відчуває на собі все населення України, однак територіально цей вплив різний. Ті, хто перебуває в зоні бойових дій, на фронті або близько до нього, звісно, мають зовсім інший досвід війни, ніж ті, хто живе у відносно мирних умовах, хоча й тут є ризики терористичних атак та постійні повітряні тривоги.

**Мета дослідження:** визначити, як ставляться українці до психологічної просвіти і піклування про власний психологічний добробут.

**Методика та організація дослідження.** Для досягнення поставленої мети проведено репрезентативне опитування (n=1200) (Слюсаревський, Чуніхіна, & Черниш, 2024) і фокус-групове дослідження (11 груп, n=98, 2025).

**Результати дослідження.** Отримані дані свідчать про усвідомлення більшістю українців стану свого психічного здоров'я і зростання потреби в психологічних знаннях в умовах війни. Водночас українці все ще не можуть відмовитися від усталених уявлень, що для того, щоб справитися з наслідками травматичних подій, зовсім не обов'язково звертатися по фахову психологічну допомогу. Так, 80,3% респондентів, що брали участь у репрезентативному опитуванні, погоджуються з тим, що за час війни в українців зросла потреба в психологічних знаннях. Майже стільки ж (76,2%) опитаних згодні з тим, що психологічну просвіту, яка вчить дітей і дорослих піклуватися про власне ментальне здоров'я, необхідно впроваджувати в освітні програми. Разом з тим кожен другий (48%) респондент стверджував, що хоч і багато трагічних сторінок було в українській історії, але люди досі справлялися з усіма негараздами самостійно, без психологічної допомоги. Ці дані корелюють з результатами дослідження Gradus Research (2024), проведеного в той же період, що й дослідження ІСПП НАПН України. Так, 40% опитаних за останні пів року відчували потребу в психологічній допомозі, але при цьому лише 8% зверталися до спеціалістів. Отже, можна констатувати розбіжності між декларованими твердженнями і реальною поведінкою українців, між їхніми імпліцитними і експліцитними переконаннями щодо піклування про власне психічне здоров'я.

Фокус-групове дослідження зафіксувало наявність широкого спектру проблем у психічному здоров'ї українців: від безсоння і тривожності до витіснення травмивного досвіду і флешбеків. Однак ті ж самі учасники дослідження зізнавалися, що часто нехтують власним психічним здоров'ям, легковажать профілактикою вигорання на робочому місці, не дотримуються режиму психогігієни, ігнорують психологічну допомогу, яка в умовах війни часто є безкоштовною. Як психологічні бар'єри піклування про власне психічне здоров'я українці називають такі причини: відчуття провини перед тими, хто перебуває в значно гіршому фізичному/психічному стані (полонені, військові, ВПО, постраждали від війни), ніж ті, хто відчуває наразі просто труднощі щодо психологічного добробуту; культурний стереотип – переконаність у тому, що психологічної допомоги потребують насамперед інші (діти, військові, родичі), а не ти сам; неусвідомлення межі між ментальним здоров'ям і нездоров'ям, незнання критеріїв і показників важкості психічного стану як показань для звернення; брак розуміння ознак фаховості психологічної допомоги; страх підпасти під вплив психолога проти своєї волі; стереотипне переконання на

кшталт «упораємося без психологів», наслідки якого можуть бути небезпечними для здоров'я (призначення самому собі ліків від депресії або ж ризиковані копінги додання, які швидко дають відчуття щастя).

**Висновки.** Результати дослідження дають підстави стверджувати, що різний досвід війни населення, яке мешкає в різних регіонах України – ближчих чи більш віддалених від лінії фронту, по-різному визначає його ставлення до піклування про власний психологічний добробут і до психологічної просвіти. Так, учасники фокус-групи, проведеної в Чернівцях, продемонстрували здебільшого амбівалентне ставлення до фахівців у галузі психології і до психологічної допомоги, а от у Запоріжжі респонденти більш однозначно й позитивно оцінили роль психолога у підтриманні і зміцненні психічного здоров'я. У представників населення прифронтового міста бачимо чітке розуміння значущості психологічної допомоги в контексті додання спільної колективної травми (цитати: «Психологічна допомога зараз дуже потрібна. Особливо для військових, їхніх родин, людей після полону, дітей», «Зараз психологія стала більш актуальною», «Раніше про це [психологічну допомогу] майже не говорили»). У порівняно мирних Чернівцях психологів сприймають у контексті розв'язання насамперед індивідуальних проблем, без урахування ситуації впливу війни (цитати: «Запит на психологічну допомогу є, але зупиняє негативний досвід, і мій, і знайомих... зупиняє страх...що фахівець зробить тільки гірше», «Багато проблем було, але якимось сам розбирався», «Я піду лише тоді, коли зрозумію, що сам не справляюся»). Таке ставлення до психологічної допомоги визначає і специфіку запиту респондентів, і ті чи інші формати психологічної просвіти. Так, для респондентів із Запоріжжя це безпосередні заняття із психологом і формування практичних навичок самопомоги, а для представників Чернівців – відеолекції, паперові засоби просвіти, які містять чітко прописані алгоритми застосування психологічних знань.

УДК 159.944.4:159.98:070.422

## **ВТОРИННА ТРАВМАТИЗАЦІЯ ЯК ЗАГРОЗА МЕНТАЛЬНОМУ ЗДОРОВ'Ю ЖУРНАЛІСТА**

**О. С. Ярхо**

*здобувачка третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти  
Державного торговельно-економічного університету, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** В умовах повномасштабної війни 97% українських журналістів відчують її вплив на свій психоемоційний стан, 67% – вказують на депресію, а частка фахівців з думками про самошкодження зросла з 1% до 8% (ІМІ, 2024). При цьому більшість респондентів – не фронтові кореспонденти, а редактори і журналісти з усіх регіонів, які зазнають травматичного впливу опосередковано – через контент, з яким працюють.

А. Файнстайн, Б. Оде і Е. Вакніне (2014) встановили, що журналісти, які переглядають графічні зображення виключно в редакції, демонструють клінічно значущий рівень дистресу. Це актуалізує потребу у визначенні психологічних детермінант збереження ментального здоров'я журналіста в умовах хронічної вторинної травматизації.

**Мета дослідження:** на підставі теоретичного аналізу механізмів вторинної травматизації визначити психологічні детермінанти збереження ментального здоров'я журналіста в стресових умовах професійної діяльності.

**Результати теоретичного аналізу.** Вторинна травматизація реалізується через три механізми: вторинний травматичний стрес (STS) за (Фіглі, 1995); симптоми ПТСР від опосередкованого контакту з чужою травмою; вікарна травматизація (VT) за (МакКенн & Перлман, 1990); кумулятивне руйнування переконань щодо безпеки, довіри та контролю; втома від співчуття (CF) за (Стемм, 2010); поєднання STS із вигоранням. Дослідження 116 редакційних журналістів показало, що частота перегляду графічного контенту є найсильнішим предиктором дистресу; 36,7% опитаних перевищили клінічний поріг (Файнстайн та ін., 2014). Аналогічні симптоми зафіксовано серед верифікаторів контенту очевидців (Дабберлі, Гріффін, & Бал, 2015). Безпечної відстані від травми в сучасній журналістиці не існує.

Серед факторів ризику такі: хронічність експозиції (дозозалежний зв'язок підтверджено на вибірці із 684 журналістів) (Файнстайн, Османн, & Патель, 2018); емоційна близькість до жертв; неможливість ротації; навантаження інформаційної війни; нестача соціальної підтримки як предиктор ПТСР (Ідос, Бакхольм, & Корхонен, 2019). В українських умовах усі ці фактори діють одночасно понад десять років.

Детермінантами протидії на особистісному рівні є резильєнтність, інтернальний локус контролю та адаптивні копінг-стратегії. Рефлексивність, яку Л. Найдьонова (2013) визначає як здатність усвідомлювати власні реакції на травматичний медіаконтент, є специфічною детермінантою, що протидіє механізму VT. На організаційному рівні значущою є соціальна підтримка, яка знижує ПТСР і сприяє посттравматичному зростанню (Ідос та ін., 2019). Хоч 70% журналістів і визнають потребу в психотерапії, утім лише 45% зверталися по таку допомогу (ІМІ, 2024), що свідчить про бар'єри, стигматизацію та організаційну культуру мовчання.

**Висновки.** Вторинна травматизація через вторинний травматичний стрес (STS), вікарну травматизацію (VT) і втому від співчуття (CF), що навіть не потребує присутності в зоні конфлікту, становить основну загрозу для ментального здоров'я журналістів. Детермінантами збереження здоров'я є резильєнтність, рефлексивність, адаптивні копінг-стратегії та соціальна підтримка. Практичне значення дослідження полягає в обґрунтуванні діагностичного інструментарію (ProQOL, TSI Belief Scale) для визначення мішеней програм психологічного супроводу. Емпірична верифікація визначених детермінант на вибірці українських журналістів становить предмет дисертаційного дослідження «Психологічні детермінанти збереження ментального здоров'я журналіста в стресових умовах».

## РОЗДІЛ 2

### ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я І БЛАГОПОЛУЧЧЯ В ОСВІТІ

УДК 159.9.019.3:316.6:37.015.3

#### ДУХОВНІСТЬ ЯК БАЗОВИЙ ІНДИКАТОР ПСИХОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ ПЕРСОНАЛУ ОСВІТНІХ ОРГАНІЗАЦІЙ У КРИЗОВИХ УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ.

**О. І. Бондарчук**

*доктор психологічних наук, професор,  
професор кафедри психології та особистісного розвитку  
Навчально-наукового інституту менеджменту та психології  
ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження і теоретико-методологічне обґрунтування проблеми.** У сучасному невизначеному й крихкому світі ВАНІ концепт культури набуває особливого значення (Frisby, Craig, & O'Donohue, 2018), справляючи широкий вплив на пізнання, емоції та мотивацію і тим самим визначаючи універсальну здатність особистості формуватися під впливом контексту (Weir, 2025).

Тим більше це стосується персоналу освітніх організацій, який, за визначенням, здійснює виховний вплив на учнів, насамперед демонструючи відповідні зразки поведінки. Водночас освітянин, перебуваючи в тих самих умовах, що і його учні, фактично змушений це робити в умовах подвійного навантаження, відсутності безпечного простору для відновлення, що призводить до хроніфікації стресу (Tosone et al., 2012); «втоми від емпатії» (Figley, 1995), яка часто супроводжується гострим внутрішнім конфліктом між професійним обов'язком («я мушу бути справжнім учителем, допомагати й підтримувати здобувачів освіти») і виснаженням («я більше не можу»).

На нашу думку, одним із визначальних чинників запобігання таким негативним тенденціям є розвинена психологічна культура фахівців. Натомість теоретичний аналіз літератури свідчить, що наразі є лише окремі роботи – або ті, що стосуються психологічної культури як такої (Моргун, 2014), духовної культури вчителя (Помиткін, Помиткіна, & Становських, 2013; Рибалка, 2022) та ін., або проявів культури в більш широкому контексті, як-от організаційна культура (Карамушка, Креденцер, Терещенко та ін., 2015) тощо.

**Мета дослідження:** за результатами теоретичного аналізу наукової літератури обґрунтувати роль духовності як базового індикатора психологічної культури персоналу освітніх організацій у кризових умовах сьогодення.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Згідно із «Філософським енциклопедичним словником», культура як така в найширшому значенні – «це те, що твориться людиною, на відміну від того, що твориться природою», екзистенційно є процесом і результатом об'єктивації особистісної основи людини задля досягнення внутрішньодуховної комунікації (Шинкарук (голов. ред.), 2002).

Психологічна культура як складник загальної культури мислення, почуттів, цінностей і смислів духовно-морального розвитку особистості людини і як невід'ємний складник професійної культури сучасного фахівця формується поступово, через психологічну грамотність і компетентність, даючи змогу не лише бути в гармонії із собою, конструктивно взаємодіяти на міжособистісному і соціальному рівнях, а й проявляти свою активність, ініціативу і громадянськість, керуючись духовними цінностями добра, істини, краси, любові в широкому сенсі (Макисменко, 2016; Франк, 1997 та ін.). У кризових умовах сьогодення особливого значення набувають саме духовний потенціал і духовність учителя (Бал, 2008; Кафтанова, & Штонда, 2023 та ін.) як особистості, яка транслює їх в освітній простір, уможливаючи продуктивне цілепокладання і надаючи життю певного особистісного сенсу як основи життєдіяльності.

**Висновки.** У часи випробувань особливого значення набуває психологічна культура вчителя, аналіз якої має відбуватися не лише в площині знань (грамотність) і вміння їх використовувати (компетентність), а й насамперед якими цінностями він при цьому керується і які ідеали поширює в освітньому просторі, формуючи певним чином його духовно-моральний зміст.

УДК 159.923.2:613.86-057.87:316.485.26

## **ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ПІДТРИМННЯ ЗДОРОВ'Я І БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ВОЄННИХ ВИКЛИКІВ**

**О. В. Брюховецька**

*доктор психологічних наук, професор, завідувачка кафедри психології та особистісного розвитку ННІМП ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Повномасштабна війна в Україні суттєво вплинула на функціонування соціальних інститутів, зокрема системи вищої освіти, що супроводжується зростанням психологічного навантаження на студентську молодь. Постійна загроза безпеці, інформаційне перевантаження, зміни форм навчання і невизначеність життєвих перспектив призводять до підвищення рівня тривожності, стресу й емоційного виснаження серед студентів (Brooks et al., 2020). У цих умовах особливо гостро постає проблема підтримання психічного здоров'я та психологічного благополуччя молоді.

У сучасній психологічній науці значного поширення набув ресурсний підхід до вивчення адаптації особистості до кризових обставин. Відповідно до теорії збереження ресурсів С. Хобфолла, психологічні ресурси виступають важливим чинником подолання стресу і підтримання психологічної стабільності (Hobfoll et al., 2007). У концепції психологічного благополуччя К. Ріфф наголошується, що позитивне функціонування особистості пов'язане із самоприйняттям, автономією, життєвими цілями, особистісним розвитком і позитивними взаєминами з іншими людьми (Ryff, 2014).

Українські дослідники також акцентують увагу на ролі психологічної ресурсності та життєстійкості в умовах соціальних трансформацій. Зокрема, Л. Карамушка і О. Бондарчук (2022) наголошують на значенні психологічного здоров'я та адаптивності особистості в подоланні кризових ситуацій, а О. Коқун (2019) розглядає життєстійкість як важливий чинник психологічної стійкості та ефективної діяльності людини. Сучасні дослідження фіксують також зростання психологічного навантаження на учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану і порушують проблему системної психологічної підтримки студентів (Цибуляк, Пастухова, & Коваленко, 2023).

**Мета дослідження** – здійснити теоретичний аналіз психологічних ресурсів підтримання здоров'я та психологічного благополуччя студентської молоді в умовах воєнних викликів.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Аналіз наукових джерел засвідчив, що психологічні ресурси є важливим чинником адаптації особистості до складних життєвих обставин. У межах ресурсної теорії С. Хобфолла психологічні ресурси розглядаються як сукупність внутрішніх і зовнішніх можливостей особистості, що сприяють подоланню стресу й підтриманню психологічної рівноваги (Hobfoll et al., 2007).

Одним із ключових ресурсів є *резильєнтність* – здатність особистості адаптуватися до несприятливих умов і відновлювати психологічну рівновагу після травматичних подій (Bonanno, 2004). Важливим ресурсом слід вважати *емоційну саморегуляцію*, яка передбачає усвідомлення і контроль власних емоцій, що сприяє зниженню рівня тривожності та психологічного напруження (Gross, 2015).

Значну роль у підтриманні психологічного благополуччя відіграє *соціальна підтримка*, що передбачає взаємодію з родиною, однолітками, викладачами і психологічними службами закладів освіти. Наявність підтримувального соціального середовища сприяє формуванню відчуття безпеки, довіри та соціальної включеності (Brooks et al., 2020).

Українські дослідники також підкреслюють значення внутрішніх ресурсів особистості, життєстійкості та конструктивних копінг-стратегій у подоланні кризових ситуацій (Карамушка, 2024; Максименко, 2018; Савчин, 2018; Титаренко, 2019). Тобто психологічні ресурси підтримання здоров'я та благополуччя студентської молоді охоплюють комплекс внутрішніх характеристик (резильєнтність, емоційна саморегуляція, життєстійкість, копінг-стратегії) і зовнішніх факторів (соціальна підтримка, сприятливе освітнє середовище, доступ до психологічної допомоги).

**Висновки.** Отже, результати теоретичного аналізу свідчать, що підтримання психічного здоров'я та психологічного благополуччя студентської молоді в умовах воєнних викликів безпосередньо пов'язане з актуалізацією внутрішніх і зовнішніх психологічних ресурсів особистості, які забезпечують її адаптацію до кризових умов та збереження психологічної стабільності.

Практичне значення отриманих результатів полягає в можливості їх використання в закладах вищої освіти під час розроблення програм психологічної підтримки студентів, тренінгів розвитку резильєнтності, психоосвітніх заходів і груп підтримки. Реалізація таких програм сприятиме зміцненню психологічної стійкості та підвищенню рівня психологічного благополуччя студентської молоді.

УДК: 159.922.7:355.4

## **ВІЙНА ОЧИМА ДІТЕЙ: ВИКЛИКИ, РИЗИКИ І РЕСУРСИ ВІДНОВЛЕННЯ**

**О. П. Волкова**

*лікар-психіатр, лікар-психіатр дитячого ДНП «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України», м. Київ*

**Актуальність дослідження.** В умовах сучасних воєнних конфліктів проблема впливу війни на дітей набуває особливої значущості. Діти є найбільш вразливою категорією населення, що зазнає глибоких психоемоційних, фізичних і соціальних втрат.

**Мета дослідження** – аналіз основних наслідків впливу війни на дітей і визначення ефективних підходів до їх підтримання та реабілітації.

**Результати дослідження.** Проведено первинну психодіагностику 50 дітей шкільного віку (10–17 років), які звернулися по допомогу до ДНП «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України». Серед обстежених: 32 дівчинки (64%) і 18 хлопчиків (36%). Оцінювання передбачало клініко-психологічне інтерв'ю, аналіз скарг та спостереження. Вибірку склали діти, батьки яких пов'язували зміни психоемоційного стану своїх дітей із впливом бойових дій.

Найпоширенішими суб'єктивними скаргами дітей були: швидка стомлюваність – 90%; труднощі з когнітивними процесами – 82%; втрата мотивації до навчання – 82%; порушення сну – 80%; дратівливість – 62%; тривожність – 50%; головний біль – 36%. Водночас у 64% дітей не було активних скарг – зміни в поведінці і стані зауважували переважно батьки. Додатково вони відмічали: нічний енурез, що виник після психотравмувальних подій – 8%; виражені зміни поведінки, зокрема агресивність щодо оточення – 1% і протестну поведінку – 82%; зниження або припинення соціальної взаємодії – 72%; неспокійний сон – 84%, нічні жахи – 36%; погіршення апетиту – 50% і порушення роботи шлунково-кишкового тракту – 36%; страх

залишатися наодинці без батьків – 82%; конфлікти в школі – 8%; погіршення успішності – 64%; гіперреакція на гучні звуки – 84%; підвищена нервозність – 96%; відмова або небажання навчатися – 82%.

Діти зі скаргами на головний біль (36%) були додатково обстежені неврологом: у більшості випадків діагностовано прояви підвищеної нервової напруженості і головний біль напруженості (30)%. За результатами консультації гастроентеролога значущої органічної патології у дітей не виявлено.

За результатами психодіагностики виявлено ознаки психоемоційного напруження, пов'язані з переживанням травматичних подій. У дітей спостерігалися: симптоми інтрузії (нав'язливі спогади, переживання травматичних подій); симптоми уникнення (уникнення нагадувань про травму, соціальна ізоляція); гіперзбудження (тривожність, підвищена настороженість, реакції на гучні звуки). Виявлені прояви відповідають симптомокомплексу посттравматичного стресового розладу (ПТСР) і можуть свідчити про формування або наявність травматичної реакції.

У дітей діагностовано: стани нервового напруження і збудження – 100%; невротичні стани, пов'язані зі стресом, і соматоформні розлади – 36%; афективні розлади настрою – 8%; затримки психічного розвитку – 8%, енурез – 6%.

**Висновки.** Отримані результати підтверджують високу вразливість дітей шкільного віку до впливу психотравмувальних факторів війни, що проявляється в значних порушеннях психоемоційного стану, поведінки та когнітивного функціонування. У більшості дітей не спостерігається активна скаргова симптоматика, що може свідчити про недостатню усвідомленість власного стану або психологічні механізми витіснення. Структура діагнозів демонструє домінування станів нервового напруження, невротичних і стрес-асоційованих розладів, що з позиції клінічної психології свідчить про необхідність ранньої діагностики і своєчасного втручання, потребу в упровадженні комплексних програм реабілітації та абілітації, які передбачають психологічну допомогу, психотерапію, сімейне консультування і мультидисциплінарний медичний супровід.

УДК 159.9

## **ПРАКТИКИ ФІЗИЧНОЇ ПСИХОГІЄНИ УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

**Ю. Д. Гундертайло**

*молодший науковий співробітник відділу соціальної психології особистості  
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Українці сьогодні переживають економічну і політичну нестабільність в умовах воєнних загроз. Новою реальністю українців стало життя з постійними загрозами, зокрема екологічними та епідемічними. Окрім глобальних факторів (зміна клімату), нація стикається з численними

наслідками обстрілів і руйнувань, що погіршують стан повітря, землі, води. Їхній вплив на людське здоров'я також є дуже значним: знижується імунітет, поширюються розлади ментального здоров'я, молодшають хронічні хвороби. Одним з ефективних способів зміцнення особистісної стійкості в умовах кризових впливів є використання психогігієнічних практик.

**Мета дослідження** – виявити поширеність практик психогігієни, зокрема фізичної психогігієни, серед учасників освітнього процесу.

**Методика та організація дослідження.** У дослідженні взяли участь 502 респонденти, серед яких 403 жінки (80,3%), 91 чоловік (18,1%) і 8 небінарних осіб (1,6%). Вік учасників варіювався від 17 до 44 років, зокрема 406 осіб (80,9%) були молодші за 22 роки, а 96 осіб (19,1%) мали вік від 22 років і старше. Усі респонденти були учасниками навчального процесу, серед них 419 осіб (83,5%) здобували освітній рівень бакалавра, 78 осіб (15,5%) – рівень магістра і 5 осіб (1%) – рівень аспіранта. Вибірку було сформовано шляхом розповсюдження посилань на онлайн-платформу Google Forms. У межах спільного дослідження відділу розроблено спеціальний комплекс методик, а також авторську анкету.

**Результати дослідження.** Виявлено, що найчастіше студенти використовують практики підтримання хорошого зовнішнього вигляду (приділяю увагу гігієні, зовнішньому вигляду) – 73,5% осіб. Молоді люди належать до молодшої вікової категорії, коли активно шукають собі партнера, тому зосереджуються насамперед на фізичній привабливості.

Турбота про сон виявилася в центрі уваги 58,4% опитаних. Це, найімовірніше, викликано тим, що нормальний нічний сон наразі для українців часто неможливий, тому доводиться докладати додаткових зусиль для того, щоб виспатися.

Ми звернули увагу на те, що лише третина вибірки (32,1%) відповіла ствердно на запитання, чи «роблю необхідні медичні обстеження / дотримуюся необхідних схем лікування». Турбота про власне здоров'я у наш час є критично важливою, і водночас вона часто залишається поза увагою, коли йдеться про фізичне виживання. Люди часто відкладають лікування до кращих часів, забуваючи про те, що саме регулярні чек-апи забезпечують ранню діагностику багатьох хвороб, а відповідно, легше і менш затратне лікування.

**Висновки.** Дослідження дали змогу визначити найбільш важливі напрями промоції практик психогігієни. Так, очевидно, наразі є велика потреба в додаткових заходах щодо промоції медичних обстежень, щоб знизити навантаження на медичну систему.

## **ВПЛИВ НАВЧАЛЬНОЇ МОТИВАЦІЇ НА УСПІШНІСТЬ НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ МОРСЬКИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ В УКРАЇНІ**

**А. В. Кернас**

*доктор філософії, кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри практичної психології  
Навчально-наукового морського гуманітарного інституту  
Одеського національного морського університету, м. Одеса*

**С. Фринцько**

*студентка 4-го курсу спеціальності С4 – Психологія  
Навчально-наукового морського гуманітарного інституту  
Одеського національного морського університету, м. Одеса*

**Актуальність дослідження.** Сучасні соціально-політичні умови, пов'язані з тривалим воєнним станом в Україні, суттєво трансформують освітній простір, зокрема систему підготовки фахівців морської галузі. У цих умовах особливої значущості набувають психологічні та педагогічні чинники, що визначають ефективність навчальної діяльності студентів, серед яких ключове місце посідає навчальна мотивація.

Воєнний стан супроводжується підвищеним рівнем невизначеності, загрозами безпеці, емоційним напруженням і порушенням звичних умов навчання (дистанційний формат, перебої в освітньому процесі, обмежений доступ до практичної підготовки). Усе це безпосередньо впливає на рівень мотивації студентів до навчання, їхню академічну успішність та професійне становлення.

Навчальна мотивація студентів морських спеціальностей під час війни в Україні характеризується поєднанням високого прагнення до професійної самореалізації і значного психологічного тиску. Провідними мотивами залишаються бажання стати висококваліфікованим фахівцем і забезпечити свою фінансову стабільність у майбутньому. Проте загальний рівень мотивації від початку повномасштабного вторгнення через стрес і невизначеність істотно знизився.

Особливої уваги потребують студенти морських спеціальностей, оскільки їхня підготовка має специфічний характер і передбачає високий рівень відповідальності, професійної дисципліни та практичної зорієнтованості. Навчання в цій сфері поєднує теоретичну підготовку з формуванням навичок роботи в екстремальних умовах, що за воєнного стану створює додаткові складності.

Порушення логістичних процесів, обмеження доступу до морської практики, зміни у функціонуванні портової інфраструктури та загрози безпеці

впливають не лише на професійну сферу, а й на освітній процес, знижуючи внутрішню мотивацію студентів та їхню залученість до навчання. Водночас зростає роль внутрішніх мотиваційних ресурсів, здатності до саморегуляції, цілепокладання та усвідомлення професійної значущості майбутньої діяльності.

Студенти морських спеціальностей є майбутніми фахівцями, діяльність яких безпосередньо пов'язана із забезпеченням економічної стабільності держави, функціонуванням міжнародної торгівлі і транспортної інфраструктури. Тому рівень їхньої навчальної мотивації та академічної успішності є важливим чинником не лише індивідуального розвитку, а й стратегічного розвитку держави.

Умови воєнного стану висувають нові вимоги до організації освітнього процесу, зокрема щодо підтримання мотиваційної сфери студентів, формування стійкості до стресу, адаптивності та здатності до самостійного навчання. Це зумовлює актуальність дослідження впливу навчальної мотивації на успішність навчання студентів морських спеціальностей.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема навчальної мотивації широко висвітлюється в працях зарубіжних і вітчизняних науковців. Значний внесок у розвиток теорії мотивації зробили Е. Десі і Р. Раян, які створили теорію самодетермінації, що пояснює внутрішню і зовнішню мотивацію як ключові чинники ефективності навчання. Вони наголошували на ролі автономії, компетентності та соціальної залученості у формуванні стійкої навчальної мотивації (Бобришева, 2025; Калашнік, 2021; Чумаєва та ін., 2023). Дж. Келлер запропонував модель ARCS (увага, релевантність, упевненість, задоволення), яка широко використовується для підвищення мотивації в освітньому процесі. Його підхід акцентує увагу на необхідності створення навчального середовища, що підтримує інтерес студентів і стимулює їхню активність. К. Двек досліджувала вплив настановлень мислення (*fixed vs growth mindset*) на академічну успішність, доводячи, що спрямованість на розвиток сприяє підвищенню мотивації та подоланню труднощів у навчанні. Останні дослідження також акцентують увагу на впливі стресових факторів на мотивацію. Зокрема, концепція збереження ресурсів С. Гобфолла пояснює, що в умовах тривалого стресу (зокрема воєнного) знижується здатність до підтримання мотивації через виснаження психічних ресурсів (Климчук & Горбунова, 2024; Shportun et al., 2024).

Серед українських дослідників варто відзначити роботи І. Зимньої, О. Пометун, Н. Морзе, які аналізують мотиваційні аспекти навчальної діяльності в умовах сучасних освітніх трансформацій. Особливу увагу приділено впливу дистанційного навчання, цифровізації освіти та кризових умов на мотиваційну сферу студентів (Дембіцька, 2023).

Отже, сучасні наукові підходи дають змогу розглядати навчальну мотивацію як багатокомпонентне явище, що визначає ефективність навчальної діяльності, особливо в умовах підвищеного стресу та соціальної нестабільності.

**Метою дослідження** є визначення особливостей впливу навчальної мотивації на успішність навчання студентів морських спеціальностей в умовах воєнного стану.

**Результати дослідження.** Навчальна мотивація є ключовим фактором, що визначає ефективність освітнього процесу та рівень академічної успішності студентів. В умовах воєнного стану її роль істотно зростає, оскільки зовнішні обставини ускладнюють навчання і знижують рівень залученості студентів. Вважаємо за необхідне звернути увагу на те, що емоційне напруження і стреси, пов'язані з війною, знижують загальний рівень мотивації, тому успішність значною мірою залежить від адаптаційних здібностей студента.

Згідно з теорією самодетермінації Е. Десі і Р. Раяна, найбільш ефективною є внутрішня мотивація, що базується на інтересі до навчання, прагненні до саморозвитку та усвідомленні значущості професійної діяльності. Для студентів морських спеціальностей це проявляється в прагненні оволодіти компетентностями, необхідними для роботи в складних і відповідальних умовах.

Водночас у період воєнного стану спостерігається посилення впливу зовнішніх факторів, таких як стрес, тривожність, інформаційне перевантаження і нестабільність освітнього середовища. Це може призводити до зниження мотивації, прокрастинації та погіршення навчальних результатів. Важливим чинником підтримання мотивації є організація освітнього процесу. Використання інтерактивних методів навчання, цифрових технологій, практикоорієнтованих завдань сприяє підвищенню інтересу студентів та їхньої активності. Модель ARCS Дж. Келлера дає змогу ефективно конструювати навчальний процес, спрямований на підтримання мотивації. Особливу роль відіграє також розвиток навичок саморегуляції. Студенти, здатні планувати свою діяльність, контролювати емоційні стани й підтримувати навчальну активність, демонструють вищі результати навіть у складних умовах. Дослідження К. Двек показують, що формування настановлення на розвиток сприяє підвищенню стійкості до труднощів і збереженню мотивації. У контексті морської освіти це особливо важливо, оскільки майбутня професійна діяльність передбачає роботу в умовах невизначеності та ризику.

Водночас слід враховувати вплив соціального середовища. Підтримка з боку викладачів, одногрупників і сім'ї сприяє збереженню мотивації та психологічної стійкості студентів. В умовах воєнного стану ця підтримка набуває критичного значення. Практичні дослідження свідчать, що студенти з високим рівнем внутрішньої мотивації демонструють кращі академічні результати, вищий рівень залученості та більшу стійкість до стресу. Натомість домінування зовнішньої мотивації (оцінки, контроль) без підтримки внутрішніх чинників є менш ефективним у довгостроковій перспективі.

Отже, навчальна мотивація виступає ключовим ресурсом забезпечення успішності навчання студентів морських спеціальностей в умовах воєнного стану.

**Висновки.** Навчальна мотивація є визначальним чинником успішності навчання студентів морських спеціальностей, особливо в умовах воєнного стану. Вона забезпечує стійкість до зовнішніх викликів, сприяє активній навчальній діяльності та формує готовність до професійної діяльності в складних умовах. Результати дослідження свідчать про необхідність комплексного підходу до підтримання мотивації студентів, що передбачає вдосконалення освітнього процесу, розвиток навичок саморегуляції, психологічну підтримку і створення сприятливого освітнього середовища. Подальші наукові дослідження мають бути спрямовані на розроблення ефективних методів підвищення навчальної мотивації в умовах кризових ситуацій, що сприятиме підготовці висококваліфікованих фахівців морської галузі та забезпеченню стабільного розвитку держави.

УДК 159.923.2:331.101.3:37.011.3-051

**ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЦІННІСНО-СМИСЛОВОЇ СФЕРИ  
І ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ  
ПРАЦІВНИКІВ ОСВІТНІХ ОРГАНІЗАЦІЙ  
У КОНТЕКСТІ ЕВДЕМОНІСТИЧНОГО ПІДХОДУ**

**О. С. Ковальчук**

*кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології  
Комунального закладу вищої освіти «Дніпровська академія неперервної освіти»  
Дніпропетровської обласної ради, м. Дніпро*

**О. Т. Горіна**

*кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри психології  
Вищого навчального приватного закладу  
«Дніпровський гуманітарний університет», м. Дніпро*

**Актуальність дослідження.** У психології набули визнання два підходи до розуміння психологічного благополуччя – гедоністичний та евдемоністичний, представлені стійкою дихотомією двох протилежних поглядів. Гедоністичний підхід (від грец. *hedone* – насолода) розглядає психологічне благополуччя як суб'єктивний стан щастя, що базується на отриманні задоволення та уникненні болю чи дискомфорту. Натомість евдемоністичний підхід трактує психологічне благополуччя як динамічний процес повноцінного функціонування особистості, що базується на реалізації власного потенціалу, автентичності та дотриманні внутрішніх ціннісних орієнтирів.

**Мета дослідження** – дослідити ціннісно-смыслову сферу і психологічне благополуччя працівників освітніх організацій у контексті евдемоністичного підходу.

**Методика та організація дослідження.** Для реалізації мети використано комплекс діагностичного інструментарію: «Індекс благополуччя ВООЗ-5» (Торр et al., 2015) в адаптації Л. Карамушки, К. Терещенко і О. Креденцер (Карамушка та ін., 2023); «Опитувальник евдемонічного благополуччя» (Waterman et al., 2010) в адаптації О. Ковальчук, О. Добрянської і В. Медяковського (Ковальчук та ін., 2026); методику «Сенс життя» (Steger et al., 2006) в адаптації О. Ковальчук (Ковальчук, 2022), методику «Задоволеність життям» (Diener et al., 1985) в адаптації С. Кузікової, В. Зливкова, С. Лукомської та ін. (Кузікова та ін., 2024). Емпіричну базу дослідження склали працівники освітніх організацій (N=98).

**Результати дослідження.** Аналіз рівнів евдемоністичного благополуччя за методикою QEWB (А. Ватерман) серед працівників освітніх організацій продемонстрував тенденцію до осмисленості професійного буття. Для переважної більшості педагогів (85,7%) характерний високий ступінь евдемонічного благополуччя та залученості в діяльність. Водночас група із середнім рівнем благополуччя (14,3%) становить особливий інтерес для психологічного супроводу. Саме тут «Пошук сенсу», імовірно, має фрустрований характер, що вимагає актуалізації внутрішніх ресурсів особистості для переходу до повної самореалізації. Кореляційний аналіз підтвердив гіпотезу про те, що ціннісно-смыслова сфера є інтегральним складником благополуччя педагогів. Найбільш значущий позитивний зв'язок виявлено між показником «Наявність сенсу» і психологічним благополуччям за К. Ріфф ( $r = 0,62$ ), а також задоволеністю життям ( $r = 0,54$ ). Натомість показник «Пошук сенсу» показав негативну кореляцію з наявністю сенсу ( $r = -0,34$ ) і слабкі негативні зв'язки з іншими параметрами психологічного благополуччя.

**Висновки.** Результати кореляційного аналізу свідчать про те, що психологічне благополуччя працівників освітніх організацій в евдемоністичному контексті залежить від сформованості сенсожиттєвих цінностей. Негативна кореляція між фактором «Пошук сенсу» та іншими параметрами благополуччя вказує на те, що стан тривалої екзистенційної невизначеності виступає чинником психологічної напруженості, проявляється в станах незадоволеності та пошуку нових цінностей, що є стимулом для особистісного зростання. В умовах освітніх організацій необхідно застосовувати не тільки економічне стимулювання (гедоністичний аспект), а й, згідно з евдемоністичним підходом, створювати умови для професійної самореалізації та автономії працівників.

## РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ПЕРСОНАЛУ ОСВІТНІХ ОРГАНІЗАЦІЙ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ

**О. В. Креденцер**

*доктор психологічних наук, професор, провідний науковий співробітник  
лабораторії організаційної та соціальної психології  
Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження** зумовлена зростанням ролі резильєнтності персоналу освітніх організацій в умовах тривалої соціальної нестабільності та воєнних викликів, що супроводжуються підвищенням рівнем професійного стресу, емоційного виснаження та необхідністю постійної адаптації до змін освітнього середовища. Освітні працівники виконують не лише навчальну, а й важливу соціально-психологічну функцію підтримки здобувачів освіти, що посилює вимоги до їхньої психологічної стійкості та здатності ефективно функціонувати в умовах невизначеності. Водночас недостатня розробленість теоретичних підходів до розуміння резильєнтності на робочому місці саме у сфері освіти та обмеженість системних досліджень цього феномену в українському контексті зумовлюють необхідність поглибленого теоретичного аналізу зазначеної проблеми.

**Мета роботи** – здійснити теоретичний аналіз основних підходів до дослідження поняття «резильєнтність на роботі» персоналу освітніх організацій.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Проблематика резильєнтності персоналу освітніх організацій у сучасній організаційній психології концептуалізується крізь призму двох ключових наукових конструктів: «*резильєнтність персоналу на робочому місці*» («*personal resilience in the workplace*») або «*workplace resilience*») і «*резильєнтність учителя*» («*teacher resilience*»).

Що стосується «*резильєнтності персоналу на робочому місці*», то в межах цього напрямку, як правило, застосовуються загальнотеоретичні підходи до розуміння цього феномену з їх подальшою проєкцією на специфіку професійної діяльності в освітніх організаціях. Концептуалізація феномену «резильєнтність на робочому місці» пройшла шлях від статичного опису характеру до динамічної моделі адаптації. Аналіз ключових досліджень дає змогу виокремити стратегічні вектори розуміння цього феномену.

По-перше, «резильєнтність на робочому місці» як найвпливовіший фактор *кар'єрної мотивації* (London, 1983), котрий розглядається як внутрішня структура, що стимулює прийняття рішень і є найбільш значущим драйвером професійного розвитку, дає змогу фахівцям упевнено ставити цілі і йти на обґрунтований ризик.

По-друге, «резильєнтність на робочому місці» як *стійка особистісна риса* (Wagnild & Young, 1993), що базується на сукупності автономії, самооцінки та

внутрішнього локусу контролю, які формують адаптивну здатність індивіда мінімізувати негативний вплив стресорів.

По-третє, «резильєнтність на робочому місці» як *динамічний процес успішної адаптації* (APA, 2018; Cooper et al., 2020), як процес і результат гнучкого пристосування до викликів через ментальну й поведінкову мобільність. Підкреслюється, що це не стабільний стан, а здатність, що вимагає постійної взаємодії індивіда та організації.

По-четверте, «резильєнтність на робочому місці» як *зміцнення майбутньої ефективності та процвітання в умовах складного робочого середовища* (McEwen, 2018). У такому контексті цей конструкт визначається як динамічний стан, що відображає здатність працівника керувати повсякденним робочим стресом, зберігаючи при цьому здоров'я, адаптуючись до змін, навчаючись на помилках і проактивно готуючись до майбутніх викликів.

Досліджуючи резильєнтність на робочому місці в контексті освітнього простору, науковці аналізують її в змістовому полі з «освітньою резильєнтністю (educational resilience)», – тобто стійкість на рівні галузі освіти, під якою розуміють підвищену ймовірність успіху в досягненні освітніх результатів та інших досягнень у житті, незважаючи на негативні впливи середовища (Семенюк, 2024; Borazon, & Chuang, 2023; Wolhuter & Niemczyk, 2024), – і «резильєнтністю освітньої організації», наприклад «резильєнтністю школи» (Креденцер, 2024; Mullen, Shields, & Tienken, 2021), яка визначається як динамічна організаційна здатність освітнього закладу як системи підтримання якості освітнього процесу, збереження інституційної ідентичності та забезпечення благополуччя персоналу й учнів в умовах значних зовнішніх і внутрішніх викликів (криз, реформ, збройних конфліктів). Разом з тим слід підкреслити, що більшість досліджень у цьому контексті мають міждисциплінарний характер.

Що ж до поняття *«резильєнтність учителя (teacher resilience)»*, то аналіз літератури показав, що на сьогодні також є кілька підходів до його визначення, наприклад: «характеристика, яка дає змогу вчителям зберігати свою відданість викладанню і своїй педагогічній практиці, незважаючи на складні умови та невдачі» (Brunetti, 2006), «продуктивно використовуючи енергію для досягнення шкільних цілей за несприятливих умов» (Patterson et al., 2004), «спосіб взаємодії з подіями в середовищі, які активуються та підживлюються в період стресу» (Tait, 2008), «серія конкретних стратегій, які вчителі використовують, коли стикаються з несприятливою ситуацією в школі» (Castro, Kelly, & Shih, 2010), «здатність учителя успішно долати особисті вразливості та стресові фактори навколишнього середовища» (Oswald, Johnson, & Howard, 2003), «процес здатності до або результату позитивної адаптації і постійної професійної відданості та зростання в складних умовах» (Beltman, & Mansfield, 2018). Особливістю наведених визначень є те, що стійкість учителів стосується того, наскільки вони здатні зберігати позитивні якості перед обличчям низки викликів, тиску і вимог, пов'язаних з їхньою роботою, з огляду на те, що різні захисні та ризикові фактори посилюють або блокують стійку поведінку вчителів.

**Висновки.** Отже, здійснений теоретичний аналіз засвідчив, що резильєнтність персоналу освітніх організацій є багатовимірним і динамічним феноменом, який концептуалізується у двох взаємопов'язаних площинах – як резильєнтність на робочому місці і як резильєнтність учителя. Водночас специфіка освітнього середовища зумовлює необхідність подальшого уточнення теоретичних моделей і розроблення прикладних підходів до розвитку резильєнтності освітнього персоналу як важливої умови їхньої професійної ефективності та професійного благополуччя.

УДК 159.923:159.942:378

## **ДОСЛІДЖЕННЯ ГЛИБИНИ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКІВ МІЖ РІВНЯМИ ПРОЯВУ ПАРАМЕТРІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ**

**О. Г. Кудряков**

*аспірант, Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського, м. Київ*

**О. В. Винославська**

*кандидат психологічних наук, професор, Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Підтримання психологічного благополуччя студентів технічних спеціальностей в умовах війни є важливою умовою збереження їхнього психічного здоров'я. При цьому дослідження глибини взаємозв'язків між рівнями прояву параметрів психологічного благополуччя має допомогти в розробленні програми розвивальних впливів на ці параметри.

**Мета дослідження** – перевірити глибину взаємозв'язків між рівнями прояву параметрів психологічного благополуччя студентів технічних спеціальностей.

**Методика та організація дослідження.** У дослідженні, яке проводилося в КПІ імені Ігоря Сікорського у 2024–2025 роках, взяли участь студенти десяти технічних факультетів – загалом 297 осіб. Їм запропонували оцінити рівень параметрів їхнього психологічного благополуччя за Шкалою психологічного благополуччя (Ryff, 1989). Далі числові значення інтенсивності прояву параметрів психологічного благополуччя було віднесено до низького, середнього або високого рівня. Після цього за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона  $r$  (SPSS tutorials, 2026) досліджувалися взаємозв'язки між рівнями прояву параметрів психологічного благополуччя студентів.

**Результати дослідження.** Аналіз результатів проведеного кореляційного аналізу не виявив значущих і глибоких взаємозв'язків між низькими і середніми рівнями прояву параметрів психологічного благополуччя студентів. Проте було визначено певні помірні зв'язки і деякі тенденції. Зокрема, у процесі аналізу

взаємозв'язків між низькими рівнями прояву параметрів психологічного благополуччя зафіксовано помірні зв'язки між параметрами «позитивні відносини» і «управління середовищем» ( $r = 0.447$ ), «автономія» і «особистісний ріст» ( $r = 0.377$ ), «управління середовищем» і «самоприйняття» ( $r = 0.396$ ), «особистісне зростання» і «цілі в житті» ( $r = 0.350$ ), а також тенденції до взаємовпливу між параметрами «позитивні відносини» і «цілі в житті» ( $r = 0.241$ ), «позитивні відносини» і «самоприйняття» ( $r = 0.289$ ), «автономія» і «цілі в житті» ( $r = 0.259$ ), «управління середовищем» і «цілі в житті» ( $r = 0.224$ ), «цілі в житті» і «самоприйняття» ( $r = 0.280$ ).

Що ж до взаємозв'язків між середніми рівнями прояву параметрів психологічного благополуччя, то зафіксовано помірні зв'язки між параметрами «позитивні відносини» і «управління середовищем» ( $r = 0.378$ ), «цілі в житті» і «самоприйняття» ( $r = 0.347$ ), а також тенденції до взаємовпливу між параметрами «позитивні відносини» і «цілі в житті» ( $r = 0.213$ ), «позитивні відносини» і «самоприйняття» ( $r = 0.225$ ), «управління середовищем» і «цілі в житті» ( $r = 0.221$ ), «управління середовищем» і «самоприйняття» ( $r = 0.250$ ), «особистісне зростання» і «цілі в житті» ( $r = 0.264$ ).

Водночас аналіз взаємозв'язків між високими рівнями прояву параметрів психологічного благополуччя засвідчив глибокий взаємовплив між параметрами «управління середовищем» і «цілі в житті» ( $r = 0.779$ ), значущий взаємовплив між параметрами «особистісне зростання» і «цілі в житті» ( $r = 0.509$ ), «цілі в житті» і «самоприйняття» ( $r = 0.545$ ), а також помірний взаємовплив між параметрами «позитивні відносини» і «управління середовищем» ( $r = 0.462$ ), «позитивні відносини» і «особистісне зростання» ( $r = 0.400$ ), «позитивні відносини» і «цілі в житті» ( $r = 0.423$ ), «позитивні відносини» і «самоприйняття» ( $r = 0.438$ ), «управління середовищем» і «особистісне зростання» ( $r = 0.410$ ), «управління середовищем» і «самоприйняття» ( $r = 0.436$ ), «особистісне зростання» і «самоприйняття» ( $r = 0.371$ ).

**Висновки.** Виявлені взаємозв'язки між параметрами психологічного благополуччя слід враховувати в програмах психологічної підтримки студентів.

УДК 159.922:37

## ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ПЕРСОНАЛУ ОСВІТНІХ ОРГАНІЗАЦІЙ

**В. І. Лагодзінська**

*кандидат психологічних наук,*

*старший науковий співробітник лабораторії організаційної та соціальної психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Одним із визначальних чинників підтримання психоемоційної стійкості та збереження суб'єктивного благополуччя фахівців в умовах кризи є емоційний інтелект, що інтегрує

здатність усвідомлювати, розуміти та регулювати власні емоції й емоції інших людей. Емоційний інтелект як здатність до розуміння та управління емоціями – професійно важлива якість сучасного освітянина. Науковці зазначають, що цілеспрямований розвиток його складників можливий протягом усього життя (Зарицька, 2023; Лящ, 2020; Носенко, 2021).

У контексті сучасних викликів, пов'язаних із підвищеним рівнем емоційного напруження, тривожності та стресу, зростає інтерес до вивчення емоційного інтелекту як ресурсу, що впливає на суб'єктивне благополуччя особистості. В освітньому середовищі це питання набуває особливої актуальності, оскільки педагоги працюють в умовах значного емоційного навантаження, що вимагає розвитку навичок емоційної саморегуляції та ефективної міжособистісної взаємодії. Актуальність означеної проблеми зумовлює необхідність теоретичного аналізу психологічних умов розвитку емоційного інтелекту персоналу освітніх організацій.

Отже, актуальність теми дослідження і її недостатнє наукове пропрацювання зумовили **мету нашого дослідження** – здійснити теоретичний аналіз та окреслити психологічні умови розвитку емоційного інтелекту персоналу освітніх організацій.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Теоретичний аналіз показав, що емоційний інтелект розглядають здебільшого як інтегративну характеристику особистості, що охоплює здатність до усвідомлення, розуміння та регулювання емоцій. Емоційний інтелект тісно пов'язаний із процесами саморегуляції в професійній діяльності, що проявляється в здатності контролювати власні емоції, ефективно реагувати на стресові ситуації та адаптуватися до змін (Сафін, Джулай, & Горенко, 2022; Тесленко & Тесленко, 2024).

Визначено, що розвиток емоційного інтелекту персоналу освітніх організацій зумовлюється низкою психологічних умов, серед яких:

- розвиток рефлексивних умінь, здатності усвідомлювати й аналізувати власні емоційні стани, що сприяє підвищенню здатності до емоційної саморегуляції (Лавриченко, 2022);
- сформованість навичок емоційної саморегуляції як ключова умова ефективної професійної діяльності та подолання стресу (Сафін, Джулай, & Горенко, 2022);
- усвідомлення значущості емоційної сфери в професійній діяльності як важливої компетентності педагогічної практики (Степанова, 2023);
- сприятливий соціально-психологічний клімат у колективі як чинник підтримання позитивних міжособистісних взаємодій та емоційної компетентності (Пантюк та ін., 2024; Рідкодубська, 2025).

З'ясовано, що розвиток емоційного інтелекту може здійснюватися засобами психологічного супроводу, зокрема через тренінгові форми роботи, інтерактивні методи навчання та активізацію процесів саморозвитку особистості.

**Висновки.** Узагальнено теоретичні підходи до проблеми емоційного інтелекту та окреслено психологічні умови його розвитку у персоналу освітніх

організацій. Показано значущість емоційного інтелекту як ресурсу підтримання психологічного благополуччя в умовах підвищеного стресу. Наведені положення можуть бути використані в подальших наукових дослідженнях зазначеної проблеми.

УДК 159.9:613.86-053.6:355.01

## **АВТОНОМНІСТЬ ЯК РЕСУРС ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ МОЛОДІ В УМОВАХ ВІЙНИ**

**К. С. Павленок**

*доктор філософії (PhD) з психології, доцент, доцент кафедри практичної психології психічного здоров'я, ІППО НУ «Львівська політехніка» м. Львів*

**Актуальність дослідження.** В умовах війни молодь перебуває під впливом тривалого стресу, невизначеності та порушення звичних умов життєдіяльності. Особливо вразливою є студентська молодь, зокрема ті її представники, які поєднують навчання із самозабезпеченням, мають обмежену соціальну підтримку або змушені функціонувати в умовах постійної адаптації до нових життєвих обставин. За таких умов особливого значення набуває автономність як здатність особистості діяти на основі внутрішньо прийнятих цінностей, цілей і смислів. У межах теорії самодетермінації автономність розглядається як базова психологічна потреба, пов'язана із психологічним благополуччям, внутрішньою узгодженістю та адаптивним функціонуванням особистості (Ryan & Deci, 2000). Дослідження засвідчують, що автономність знижує чутливість до зовнішнього тиску, сприяє більш адаптивному переживанню стресу та виконує буферну функцію щодо розвитку психоемоційного неблагополуччя (Weinstein & Ryan, 2011). Особливої уваги потребують субклінічні прояви психоемоційних порушень, оскільки вони не досягають рівня клінічного діагнозу, але вже негативно впливають на самопочуття, навчальну діяльність і повсякденне функціонування молоді (Campo, 2012; Cuijpers & Smit, 2008).

**Мета дослідження** полягає в теоретичному обґрунтуванні ролі автономності як ресурсу збереження психоемоційного благополуччя молоді в умовах війни та визначенні можливостей її підтримання як засобу профілактики субклінічних проявів тривоги, депресивності, дистресу й емоційного виснаження.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Теоретичний аналіз показав, що автономність у стресових ситуаціях підтримує саморегуляцію, суб'єктну активність та адаптаційний копінг (Ryan & Deci, 2000; Weinstein & Ryan, 2011). Це дає підстави розглядати її як важливий психологічний ресурс, що знижує ризик формування тривожних, депресивних і виснажувальних проявів. Встановлено, що субклінічний рівень психоемоційних порушень

охоплює легку або помірну тривогу, депресивні прояви, дистрес, порушення сну та функціональні соматичні симптоми (Campo, 2012; Cuijpers & Smit, 2008). У сучасних дослідженнях наголошується, що саме студентська молодь в умовах війни є групою підвищеного ризику щодо таких порушень, оскільки зазнає поєданого впливу навчального навантаження, соціально-економічної нестабільності та дефіциту підтримки (Пономаренко & Сидоренко, 2025; Ткачишина, 2025; Polyvianaia et al., 2025). Водночас обґрунтовано, що підтримання автономності може бути ефективним напрямом ранньої психопрофілактики. Позитивний потенціал у цьому контексті мають короткотривалі програми, що поєднують психоедукацію, майндфулнес, підходи терапії прийняття та відповідальності (АСТ-підходи) і засоби тілесної саморефлексії, оскільки вони сприяють розвитку саморегуляції, психологічної гнучкості та внутрішнього авторства власних дій (Gallo et al., 2023; Grégoire et al., 2018; Ntoumanis et al., 2021; Viskovich & Pakenham, 2020).

**Висновки.** Отже, автономність є значущим особистісним ресурсом збереження психоемоційного благополуччя молоді в умовах війни. Вона знижує вразливість до зовнішнього тиску і пов'язана з кращою саморегуляцією та адаптаційним копінгом, що зменшує ризик субклінічних проявів тривоги, депресивності та емоційного виснаження. Практичне значення отриманих результатів полягає в можливості їх використання для розроблення короткотривалих програм психологічної підтримки молоді в закладах вищої освіти, у системі психосоціального супроводу та профілактичної роботи. Такі програми доцільно орієнтувати на розвиток автономності через психоедукацію, майндфулнес, АСТ-підходи і тілесно-рефлексивні практики.

УДК 159.922.8:355.01(477)

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВІЙНИ**

**І. О. Супрун**

*аспірант Інституту соціальної та політичної психології НАПН України,  
м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Російська агресія проти України спричинила суттєві соціальні й психологічні трансформації, які впливають на всі сфери життєдіяльності суспільства. Особливо вразливою соціальною групою в цих умовах є студентська молодь, яка перебуває на етапі активного особистісного становлення, професійного самовизначення та соціальної інтеграції. Поєднання освітніх завдань з необхідністю адаптації до умов воєнної небезпеки, психологічного напруження, невизначеності майбутнього та соціальних змін створює додаткові стресові навантаження для молоді.

У таких умовах особливої ваги набувають внутрішні психологічні ресурси особистості, що забезпечують її здатність протистояти негативним впливам і зберігати ефективність діяльності. Одним із ключових ресурсів психологічної стійкості є резильєнтність. У сучасній психології резильєнтність розглядають як інтегральну характеристику особистості, що відображає її здатність адаптуватися до несприятливих життєвих обставин, долати стресові впливи та відновлювати психологічну рівновагу. У контексті воєнних подій дослідження психологічних чинників резильєнтності студентської молоді набуває особливої наукової і практичної значущості.

**Метою дослідження** є теоретичний аналіз психологічних чинників резильєнтності студентської молоді як особистісного ресурсу, що забезпечує психологічну стійкість, здатність до подолання стресових впливів в умовах російської агресії.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Феномен резильєнтності впродовж останніх десятиліть активно досліджують у межах сучасної психологічної науки. Значний внесок у розроблення цієї проблематики зробили як зарубіжні, так і вітчизняні дослідники (Данилюк та ін., 2024; Кокун, 2020; Кузікова & Щербак, 2023; Лазос, 2018; Чиканцова, 2021; Ackley, 2016; Kukreja et al., 2024; Lopez-Zafra et al., 2019; Masten, 2014; O'Connor et al., 2021 та ін.).

Аналіз наукових підходів засвідчує, що резильєнтність розглядають як комплексну характеристику особистості, що формується під впливом взаємодії індивідуально-психологічних, соціальних та середовищних чинників. Її сутність полягає в здатності людини ефективно долати несприятливі життєві обставини, зберігати психологічну стабільність та відновлювати продуктивне функціонування після впливу стресових подій.

Результати метааналізів (Лазос, 2018; Masten, 2014; Richardson, 2002) свідчать, що до ключових детермінант резильєнтності належать особистісні ресурси, соціальна підтримка, когнітивні стратегії інтерпретації подій та ефективні способи подолання стресу. Важливими психологічними чинниками формування резильєнтності є локус контролю, рівень розвитку саморегуляції, особливості емоційної сфери та копінг-стратегії особистості.

Особливу увагу сучасні дослідження приділяють ролі емоційного інтелекту у формуванні психологічної стійкості. Зокрема, встановлено, що здатність людини усвідомлювати, розуміти й регулювати власні емоції позитивно пов'язана з рівнем резильєнтності та сприяє підвищенню психічного благополуччя і задоволеності життям (O'Connor et al., 2021; Ramos-Díaz et al., 2019).

Крім того, результати сучасних досліджень свідчать, що резильєнтність може виконувати функцію медіатора між емоційним інтелектом і психологічним добробутом особистості. Так, за допомогою структурного моделювання встановлено, що резильєнтність опосередковує взаємозв'язок між емоційним інтелектом і академічним стресом, сприяючи зниженню негативного впливу стресових факторів на психоемоційний стан студентів (Gilar-Corbi et al., 2025).

**Висновки.** Отже, результати теоретичного аналізу дають підстави розглядати резильєнтність студентської молоді як складне багатовимірне особистісне утворення, яке забезпечує здатність людини протистояти стресовим впливам, адаптуватися до складних життєвих обставин та відновлювати психологічну рівновагу. Детермінанти резильєнтності мають комплексний характер й охоплюють індивідуально-психологічні, психоемоційні, соціальні та середовищні чинники.

Встановлено, що емоційний інтелект може виступати важливим предиктором і медіатором розвитку резильєнтності, оскільки здатність усвідомлювати, регулювати й конструктивно використовувати емоції сприяє ефективному подоланню стресових ситуацій і підтриманню психоемоційного благополуччя.

В умовах війни проблема розвитку резильєнтності студентської молоді набуває особливої актуальності, оскільки психологічна стійкість є важливим чинником збереження психічного здоров'я та успішної адаптації до нових соціальних та освітніх умов. Практичне значення отриманих результатів полягає в можливості їх використання під час розроблення психологічних тренінгів, програм психоемоційної підтримки студентів, а також освітніх програм, спрямованих на розвиток емоційної саморегуляції, ефективних копінг-стратегій і зміцнення психологічних ресурсів молоді в кризових умовах.

УДК 159.922.7:376

## **РОЗВИТОК УВАГИ І ПАМ'ЯТІ У ДІТЕЙ З ІНКЛЮЗИВНИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ**

**А. О. Унгул**

*магістр спеціальності С4 – Психологія*

*Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького,  
м. Черкаси*

**Т. В. Богдан**

*кандидат психологічних наук, доцент*

*Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького,  
м. Черкаси*

**Актуальність дослідження.** У сучасних умовах реформування системи освіти України особливої ваги набуває питання забезпечення рівного доступу до якісної освіти для всіх дітей, зокрема й для тих, хто має особливі освітні потреби. Одним із ключових напрямів розвитку освіти стало впровадження інклюзивного навчання, спрямованого на формування умов для навчання, розвитку та соціалізації кожної дитини незалежно від її спроможностей і потреб. Ця концепція передбачає створення освітнього середовища, у якому всі

учні отримують рівні можливості для здобуття якісної освіти та успішної інтеграції в суспільство. Проблеми впровадження інклюзивного навчання та забезпечення рівного доступу до освіти для дітей з особливими освітніми потребами досліджували такі вчені, як Дж. Айрес (2022), С. Бадер (2016), В. Засенко (2024), Т. Ілляшенко (2017), А. Колупаєва (2021), Т. Кузнецова (2020), І. Луценко (2013), В. Ляхова (2021), К. Осторовська (2017), Н. Пахомова (2019), Л. Прохоренко (2019) та ін.

**Мета дослідження** – проаналізувати особливості розвитку уваги та пам'яті у дітей з інклюзивними освітніми потребами.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** На думку вчених, особливого значення в цьому процесі набуває розвиток пізнавальних психічних функцій, таких як увага та пам'ять, що є основою для успішного навчання і засвоєння знань. Так, Дж. Айрес (2022) вважає, що увага як психічний процес забезпечує концентрацію свідомості на певних об'єктах чи діях, а також сприяє вибірковому сприйманню інформації та її ефективному застосуванню. Основними характеристиками уваги є її концентрація, обсяг, стійкість, переведення й розподіл. Т. Ілляшенко (2017) зазначає, що у дітей з особливими освітніми потребами часто спостерігаються труднощі у сфері уваги, зокрема нестабільність, знижена здатність до концентрації, складнощі з переведенням уваги і зменшений її обсяг. Такі особливості можуть ускладнювати навчальні процеси, призводячи до швидкої втомлюваності й відволікання.

На думку дослідників, ще одним важливим пізнавальним процесом є пам'ять, яка відповідає за накопичення, збереження і відтворення інформації. Пам'ять сприяє засвоєнню нових знань та їх застосуванню у практичній діяльності. Її основними елементами є запам'ятовування, збереження і забування інформації. У дітей з особливими освітніми потребами часто виникають труднощі з довільним запам'ятовуванням, зменшеним обсягом пам'яті та уповільненим відтворенням інформації. Такі діти зазвичай краще опановують матеріал у наочній або ігровій формі чи за умови підвищеної зацікавленості.

Індивідуальні особливості розвитку дітей і тип освітніх порушень зумовлюють специфіку роботи з ними в навчальному середовищі. Тому важливо забезпечити застосування ефективних методик і прийомів, які сприятимуть розвитку їхніх пізнавальних здібностей. Серед таких методів варто виділити використання наочності, ігрових підходів у навчанні, поступового пояснення матеріалу, регулярного повторення й індивідуального підходу до кожного учня. Крім того, для об'єктивної оцінки рівня розвитку уваги й пам'яті застосовуються спеціальні психодіагностичні методики: наприклад, тест «Запам'ятай 10 слів» допомагає дослідити обсяг і стійкість пам'яті, таблиці Шульце – рівень концентрації уваги, а методика «Знайди та викресли» дає змогу виявити вибірковість і стійкість уваги.

**Висновки.** Отже, забезпечення високого рівня розвитку уваги та пам'яті має ключове значення для успішного навчання дітей, зокрема тих, хто має особливі освітні потреби. Зважаючи на їхні специфічні труднощі – від нестійкості уваги до зменшеного обсягу пам'яті, педагогам важливо

організовувати навчальний процес із урахуванням цих особливостей. Формування сприятливого освітнього середовища в поєднанні із застосуванням адаптованих психолого-педагогічних методів може суттєво посприяти інтелектуальному розвитку таких дітей і їх соціальній інтеграції.

УДК 159.972:159.922.8:159.944:355.01

## **ІГРОВА ЗАЛЕЖНІСТЬ У ПІДЛІТКІВ ЯК ФОРМА АДАПТАЦІЇ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

**В. С. Фігун**

*студентка 1-го курсу магістратури за спеціальністю С4 – Психологія  
Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького,  
м. Черкаси*

**Актуальність дослідження.** Сучасне суспільство в умовах воєнного стану характеризується соціальними, економічними й культурними трансформаціями, що супроводжуються підвищенням рівнем невизначеності та психоемоційного напруження. У таких умовах особливо вразливою категорією населення є підлітки, які перебувають у процесі становлення особистості та формування системи цінностей.

У світі, який вже неможливо уявити без інтернету, безлічі мобільних додатків, онлайн-ігор, доступних інтернет-джерел інформації, усе це зумовило появу нових форм адиктивної поведінки, серед яких важливе місце посідає ігрова залежність. Підлітковий вік як критичний період онтогенезу характеризується емоційною нестабільністю, кризою ідентичності та підвищеною чутливістю до соціальних впливів, що підсилює ризик формування залежних форм поведінки, зокрема ігрової залежності.

**Мета дослідження** – теоретичний аналіз феномену ігрової залежності у підлітків в умовах воєнного стану.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** У результаті теоретичного аналізу встановлено, що ігрова залежність є складним багатовимірним явищем, яке поєднує психологічні, соціальні та культурні аспекти. Ігрова залежність – це стан, коли підліток віддає перевагу грі над іншими соціальними або особистими інтересами, що може призвести до шкідливих наслідків для його здоров'я та життя (Козира, 2023).

Визначено, що: ігрова діяльність виконує компенсаторну функцію, уможливаючи реалізацію потреб у спілкуванні, самоствердженні та емоційному розвантаженні; віртуальне середовище створює умови для формування альтернативної реальності, що сприяє уникненню життєвих труднощів; провідним механізмом розвитку залежності є фіксація на діяльності як способі зміни психоемоційного стану (Сахно, 2024).

У процесі гри виникають різноманітні приємні відчуття, як-от розслаблення, зняття емоційної напруженості, унаслідок чого гра сприймається як приємне проведення часу. Тому на основі цих відчуттів може розвинутися залежність (Козира, 2023).

Основними чинниками формування ігрової залежності є: дефіцит емоційних і теплих стосунків у сім'ї; труднощі соціальної адаптації та комунікації; брак альтернативних видів діяльності; індивідуально-психологічні особливості.

**Висновки.** Ігрова залежність у підлітків є багатоаспектним явищем, яке потребує значної уваги з боку батьків, психологів, педагогів, особливо в умовах воєнного стану. Практичне значення результатів дослідження полягає в можливості їх використання: у роботі практичних психологів для діагностики ігрової залежності; для програм психопрофілактики і психокорекції ігрової залежності; у роботі з батьками щодо створення сприятливого емоційного клімату в сім'ї; в освітньому середовищі для розвитку навичок саморегуляції та конструктивних копінг-стратегій у підлітків.

УДК 159.923.2:613.86-057.875:[378.011.3-051:004]:316.485.26

## **НАПРЯМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ФОРМУВАННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я І БЛАГОПОЛУЧЧЯ МАЙБУТНІХ ВИКЛАДАЧІВ ІТ-ТЕХНОЛОГІЙ У КРИЗОВИХ УМОВАХ ВІЙНИ**

**І. А. Чаусов**

*здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти, старший викладач кафедри психології та особистісного розвитку ННІМП ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Повномасштабна війна в Україні спричинила суттєві трансформації в системі вищої освіти, що особливо позначаються на підготовці майбутніх викладачів ІТ-технологій. Вони опинилися в складних умовах: поряд зі стресогенними чинниками воєнного часу необхідно адаптуватися до стрімких змін у технологічному середовищі, зростання вимог до цифрової компетентності та нових форматів дистанційного навчання (Brooks et al., 2020). Психологічне напруження, інформаційне перевантаження і невизначеність професійних перспектив підвищують ризик емоційного виснаження та порушень психічного здоров'я здобувачів вищої освіти. Окремі дослідження фіксують специфічні ризики для майбутніх педагогів технологічних спеціальностей, зокрема технострес і цифрове вигорання (Цибуляк, Пастухова, & Коваленко, 2023).

У сучасній психології дедалі більшого значення набуває концепція психологічного супроводу як системної підтримки особистості в процесі професійного становлення. Він розглядається не лише як реагування на

труднощі, а як проактивна стратегія розвитку особистісних ресурсів і психологічної стійкості здобувачів освіти (Максименко, 2018).

Отже, зростання психоемоційних викликів у підготовці педагогів технологічного профілю актуалізує необхідність розроблення системних моделей психологічного супроводу, спрямованих на розвиток особистісних ресурсів і підтримання психологічного благополуччя майбутніх викладачів ІТ-технологій.

**Мета дослідження** – здійснити теоретичний аналіз напрямів психологічного супроводу формування психічного здоров'я та благополуччя майбутніх викладачів ІТ-технологій в умовах воєнних викликів.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Аналіз наукових джерел дав змогу виокремити провідні напрями психологічного супроводу майбутніх викладачів ІТ-технологій у кризових умовах.

*Психодіагностичний напрям* передбачає систематичне дослідження психологічного стану здобувачів, рівня тривожності, ознак емоційного виснаження і травматичних реакцій. Своєчасна діагностика дає змогу виявляти групи ризику та диференціювати форми психологічної допомоги відповідно до індивідуальних потреб (Бондарчук, 2020).

*Розвивальний і психопрофілактичний напрям* охоплює тренінгові програми розвитку резильєнтності, емоційної саморегуляції та конструктивних копінг-стратегій. Особлива увага приділяється профілактиці професійного вигорання і формуванню навичок відновлення після стресу (Gross, 2015; Savchyn, 2018).

*Психоосвітній напрям* передбачає просвітницьку роботу з питань психічного здоров'я, психогігієни, технік самопомоги та управління цифровим стресом. Такі заходи сприяють формуванню культури дбайливого ставлення до власних психологічних ресурсів і розвитку навичок самопомоги (Титаренко, 2019).

*Соціально-підтримувальний напрям* пов'язаний з організацією груп взаємопідтримки, менторських програм, командних форматів роботи і супервізійного супроводу практичної підготовки. Професійна спільнота сприяє зниженню відчуття ізоляції та підтримує мотивацію до навчання (Brooks et al., 2020).

*Смисловий та ідентифікаційний напрям* спрямований на підтримання процесів професійного самовизначення, формування педагогічної ідентичності та усвідомлення особистісного смислу педагогічної діяльності. Наявність життєвих цілей і смислів є важливим компонентом психологічного благополуччя (Ruff, 2014).

**Висновки.** Психологічний супровід формування психічного здоров'я майбутніх викладачів ІТ-технологій в умовах воєнних викликів має ґрунтуватися на комплексній моделі, що поєднує психодіагностичний, розвивальний, психоосвітній, соціально-підтримувальний, смисловий та ідентифікаційний напрями. Така модель забезпечує актуалізацію внутрішніх ресурсів особистості (резильєнтність, саморегуляція, смислова спрямованість) і зовнішніх ресурсів (соціальна підтримка, освітнє середовище, професійна

спільнота). Упровадження визначених підходів сприятиме зміцненню психологічного благополуччя майбутніх викладачів ІТ-технологій і підвищенню готовності до професійної діяльності в умовах воєнного часу й післявоєнного відновлення країни.

УДК 159.944:613.86-057.11:37

## **ПІДТРИМКА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПРАЦІВНИКІВ СИСТЕМИ ОСВІТИ**

**Т. В. Чаусова**

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології та особистісного розвитку ННІМП ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України,  
м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Збройна агресія проти України поставила педагогічних працівників перед безпрецедентними викликами, що кардинально змінили умови їхньої професійної діяльності. Педагоги не мають можливості відсторонитися від виконання своїх обов'язків навіть в умовах гострого особистого переживання воєнних подій: вони змушені щодня забезпечувати освітній процес, емоційно підтримувати вихованців і зберігати зовнішню стабільність, незважаючи на власну тривогу, втрати і невизначеність. Така ситуація хронічного перенапруження створює сприятливі умови для розвитку посттравматичних реакцій, психосоматичних порушень і стійкого зниження якості життя педагогів (Masten, 2021).

Проблема психічного здоров'я фахівців освітньої галузі набуває особливої актуальності у світлі концепції вторинної травматизації: регулярний контакт із дитячим стражданням і травматичними наративами учнів поступово руйнує власні психологічні захисти педагога, формуючи специфічний синдром виснаження співчуття (Figley, 1995). Водночас дослідники наголошують, що психологічно здоровий педагог є не лише більш ефективним фахівцем, а й потужним захисним чинником для психічного здоров'я учнів, оскільки транслює моделі стресостійкої поведінки та формує атмосферу психологічної безпеки в класі (Luthar & Cicchetti, 2000). Вітчизняні науковці підкреслюють, що в умовах воєнного стану збереження психічного здоров'я педагогічних кадрів є не лише гуманістичним пріоритетом, а й стратегічним завданням системи освіти (Москаленко, 2021; Піроженко, 2022).

**Мета дослідження** – визначити й теоретично обґрунтувати ключові чинники і практичні напрями підтримання психічного здоров'я й психологічного благополуччя педагогічних працівників в умовах тривалого воєнного конфлікту.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Проведений аналіз наукової літератури дав змогу встановити, що психічне здоров'я педагогічних

працівників у кризових умовах визначається балансом між стресогенним навантаженням і доступними захисними чинниками як особистісного, так і організаційного рівня.

На рівні особистісних чинників особливого значення набуває психологічна гнучкість – здатність адаптивно перебудувати поведінкові стратегії відповідно до мінливих обставин без втрати ціннісної орієнтації (Hayes et al., 2006). Не менш важливою є здатність до самоспівчуття, що передбачає доброзичливе ставлення до власних переживань і помилок та виступає потужним чинником профілактики вигорання у представників допомагальних професій (Neff, 2003). Суттєву роль відіграють також усвідомленість як практика присутності в теперішньому моменті, що знижує румінацію та тривожність, і здатність до відновлення через відпочинок, творчість та значущі міжособистісні контакти (Shapiro et al., 2005).

На організаційному рівні визначальним чинником є характер управлінської культури закладу освіти: трансформаційне лідерство керівника, що поєднує стратегічне бачення з емпатійним ставленням до потреб педагогічного колективу, суттєво знижує рівень вигорання серед персоналу (Leithwood & Beatty, 2008). Принципово важливим є також запровадження системи регулярного колегіального обговорення складних ситуацій у форматі балінтівських груп та інтервізії, що дає педагогам змогу опрацьовувати накопичений емоційний матеріал у безпечному фаховому середовищі. Вітчизняні дослідники акцентують увагу на необхідності формування культури психологічної підтримки всередині педагогічного колективу, за якої звернення по допомогу сприймається не як ознака слабкості, а як прояв професійної відповідальності (Кісарчук, 2021; Чепелева, 2020).

**Висновки.** Ефективна підтримка психічного здоров'я та психологічного благополуччя педагогічних працівників в умовах воєнного часу можлива за умови поєднання цілеспрямованого розвитку особистісних захисних ресурсів із системними змінами в організаційній культурі закладів освіти та державній підтримці галузі. Упровадження таких програм сприятиме збереженню кадрового потенціалу освітньої системи та підвищенню її стійкості в умовах тривалої кризи.

## РОЗДІЛ 3

# ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ТА БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПЕРСОНАЛУ ОРГАНІЗАЦІЙ У СФЕРІ ПІДПРИЄМНИЦТВА І БІЗНЕСУ ТА ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ГОТОВНОСТІ ДО ПІДПРИЄМНИЦТВА

УДК 334.012.23:658.013

## ЖИВА КОРПОРАТИВНА КУЛЬТУРА ЯК СИСТЕМА УПРАВЛІННЯ БІЗНЕСОМ І ПРИБУТКОМ В УМОВАХ ВІЙНИ

**В. Арнаутова**

*кандидат психологічних наук, коуч лідерства та організаційного розвитку,  
м. Київ*

**Актуальність дослідження.** В умовах війни, невизначеності та виснаження людського ресурсу корпоративна культура перестає бути лише питанням атмосфери чи формально задекларованих цінностей. Вона стає реальною системою управління бізнесом, оскільки саме через якість взаємодії, довіри, відповідальності та узгодженості рішень організація або зберігає швидкість, продуктивність і прибутковість, або втрачає ресурси через конфлікти, хаос, управлінські помилки, вигорання працівників і зниження лояльності клієнтів. Теоретико-методологічною основою дослідження є підходи організаційної психології, системного мислення, теорії складних адаптивних систем, теорії функціональних систем і сучасні уявлення нейронауки про вплив емоційного стану, мотивації й психологічної безпеки на ухвалення рішень, комунікацію і командну результативність.

**Мета дослідження** – теоретичне обґрунтування поняття «жива корпоративна культура» як системи управління бізнесом, прибутком та організаційним благополуччям в умовах війни, а також опис практичної моделі її впровадження в командах і бізнес-організаціях.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Організацію доцільно розглядати як живу систему, у якій результат залежить не лише від процесів, функцій і ресурсів, а й від якості відносин, ролей, цінностей, емоційних станів і комунікацій між людьми. Будь-яке порушення у взаємодії впливає на управлінські рішення, швидкість виконання завдань, рівень довіри, емоційний стан працівників і якість сервісу для клієнтів.

Нездорові комунікації проявляються в низькій результативності, неефективних нарадах, спотворенні інформації, конфліктах між підрозділами,

емоційному вигоранні, нездоровій конкуренції та зниженні лояльності працівників. Особливо вразливим у кризових умовах є управлінський рівень: менеджмент може втрачати загальне бачення ситуації, діяти роз'єднано, уникати ризикованих рішень і надмірно занурюватися в контроль замість стратегічного управління.

У межах запропонованого підходу виділено сім деструктивних моделей командної взаємодії: брак спільної мети; непроговорені очікування; уникнення складних розмов; викривлення інформації та маніпуляції; ілюзія очевидності домовленостей; перекладання відповідальності; відмова у праві на помилку. Кожній із цих моделей відповідає зцілювальна домовленість: спільна мета, прийняття і ненасильницька взаємодія, відкритість, чесність, гнучка опора, відповідальність, особиста практика.

Жива корпоративна культура формується тоді, коли ці домовленості стають щоденною практикою команди. Вона передбачає узгоджене бачення результату, безпечний простір для чесної комунікації, здатність проговорювати напруження, ясність ролей і відповідальності, конструктивне ставлення до помилок та спрямованість на розвиток.

Важливим інструментом діагностики й супроводу змін може бути AgileBrain як підхід до оцінювання емоційних потреб і стану команди. Він дає змогу виявляти не лише раціональні управлінські проблеми, а й глибинні емоційні чинники, що впливають на взаємодію: потребу в безпеці, автономії, визнанні, залученості, справедливості, успіху, етиці, турботі й потенціалі.

Практична модель створення живої корпоративної культури може передбачати зустріч із замовником, діагностику команди, постановку командної мети, серію командних сесій, роботу з реальними бізнес-кейсами і презентацію результатів для замовника. Доцільними форматами роботи є командний коучинг, соціально-психологічний тренінг, AgileBrain-оцінювання, стратегічні сесії та аналіз кейсів.

**Висновки.** Жива корпоративна культура є важливим складником психологічного забезпечення здоров'я, благополуччя та ефективності організації в умовах війни. Вона поєднує управлінський, психологічний і системний підходи, дає змогу розглядати культуру як практичний механізм впливу на рішення, поведінку, комунікацію, мотивацію і результативність.

Практичне використання запропонованої моделі можливе в бізнесі, державному секторі, громадських організаціях і командах, що працюють у кризових умовах. Її впровадження може сприяти підвищенню швидкості ухвалення рішень, зниженню вартості помилок, підвищенню продуктивності, зменшенню навантаження на керівників, профілактиці вигорання та формуванню здорового середовища взаємодії. Отже, корпоративну культуру в умовах війни треба розглядати як систему психологічної стійкості, управлінської ясності та людяної ефективності.

## **РОЛЬ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ У ЗАБЕЗПЕЧЕННІ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ІТ-ФАХІВЦІВ**

**К. В. Васильєва**

*аспірантка лабораторії організаційної та соціальної психології  
Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** В умовах радикальної соціальної турбулентності, економічної нестабільності та воєнних конфліктів дослідження психологічного стану людини стає неодмінною умовою забезпечення її психологічної безпеки (Коробка, 2026; Малімон та ін., 2023). Суб'єктивне благополуччя виступає інтегральним індикатором якості життя, відображаючи позитивну емоційну оцінку людини щодо себе і свого буття (Абрамюк & Липецька, 2017; Каргіна, 2015). Для ІТ-індустрії, що характеризується високими темпами розвитку, постійними технологічними викликами та інтенсивним навантаженням, благополуччя працівників є не лише показником особистого щастя, а й критичним фактором професійної ефективності та креативності (Чабанова & Дрозд, 2024; Філоненко, 2019).

**Мета дослідження** – теоретичне обґрунтування ролі ціннісних орієнтацій у забезпеченні суб'єктивного благополуччя фахівців ІТ-галузі.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** На основі теоретичного аналізу виокремлено два основні підходи до розуміння благополуччя: гедоністичний, спрямований на досягнення задоволення, і евдемонічний, пов'язаний із самореалізацією і пошуком сенсу (Каргіна, 2019; Савченко & Лавриненко, 2022). Суб'єктивне благополуччя розглядають як складне утворення, що охоплює емоційний (регулятивна функція), когнітивний (оцінна функція) і поведінковий (адаптаційна функція) компоненти (Коробка, 2026; Савченко & Калюк, 2022).

З огляду на вищезазначене розвинена ціннісно-нормативна сфера особистості є одним із ключових чинників та ресурсів, що дають людині змогу підтримувати рівень суб'єктивного благополуччя в умовах соціальної кризи та невизначеності (Терещенко, 2025). Крім того, здатність індивіда самостійно обирати або створювати життєві контексти, що відповідають його внутрішнім цінностям і потребам, є важливою ознакою психологічного благополуччя в аспекті керування середовищем (Карамушка, 2025).

Для ІТ-фахівців характерним є переплетення цінностей саморозвитку, автономії та професійного визнання (Берегова & Джигун, 2022; Чабан, 2025). Саме ціннісно-смілова сфера стає фундаментом стійкості, даючи змогу фахівцям інтегрувати негативний досвід у загальний контекст особистісного зростання. Також в умовах війни важливим чинником благополуччя виступає самоусвідомлена здатність до працевлаштування (employability), що забезпечує впевненість у майбутньому (Чайка, 2025). Активізація ціннісно-смілової сфери ІТ-фахівців через рефлексію допомагає фахівцям краще усвідомлювати

свої життєві орієнтири, що є ефективним засобом профілактики професійного вигорання. Створення корпоративної культури, що синхронізує особисті цінності працівників із цінностями інноваційності та командної роботи, сприяє відчуттю значущості власного внеску і стабільному благополуччю.

**Висновки.** Суб'єктивне благополуччя фахівців ІТ-галузі залежить від гармонійного поєднання евдемонічної діяльності з усвідомленою ієрархією професійних цінностей. Вирішення цієї проблеми можливе, зокрема, через упровадження в ІТ-компаніях спеціальних тренінгових програм, присвячених проблемі ціннісної детермінації суб'єктивного благополуччя.

УДК 004.8:159.944:331.101.1

## **ВПЛИВ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ПРАЦІВНИКІВ БІЗНЕС-ОРГАНІЗАЦІЙ**

**О. В. Винославська**

*кандидат психологічних наук, професор кафедри психології та педагогіки  
Київського політехнічного інституту імені Ігоря Сікорського, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Ідея створення штучного інтелекту (ШІ) полягала у створенні машин, здатних думати, розуміти й навчатися як люди, а також у використанні таких можливостей для вдосконалення життя людства, зокрема вирішення складних інтелектуальних завдань. Від часу його винайдення (1956 рік) поширення ШІ на різні сфери нашого життя спричинило виникнення багатьох проблем технологічного, етичного, психологічного, правового та іншого характеру. Зокрема, широке застосування ШІ в бізнес-організаціях почало впливати на психічне здоров'я працівників.

**Мета дослідження** – висвітлити особливості впливу штучного інтелекту на психічне здоров'я персоналу бізнес-організацій.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Сьогодні як українські (Карамушка, 2022; Лігоненко & Наумов, 2024; Терещенко, 2023 та ін.), так і зарубіжні (Hinton, 2024; Hawkins, 2026; Ranganathan & Ye, 2026; Wei, 2024 та ін.) вчені зазначають, що вплив штучного інтелекту (ШІ) може мати як позитивний, так і негативний вплив на працівників організацій.

Серед позитивних впливів учені називають підвищення продуктивності, зменшення витрат на персонал і керування людськими ресурсами, зниження впливу людського чинника; аналіз конкурентів, кібербезпека; швидкий доступ до інформації, аналіз даних і прогнозування, допомога в ухваленні стратегічних рішень та плануванні, упровадження інновацій; оптимізація логістики; персоналізація обслуговування клієнтів.

Водночас занепокоєння вчених викликають такі негативні впливи і загрози для психічного здоров'я працівників, як-от посилення стресу через страх втратити роботу; поглиблення самотності, що проявляється у вигляді

безсоння, тривоги, морального знесилення, покори, замкнутості, соціальної відчуженості та розчарування; збільшення робочого навантаження призводить до когнітивної втоми, вигорання та загальмованості процесу прийняття рішень; навички критичного мислення атрофуються через надмірну залежність від ШІ.

Окрім того, нові технології спричиняють складні моральні дилеми через те, що творці цих інновацій не завжди враховують можливі наслідки. Зокрема, одним зі способів вирішення питання впливу технологій на моральність може бути більш ретельний аналіз ризиків ще до того, як технологію буде розроблено. Нобелівський лауреат Джеффри Хінтон зазначає, що компанії, які просувають подальший розвиток ШІ, більше дбають не про безпеку, а про прибутки. Вони не хочуть контролю і лобіюють зменшення й так слабого регулювання. У зв'язку з цим надзвичайно актуальною слід вважати публікацію Європейською комісією у 2025 році першого Кодексу практик для моделей штучного інтелекту загального призначення (General-Purpose AI, GPAI). Документ складається з трьох ключових напрямів: прозорість, авторське право і безпека, кожен з яких регламентує, як бізнес має працювати зі штучним інтелектом у найближчі роки.

ВООЗ (World Health Organization) у своєму звіті 2021 року наголошує на позитивній ролі застосування ШІ у діагностиці, клінічній медицині, створенні ліків тощо, а також визначає шість основних принципів етичного застосування ШІ в охороні здоров'я, серед яких: захист автономії; сприяння благополуччю і безпеці людини та суспільним інтересам; забезпечення прозорості, пояснюваності й зрозумілості; забезпечення інклюзивності та рівності.

**Висновки.** Як бачимо, світ стурбований неконтрольованим поширенням ШІ й непередбачуваними наслідками цього процесу, але етичних кодексів для розробників моделей штучного інтелекту, які містили б норми і стандарти щодо «незавдання шкоди» психічному здоров'ю людини, поки що не створено. Проблема висить у повітрі, отже її треба вирішувати.

УДК 159.923:159.954:331.101.3:005.342

## **КРЕАТИВНІСТЬ І ГОТОВНІСТЬ ДО РИЗИКУ ЯК КЛЮЧОВІ ПРЕДИКТОРИ ІНТРАПРЕНЕРСЬКОЇ ПОВЕДІНКИ: ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ**

**Ю. П. Домославська**

*аспірантка лабораторії організаційної та соціальної психології  
Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України,  
програмний менеджер Health and MHPSS Caritas-Spes Ukraine, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** В умовах глобалізації, технологічної динаміки та посилення конкуренції інноваційна спроможність організацій постає ключовою передумовою їх стійкого розвитку, що зумовлює зростання

ролі інтрапренерства як механізму внутрішнього оновлення (Bierwerth et al., 2015; Satrovic et al., 2020). Інтрапренерство розглядають як форму підприємницької активності, що реалізується працівниками через ініціювання інноваційних змін у межах організації (Morais et al., 2021). Сучасні підходи підкреслюють його багаторівневу природу й значущість індивідуально-психологічних детермінант, зокрема креативності, проактивності, спрямованості на досягнення та готовності до ризику (Kredentser, Gorgievski, & Domoslavka, 2025). Водночас домінування організаційно-управлінських підходів зумовлює недостатню пропрацьованість питання диференційованого впливу підприємницьких якостей особистості, що актуалізує необхідність емпіричного аналізу ролі креативно-когнітивних і ризик-орієнтованих характеристик як ключових предикторів інтрапренерської поведінки.

**Мета дослідження** полягає у визначенні підприємницьких особистісних характеристик, що є ключовими предикторами внутрішньоорганізаційної підприємницької (інтрапренерської) поведінки працівників.

**Методика та організація дослідження.** Шкала інтрапренерської поведінки персоналу «EIS-UA» (Kredentser, Gorgievski, & Domoslavka, 2025), спрямована на два окремі фактори: поведінку стратегічного оновлення і поведінку венчурного бізнесу); «Get Test» (Пачковський, 2006), що містить 54 дихотомічні твердження, які дають змогу визначити рівень розвитку потреби в досягненнях, автономії, креативності, схильності до зваженого ризику, цілеспрямованості та рішучості); методи описової статистики; кореляційний і дисперсійний аналіз.

**Результати дослідження.** Встановлено, що креативність і здатність до зваженого ризику є провідними предикторами інтрапренерської поведінки, демонструючи помірні позитивні зв'язки як із поведінкою стратегічного оновлення ( $r = 0,247$ ;  $r = 0,257$ ;  $p < 0,001$ ), так і з венчурною активністю ( $r = 0,249$ ;  $r = 0,292$ ;  $p < 0,001$ ). Результати дисперсійного аналізу підтверджують їх статистично значущий вплив із помірними значеннями ефекту, що свідчить про системоутворювальну роль цих характеристик у структурі інтрапренерства. Потреба в досягненнях має обмежений, хоч і статистично значущий вплив, переважно в площині стратегічного оновлення. Натомість автономія і цілеспрямованість не виявляють значущих зв'язків, що свідчить про їхню периферійну роль у формуванні інтрапренерської активності в умовах організаційного контексту.

**Висновки.** Результати підтверджують диференційований вплив підприємницьких якостей на інтрапренерську поведінку: креативність і здатність до зваженого ризику є ключовими детермінантами інноваційної активності, тоді як автономія і цілеспрямованість мають обмежене значення в структурованих організаціях. Практичне значення дослідження полягає в можливості використання цих даних для розроблення програм розвитку персоналу, що формують креативне мислення, толерантність до невизначеності й здатність приймати зважені ризики як основу інтрапренерства.

## СТАВЛЕННЯ ДО ГРОШЕЙ ЯК ПРЕДИКТОР СУБ'ЄКТИВНОГО ФІНАНСОВОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ

**Н. Г. Клименко**

*доктор філософії в галузі психології, старший науковий співробітник  
Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Сьогодні в умовах соціально-економічної нестабільності й невизначеності особливого значення набуває проблема фінансового благополуччя особистості. Фінансове благополуччя розглядають як з позицій економічного підходу через об'єктивні показники, як-от: рівень доходу, матеріальне забезпечення, наявність заощаджень тощо, так і в рідчій психологічного підходу, який відображає індивідуальне сприйняття власного фінансового становища. Індивідуальне ставлення до грошей, яке охоплює монетарні настановлення, переконання, емоційні та поведінкові патерни, пов'язані з отриманням, накопиченням і використанням грошей, формують спосіб, у який людина переживає свою фінансову реальність та оцінює власне фінансове становище. В умовах війни не лише знижуються об'єктивні економічні показники і можливості, а й трансформується уявлення людей про гроші, підвищується рівень тривожності й невпевненості у фінансовому майбутньому, що, безумовно, не може не впливати на суб'єктивне фінансове благополуччя особистості. Попри значну кількість досліджень проблема ставлення до грошей як предиктора суб'єктивного фінансового благополуччя особистості залишається недостатньо пропрацьованою. Дослідження окресленої теми сприятиме поглибленню розуміння психологічних механізмів суб'єктивного фінансового благополуччя і є актуальним у реаліях сучасної України.

**Мета дослідження** – на основі вивчення наявних джерел здійснити теоретичний аналіз проблеми ставлення до грошей як предиктора суб'єктивного фінансового благополуччя.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Нині спостерігається підвищення інтересу науковців до проблематики суб'єктивного фінансового благополуччя. На нашу думку, це зумовлено тим, що рівень доходу не завжди корелює з відчуттям задоволеності власним фінансовим становищем. Різні люди можуть оцінювати своє фінансове становище по-різному за однакових економічних умов. І тут одним із вагомих чинників є ставлення до грошей, яке, на переконання багатьох фахівців, формується ще в дитинстві і є індивідуальним. Ставлення до грошей – це складний інтегративний психологічний феномен, що утворюється під впливом системи факторів різного рівня і взаємно детермінує економічну свідомість та економічну поведінку особистості (Паршак, 2021). Л. Карамушка і О. Ходакевич (2017) зазначають, що ставлення до грошей – це компонент цілісної системи ставлень особистості,

що відображає її індивідуальний, суб'єктивно-оцінний, вибірковий підхід до грошей як об'єкта дійсності. Цей підхід являє собою інтеріоризований досвід взаємодії з грошима і взаємодії з іншими людьми з приводу грошей у специфічній соціокультурній ситуації та виявляється в низці функціональних структур (потребах, інтересах, ціннісних орієнтаціях, соціальних уявленнях, соціальних настановленнях, мотивах тощо).

Благополуччя є багатомірним феноменом, який охоплює різні сфери людського функціонування, як-от: задоволеність життям, соціальна успішність, автономія, якість життя і відчуття щастя загалом (Карамушка, 2023). Фінансове благополуччя безпосередньо пов'язане із загальним задоволенням, яке людина відчуває щодо свого фінансового стану (Науное et. al., 2000; Joо, 2008).

Отже, як предиктор суб'єктивного фінансового благополуччя, ставлення до грошей виконує важливі функції, зокрема впливає на когнітивну оцінку фінансового становища та емоційне переживання фінансової сфери, формує фінансову поведінку особистості тощо.

**Висновки.** Ставлення до грошей як предиктор суб'єктивного фінансового благополуччя визначає когнітивні, емоційні, поведінкові аспекти взаємодії і сприйняття фінансової реальності. Дослідження означеної проблематики може поглибити розуміння механізмів формування суб'єктивного фінансового благополуччя і допомогти в розробленні ефективних психологічних та освітніх інтервенцій і тренінгових програм.

УДК 159.22:316.6

## **РОЗВИТОК ПІДПРИЄМНИЦЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

**О. В. Лавренко**

*кандидат філософських наук, доцент, провідний науковий співробітник  
лабораторії організаційної та соціальної психології  
Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Київ*

**І. К. Зубіашвілі**

*кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник,  
провідний науковий співробітник лабораторії організаційної та соціальної  
психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Оскільки ключовим чинником успішної підприємницької діяльності та економічного розвитку особистості, здатної забезпечити свій економічний добробут, є підприємницька компетентність, то її дослідження набуває особливої актуальності в умовах глибоких суспільних трансформацій, спричинених повномасштабною війною в Україні, руйнуванням

інфраструктури, а також глобальними чинниками цифровізації та зростання конкуренції за висококваліфіковані кадри.

**Мета дослідження** – проаналізувати сутність підприємницької компетентності студентської молоді та її розвиток в умовах війни.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Важливим завданням сучасної освіти є формування підприємницької компетентності студентської молоді на заняттях з економіки та інших спеціальних предметів. Н. Будзянівська і О. Якимович (2019) пропонують розглядати таку послідовність формування цієї компетентності: елементарний і низький рівень її сформованості може бути притаманний студентам, які тільки розпочали своє навчання в закладі вищої освіти; достатній рівень сформованості характеризує освітньо-кваліфікаційний рівень «бакалавр»; високий – у процесі здобуття освітньо-кваліфікаційних рівнів «бакалавр» і «магістр», передбачає подальше вдосконалення під час професійної діяльності. Найчастіше молодь обирає спеціальну економічну освіту не для престижу, а для практичної економічної діяльності.

По суті, ми розуміємо компетентність як спеціально набуті знання в поєднанні з певними особистісними здібностями, життєвим досвідом та вмінням, які доречно застосовувати в будь-якій діяльності. О. Овчарук (2003) наголошує, що бути компетентним означає вміти мобілізувати в певній ситуації набуті знання й досвід. Компетентність не може бути ізольована від конкретних умов її реалізації. Вона органічно пов'язує одночасну мобілізацію знань, умінь і способів поведінки, спрямованих на умови конкретної діяльності. На нашу думку, набуття особистістю компетентності – це рух від *знаю що* до *знаю як*. Підприємницьку компетентність характеризуємо як наскрізну компетентність, яка застосовується в усіх сферах життя і формує відповідну модель поведінки.

Розв'язати проблему, що стосується технології розвитку підприємницької компетентності молоді, ми пропонуємо шляхом організації психологічного забезпечення цього процесу в освітньому середовищі в ході цілісного психолого-педагогічного процесу. Студентство можна розглядати як найпрогресивнішу і найвідкритішу до всього нового когорту суспільства, якій притаманні незалежність, самостійність, прагнення раннього оволодіння професією і набуття незалежності, що відкриває широкі перспективи для залучення його до реалізації підприємницьких проєктів.

**Висновки.** Отже, володіти підприємницькою компетентністю означає результативніше й раціональніше мислити і діяти в умовах розвитку ринкових відносин та воєнного стану; набувати і розвивати відповідні економічні якості, які допоможуть ефективно застосовувати економічні знання в повсякденному житті. Перспективи подальших досліджень убачаємо в розробленні технологій психологічного забезпечення розвитку підприємницької компетентності молоді в умовах економічного відродження країни.

## **РЕЗИЛІЄНТНООРІЄНТОВАНІ ТЕХНОЛОГІЇ РОЗВИТКУ ПІДПРИЄМНИЦЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МОЛОДІ В УМОВАХ ВІЙНИ**

**Т. І. Мельничук**

*кандидат психологічних наук, старший дослідник, провідний науковий співробітник Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Сучасні умови розвитку українського суспільства, зумовлені воєнними викликами, характеризуються високим рівнем соціальної невизначеності, економічної нестабільності та психологічного напруження. У цих умовах особливого значення набуває розвиток підприємницької компетентності молоді як ресурсу економічного відновлення і соціальної стійкості. Водночас традиційні підходи до її формування, спрямовані переважно на засвоєння знань і навичок, є недостатніми, оскільки не враховують психологічні ресурси особистості, необхідні для діяльності в умовах ризику та невизначеності. Це зумовлює потребу у зверненні до резилієнтності як динамічного процесу адаптації та відновлення (Rutter, 2021; Ungar, 2021) і впровадження резилієнтноорієнтованих технологій у розвиток підприємницької компетентності молоді.

**Метою дослідження** є теоретичне обґрунтування резилієнтноорієнтованих технологій розвитку підприємницької компетентності молоді в умовах війни.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** У результаті теоретичного аналізу встановлено, що резилієнтність виступає ключовим соціально-психологічним ресурсом підприємницької діяльності, забезпечуючи здатність до адаптації, ухвалення рішень у складних умовах та подолання труднощів і невдач (Shepherd & Williams, 2020; Haddoud et al., 2022).

У цьому контексті резилієнтноорієнтовані технології розглядають як систему психологічних і соціально-психологічних впливів, спрямованих на розвиток здатності особистості до ефективного функціонування в умовах невизначеності. Вони передбачають цілеспрямоване формування внутрішніх і зовнішніх ресурсів особистості та інтеграцію психологічних і поведінкових компонентів підприємливості.

До ключових резилієнтноорієнтованих технологій розвитку підприємницької компетентності молоді належать:

- технології розвитку емоційної регуляції і стресостійкості, що забезпечують здатність до управління емоційними станами в ситуаціях ризику;
- технології формування самоефективності та проактивної поведінки, спрямовані на розвиток упевненості у власних можливостях і здатності ініціювати діяльність;

- технології розвитку когнітивної гнучкості та адаптивного мислення, що сприяють ухваленню рішень в умовах невизначеності;
- технології зміцнення соціальної підтримки і соціального капіталу, які забезпечують залучення ресурсів соціального середовища;
- психоедукаційні і тренінгові технології розвитку ресурсного потенціалу особистості, спрямовані на інтеграцію психологічної стійкості та підприємницьких компетентностей (Luthans et al., 2021; Williams et al., 2021).

Встановлено, що саме інтеграція зазначених технологій дає змогу поєднати розвиток підприємницьких знань та навичок із формуванням психологічної готовності до діяльності в умовах війни.

**Висновки.** Отже, резилієнтноорієнтовані технології виступають ефективним інструментом розвитку підприємницької компетентності молоді, оскільки забезпечують формування психологічних ресурсів, необхідних для діяльності в умовах невизначеності та ризику. Практичне значення результатів полягає в можливості їх використання під час розроблення освітніх програм, тренінгів і систем психологічного супроводу молоді, спрямованих на розвиток підприємливості, підтримання психічного здоров'я та підвищення адаптаційного потенціалу в умовах воєнних викликів.

УДК 316.628:159.922.6

## **МОТИВАЦІЙНИЙ КОМПОНЕНТ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ДО СОЦІАЛЬНОГО ПІДПРИЄМНИЦТВА: ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ**

**Н. С. Нагорна**

*кандидат психологічних наук, доцент, декан факультету соціальних технологій, оздоровлення та реабілітації Національного університету «Чернігівська політехніка», м. Чернігів*

**Актуальність дослідження з теоретико-методологічним обґрунтуванням проблеми.** Соціальна реінтеграція вразливих верств населення, а також стабілізація економіки країни потребують активного, вмотивованого залучення студентської молоді. Саме тому питання мотивації як компонента психологічної готовності здобувачів освіти до соціального підприємництва набуває особливої актуальності.

Тема мотивації до соціального підприємництва є наразі предметом дослідження переважно іноземних науковців. Більшість дослідників зосереджують свою увагу на вивченні ролі просоціальних (афіліативних) (Müller, Vaseková, & Kročil, 2025; Tiwary, Bhat, & Tikoria, 2020) або екологічних (Anghel & Anghel, 2022) мотивів у розвитку соціально-підприємницьких

інтенцій. Однак є праці, де розкрито, крім соціальних, також роль мотивів комерційного успіху (Hussain, Sheikh, & Fatima, 2022), самореалізації (Bartha, Gubik, & Bereczk, 2019), інноваційності (Douglas & Prentice, 2019), свободи та автономії (Schafer, Barton, & Canavati, 2018).

**Мета дослідження** полягає у висвітленні результатів емпіричного дослідження атитюдів соціальної відповідальності як складника мотиваційного компонента психологічної готовності здобувачів освіти до соціального підприємництва.

**Методика та організація дослідження.** Для проведення дослідження використано методику «Опитувальник SRA-UA» (Social responsibility attitude) (Canney & Bielefeldt, 2016) в адаптації С. Костюк (2024), методи математичної статистики й аналізу даних із застосуванням програми SPSS (версія 22.0). Вибіркою дослідження охоплено 1058 осіб (524 жінки і 534 чоловіки) віком від 17 до 54 років, які навчаються в закладах вищої освіти України.

**Результати дослідження.** Аналіз середніх значень за шкалами опитувальника «SRA-UA» свідчить про середній рівень вираженості таких атитюдів соціальної відповідальності, як «обізнаність про наявність невирішених соціальних проблем» (14,35) і «розуміння можливості впливати на вирішення суспільних проблем» (14,05). Натомість показники вираженості атитюда «відчуття обов'язку брати участь у вирішенні суспільних проблем» є нижчими за середні показники (13,31), що свідчить про певне зниження мотивації саме з огляду на залучення до активності з вирішення соціальних проблем.

Про аналогічні тенденції свідчать і дані щодо рівня вираженості атитюдів соціальної відповідальності у відсотках. Високий рівень вираженості показника «обізнаності про наявність невирішених соціальних проблем» виявлено у найбільшій кількості опитаних (41,6%). Далі приблизно на такому ж рівні (39,5%) йде показник «розуміння можливості впливати на вирішення суспільних проблем». Однак високий рівень вираженості атитюда «відчуття обов'язку брати участь у вирішенні суспільних проблем» зафіксовано лише у 34,5% респондентів. Загальний показник атитюдів соціальної відповідальності має такий рівень вираженості: високий – 45,2%, середній – 37,1%; низький – 27,7%.

**Висновки.** Отримані результати емпіричного дослідження стануть підґрунтям для розроблення та впровадження системи заходів з розвитку психологічної готовності здобувачів освіти до соціального підприємництва в умовах університетського середовища із залученням представників громади, бізнесу та держави.

## **ПСИХОЛІНГВІСТИЧНІ ІНДИКАТОРИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПЕРСОНАЛУ ІТ-ОРГАНІЗАЦІЙ В УМОВАХ ВІЙНИ: МОЖЛИВОСТІ КОГНІТИВНОЇ ЛІНГВІСТИКИ ТА АІ**

**Р. М. Чайка**

*PhD з психології, доцент кафедри теоретичної та практичної психології  
Національного університету «Львівська політехніка»,  
докторант Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Львів*

**Актуальність дослідження.** В умовах війни психологічне благополуччя персоналу ІТ-організацій визначається не лише індивідуальними ресурсами, а й поєднанням хронічного стресу, порушенням звичних життєвих і робочих рутин, інформаційним перевантаженням та організаційними умовами праці. Дослідження свідчать, що воєнний контекст підсилює ризики професійного виснаження та психологічного неблагополуччя працівників, а організаційна підтримка виконує буферну функцію (Kalfon Nakhmigari & Diamant, 2025). У цьому контексті перспективним є звернення до когнітивної лінгвістики та АІ, оскільки мовлення працівника відображає емоційні стани, когнітивні процеси, способи інтерпретації досвіду та особливості соціальної взаємодії (Tausczik & Pennebaker, 2010).

**Мета дослідження** – здійснити теоретичний аналіз можливостей використання психолінгвістичних індикаторів для оцінювання психологічного благополуччя персоналу ІТ-організацій в умовах війни та окреслити потенціал АІ-інструментів для такого аналізу.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Результати теоретичного аналізу показують, що сучасні NLP- і АІ-підходи дедалі активніше застосовують для виявлення мовних маркерів депресивності, тривоги, стресу, суїцидального ризику, а також для підтримання психологічних інтервенцій і моніторингу психічного стану (Malgaroli et al., 2023; Zhang et al., 2022). У площині організаційної психології це відкриває можливості для аналізу текстів робочої комунікації, внутрішніх опитувань, рефлексивних самоописів і професійних наративів працівників. Теоретично значущими індикаторами можуть бути: частота негативно-емоційної лексики, мовні маркери когнітивної перевантаженості, фокус на загрозах, зниження агентності, звуження часової перспективи, зміни у вираженні соціальної підтримки та професійної ідентичності. Разом із тим застосування таких підходів потребує врахування етичних обмежень, конфіденційності, контексту мовлення та ризику хибних інтерпретацій.

**Висновки.** Психолінгвістичний аналіз може стати додатковим інструментом раннього виявлення ризиків психологічного неблагополуччя персоналу ІТ-організацій. Практично отримані результати можуть бути використані для створення скринінгових інструментів, систем моніторингу

командного клімату, програм профілактики вигорання та персоналізованої психологічної підтримки в організаціях.

УДК 159.944.4-057.875:334.722:001.895

## **ПРОГРАМА РОЗВИТКУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ, ЯКІ ВИВЧАЮТЬ ПІДПРИЄМНИЦТВО, З УПРОВАДЖЕННЯМ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

**Т. Н. Шкода**

*доктор економічних наук, магістр практичної психології, професор,  
професор кафедри бізнес-економіки та підприємництва  
Київського національного економічного університету імені Вадима Гетьмана,  
м. Київ*

**Актуальність дослідження.** На основі результатів початкової діагностики стану стресостійкості студентів ЗВО, які вивчають підприємництво, здійсненої в процесі емпіричного дослідження, автором створено програму розвитку стресостійкості студентів цієї спеціалізації. Ця розробка має велике значення в умовах війни з огляду на необхідність підвищення рівня психологічного благополуччя молоді.

**Мета дослідження** – створити для студентів, які вивчають підприємництво, програму розвитку їхньої стресостійкості.

**Методика та організація дослідження.** У розробленій для здобувачів вищої освіти, які вивчають підприємництво, програмі розвитку стресостійкості запропоновано використовувати методи імітаційного моделювання, психічного тренування та саморегуляції, які поєднують традиційні технології з інноваційними. До цифрових інноваційних технологій належать мобільні додатки і програми, вебінари, соціальні мережі, онлайн-навчання, інтелект-карти, інструменти штучного інтелекту (Нестеренко, 2023), імерсивні технології із застосуванням інструментів віртуальної реальності (Коломієць, Литвинчук, & Можаровська, 2023). До інноваційних технологій також відносять як цифрові технології, так і психологічні інновації (наприклад, застосування інструментарію трансформаційних психотерапевтичних методів під час проведення тренінгів або занять для студентів ЗВО). Цільовою аудиторією запропонованої програми розвитку стресостійкості є студенти ЗВО, які вивчають підприємництво. Вона адресована як студентам денної форми навчання, так і студентам заочної форми навчання, але з коригуванням занять програми відповідно до особливостей таких груп студентів.

Для успішного посилення стресостійкості студентів, які вивчають підприємництво, рекомендовано проводити заняття програми в груповому форматі один раз на тиждень. Рекомендований склад групи: 16-24 студенти ЗВО. Тривалість заняття – одна година.

**Результати дослідження.** Етапи, стадії, змістові блоки й теми занять програми представлено в таблиці.

Таблиця

**Програма розвитку стресостійкості студентів,  
які вивчають підприємництво**

Етапи	Стадії	Змістові блоки	
Констатувальний	Дослідно-креативна	Проведення початкової діагностики й вивчення її результатів, підбір відповідних методик, розроблення програми	
Етапи	Стадії	Змістові блоки	Теми занять
Початково-діяльнісний	Ознайомчо-мотиваційна	Вступний	Заняття 1. Знайомство. Взаємозв'язок стресу і стресостійкості
Реалізаційний	Корекційно-розвивальна	Особистісний	Заняття 2. Важливість самооцінки в структурі стресостійкості студента
			Заняття 3. Значення Я-концепції особистості для стресостійкості студента
		Емоційний	Заняття 4. Робота з тривожністю
			Заняття 5. Емоційна стійкість студента
		Мотиваційно-вольовий	Заняття 6. Мотивація як драйвер успішності студента
		Поведінково-регулятивний	Заняття 7. Саморегуляція поведінки студента
Заняття 8. Копінг-стратегії подолання стресу			
Етапи	Стадії	Змістові блоки	
Формувально-експериментальний	Перевірна	Проведення повторної діагностики та підготовка відповідних висновків	
Етапи	Стадії	Змістові блоки	Теми занять
Підсумковий	Рефлексивна	Аналітичний	Заняття 9. Ресурси стресостійкості студента
		Фінально-узагальнювальний	Заняття 10. Формула стресостійкості: підсумки і рефлексія

Джерело: програму розроблено автором.

**Висновки.** Перевагою розробленої програми розвитку стресостійкості здобувачів вищої освіти, які вивчають підприємництво, є також можливість її запровадження як в освітніх закладах, так і в спеціалізованих тренінгових центрах. Програма розвиває у студентів ЗВО цілий набір важливих складників стресостійкості, які не лише сприяють їхньому особистісному і соціальному розвитку, а й посилюють їхню внутрішню мотивацію турбуватися про власне ментальне здоров'я.

## **ЗВ'ЯЗОК МІЖ РІВНЕМ ВИРАЖЕНОСТІ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПЕРСОНАЛУ БІЗНЕС-ОРГАНІЗАЦІЙ І ЙОГО ОСОБИСТІСНИМИ ЯКОСТЯМИ**

**П. А. Чорний**

*аспірант лабораторії організаційної та соціальної психології  
Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** В умовах воєнного часу та соціальних потрясінь життєдіяльність суспільства відбувається за екстремальних обставин. Тому важливим завданням бізнес-організацій є подолання кризових ситуацій і забезпечення благополуччя як на рівні особистості, так і на рівні організацій. Актуальним, зокрема, стає дослідження суб'єктивного благополуччя персоналу бізнес-організацій в умовах воєнного часу і його зв'язку з особистісними якостями працівників.

**Мета дослідження** – дослідити зв'язок між рівнем вираженості компонентів і загального показника суб'єктивного благополуччя персоналу бізнес-організацій і його особистісними якостями.

**Методика та організація дослідження.** Використано модифіковану шкалу суб'єктивного благополуччя BBC-SWB, опитувальник особистісних рис ТІРІ-UKR, шкалу оптимістичного стану та методи описової статистики і кореляційного аналізу. Дослідження проводилося серед працівників бізнес-організацій у галузі електроенергетики, а саме виробництва, гуртової торгівлі та маркетингу електротехнічного обладнання. У дослідженні взяли участь 192 працівники із Центрального регіону України.

**Результати дослідження.** Аналіз отриманих даних дав змогу виявити *виражений статистично значущий кореляційний зв'язок* між більшістю особистісних якостей і компонентами суб'єктивного благополуччя та його загальним показником. З'ясовано, що цей зв'язок має позитивну спрямованість

Наприклад, щодо такої особистісної якості, як *екстраверсія*, у процесі дослідження виявлено позитивний статистично значущий кореляційний зв'язок між цією якістю і такими складниками суб'єктивного благополуччя, як: «психологічне благополуччя» ( $r=0,315$ ;  $p<0,001$ ), «фізичне здоров'я і благополуччя» ( $r=0,195$ ;  $p<0,01$ ), «стосунки» ( $r=0,221$ ;  $p<0,01$ ), а також «загальним показником благополуччя» ( $r=0,302$ ;  $p<0,001$ ). Суть виявленої закономірності полягає в тому, що з активізацією використання персоналом цієї особистісної якості, спрямованої на активну взаємодію з людьми, комунікабельність та ініціативність, усі показники суб'єктивного благополуччя підвищуються.

Подібна закономірність простежується і щодо такої особистісної якості, як *добросовісність*. Результати дослідження свідчать про наявність

позитивного статистично значущого кореляційного зв'язку між цією якістю і такими складниками суб'єктивного благополуччя, як «психологічне благополуччя» ( $r=0,303$ ;  $p<0,001$ ), «фізичне здоров'я і благополуччя» ( $r=0,254$ ;  $p<0,001$ ), «стосунки» ( $r=0,185$ ;  $p<0,05$ ), а також «загальним показником благополуччя» ( $r=0,302$ ;  $p<0,001$ ). Можемо зробити висновок, що в разі високого рівня *добросовісності*, а саме самодисципліни, організованості, відповідальності та прагнення до виконання обов'язків, показники суб'єктивного благополуччя зростають.

Певною мірою схожа закономірність спостерігається і щодо такої особистісної якості, як *відкритість новому досвіду*. Як свідчать отримані дані, має місце позитивний статистично значущий кореляційний зв'язок між цією якістю і такими складниками суб'єктивного благополуччя, як «психологічне благополуччя» ( $r=0,303$ ;  $p<0,001$ ), «фізичне здоров'я і благополуччя» ( $r=0,324$ ;  $p<0,001$ ), «стосунки» ( $r=0,191$ ;  $p<0,01$ ), а також «загальним показником благополуччя» ( $r=0,325$ ;  $p<0,001$ ). Це свідчить про те, що підвищення рівня *відкритості новому досвіду* позитивно впливає на підвищення вираженості показників суб'єктивного благополуччя.

Щож до такої особистісної якості, як *дружелюбність*, то статистично значущого кореляційного зв'язку між цією якістю і «психологічним благополуччям» ( $r=0,080$ ). не виявлено Проте спостерігається позитивний статистично значущий кореляційний зв'язок між цією якістю і такими складниками суб'єктивного благополуччя, як «фізичне здоров'я і благополуччя» ( $r=0,193$ ;  $p<0,01$ ), «стосунки» ( $r=0,167$ ;  $p<0,05$ ), а також «загальним показником благополуччя» ( $r=0,151$ ;  $p<0,05$ ). Це свідчить про те, що підвищення рівня цієї якості все ж таки позитивно впливає на вираженість окремих компонентів суб'єктивного благополуччя.

Також виявлено позитивний значущий кореляційний зв'язок *емоційної стабільності* як особистісної якості з таким складником суб'єктивного благополуччя, як «психологічне благополуччя» ( $r=0,220$ ;  $p<0,01$ ). Водночас не зауважено статистично значущого кореляційного зв'язку між *емоційною стабільністю* і такими компонентами суб'єктивного благополуччя персоналу бізнес-організацій, як «фізичне здоров'я і благополуччя» ( $r=0,080$ ), а також «загальним показником благополуччя» ( $r=0,137$ ).

Крім того, виявлено негативний кореляційний зв'язок між *емоційною стабільністю* як особистісною якістю і таким компонентом суб'єктивного благополуччя, як «стосунки» ( $r= - 0,047$ ).

**Висновки.** Доведено наявність статистично значущих позитивних зв'язків між суб'єктивним благополуччям персоналу бізнес-організацій і такими його особистісними якостями, як екстраверсія, добросовісність і відкритість новому досвіду.

## РОЗДІЛ 4

# ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ТА БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПСИХОЛОГІВ І МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ

УДК 37.091.12:159.9-051:355.01

## ПІДГОТОВКА ФАХІВЦІВ СФЕРИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ: ВІД КЛІНІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДО СУПЕРВІЗІЇ І МІЖСЕКТОРАЛЬНОЇ МАРШРУТИЗАЦІЇ

**В. В. Балахтар**

*доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології  
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, м. Чернівці*

**Актуальність дослідження.** В умовах воєнного стану підготовка фахівців сфери психічного здоров'я набуває особливого значення не лише через зростання кількості людей, які потребують допомоги, а й через зміну самої логіки цієї допомоги. Сьогодні йдеться вже не тільки про індивідуальну роботу з окремим випадком, а про функціонування розгалуженої системи підтримки, коли фахівець має бути готовим до коротких психологічних втручань, первинного виявлення ризиків, міжсекторальної взаємодії, перенаправлення до відповідного рівня допомоги, супервізійного супроводу фахівців першого контакту і збереження власної професійної стійкості. Такий підхід відповідає переходу України до спільотноорієнтованої моделі охорони психічного здоров'я, закріпленої в профільному законі, де супервізію визначено як механізм професійної підтримки, забезпечення якості послуг, дотримання етичних норм і запобігання професійному вигоранню, а безперервний професійний розвиток розглядається як постійне вдосконалення компетентностей фахівця (Закон України, 2025; Кабінет Міністрів України, 2026). За даними ВООЗ, лише у 2024 році в Україні понад 2 252 працівники первинної ланки пройшли спеціалізоване навчання у сфері психічного здоров'я, а онлайн-курсами було охоплено 17 000 лікарів, що додатково засвідчує перехід від вузької кадрової моделі до системного масштабування допомоги (ВООЗ, 2025). Отже, теоретично значущою постає проблема переосмислення підготовки фахівців сфери психічного здоров'я як підготовки до роботи в системі масового попиту, де професійна компетентність поєднується з навичками супервізії, маршрутизації, міжсекторальної координації та профілактики вторинної травматизації.

**Мета дослідження** полягає в теоретичному обґрунтуванні підготовки фахівців сфери психічного здоров'я в умовах воєнного стану як системи, що має поєднувати розвиток клінічної компетентності, здатність до супервізійного супроводу, навички міжсекторальної маршрутизації та безперервний професійний розвиток.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Теоретичний аналіз показав, що в сучасних умовах професійна підготовка фахівців сфери психічного здоров'я не може обмежуватися лише опануванням консультативних чи психотерапевтичних технік. Дослідження свідчать, що ефективно розширення доступу до допомоги в кризових і гуманітарних умовах пов'язане з навчанням не лише вузьких спеціалістів, а й фахівців першого контакту, тоді як власне фахівці сфери психічного здоров'я мають бути підготовлені до координації, наставництва, супервізійного супроводу і забезпечення якості такої допомоги (Caulfield et al., 2019; Gorbunova & Klymchuk, 2026). Українські ініціативи останніх років також показують, що перспективним є навчання, спрямоване не лише на засвоєння доказово обґрунтованих методів допомоги, а й на розуміння того, як упроваджувати їх у реальні структури допомоги, що особливо важливо в умовах війни, коли попит на послуги перевищує ресурс окремого спеціаліста (Nickelsen et al., 2025). Це дає підстави розглядати професійну підготовку як багаторівневий процес, у якому клінічна компетентність має доповнюватися здатністю працювати в моделі розподіленої допомоги, здійснювати первинне оцінювання, проводити короткі втручання, своєчасно перенаправляти людину до іншого рівня послуг і підтримувати фахівців суміжних сфер, які першими стикаються із психічним дистресом населення. Водночас систематичні огляди й метааналізи переконливо засвідчують, що для самих фахівців сфери психічного здоров'я професійними ризиками є емоційне вигорання, вторинна травматизація і перевантаження, а їх зниженню сприяють супервізія, організаційна підтримка, професійне навчання й культура визнання цих ризиків на рівні інституції (O'Connor et al., 2018; Sutton et al., 2022). Отже, одним із найменш пропрацьованих, але принципово важливих напрямів підготовки в Україні є формування готовності фахівця не лише надавати допомогу, а й утримувати її якість у системі тривалого воєнного навантаження через супервізію, професійну взаємопідтримку, маршрутизацію випадку і власну психогігієну.

**Висновки.** В умовах воєнного стану підготовку фахівців сфери психічного здоров'я доцільно розглядати не як вузькопрофесійне передавання знань і технік, а як формування готовності працювати в системі масового психічного здоров'я. Її зміст має охоплювати клінічну компетентність, навички коротких втручань, міжсекторальної маршрутизації, супервізійного супроводу і профілактики вторинної травматизації самого фахівця. Практичне значення отриманих результатів полягає в можливості їх використання для оновлення освітніх програм підготовки психологів, психотерапевтів, соціальних працівників і фахівців суміжних сфер, а також для розроблення програм підвищення кваліфікації, у яких центральне місце посідатимуть супервізія, робота з комплексними випадками, координація допомоги і підтримання

професійної стійкості. Саме такий підхід дає змогу підвищити не лише рівень індивідуальної професійної компетентності, а й стійкість усієї системи допомоги в умовах війни.

УДК 613.86:378:159.9

## **ОСОБЛИВОСТІ ПРОФІЛАКТИКИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ У СИСТЕМІ ФАХОВОЇ ПІДГОТОВКИ**

**А. В. Вознюк**

*доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології  
Комунального закладу «Сумський обласний інститут післядипломної  
педагогічної освіти», м. Суми*

**Актуальність дослідження.** В умовах воєнного стану проблема збереження психічного здоров'я є особливо актуальною, звідси – потреба в розробленні психологічної технології, яка б відображала системну роботу із психологічної діагностики, просвіти та корекції. Про це свідчать і результати численних досліджень (Дубич, 2024; Калашникова, Руденко, & Руденко, 2024; Карамушка, 2023; Кравченко, 2023; Терещенко & Петровська, 2019; Ткачишина, 2023, Шевченко, 2018), і нормативно-правові документи (Закон України «Про систему охорони психічного здоров'я в Україні» від 15.01.2025 р. № 4223-ІХ, Постанова Кабінету Міністрів України «Питання сертифікації та безперервного професійного розвитку фахівців у сфері психічного здоров'я» від 04.03.2026 р. № 288) У межах професійної діяльності практичного психолога одним з основних напрямів роботи є психологічна просвіта та інформування (психоедукація) з метою профілактики психічних розладів та запобігання їх розвитку, а також розв'язання інших проблем, що стосуються психічного здоров'я, формування загального уявлення про психічне здоров'я та навичок турботи про нього (Закон України «Про систему охорони психічного здоров'я в Україні», 2025).

**Мета дослідження** – розкрити особливості профілактики психічного здоров'я майбутніх психологів у системі фахової підготовки.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** В умовах підготовки здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня за спеціальністю С4 – Психологія на базі Комунального закладу «Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти» розроблено психологічну технологію профілактики психічного здоров'я майбутніх психологів, яка реалізується в межах освітнього процесу і в системі науково-дослідної діяльності.

Так, у межах освітнього процесу основне навантаження припадає на освітній компонент «Психічне здоров'я», який сприяє оволодінню основними навичками щодо самодіагностики та успішного використання сучасних психологічних технік, вправ, методів для стабілізації психоемоційного стану.

Для ознайомлення здобувачів вищої освіти із сучасними інструментами (вправами, техніками) збереження психічного здоров'я було організовано проведення гостьових лекцій на тему «Технології забезпечення психічного здоров'я персоналу організацій в умовах війни», «Креативність та основні практики покращення ресурсного стану. Майндфулнес як інструмент зменшення стресу», «Ресурсні техніки відновлення особистості при переживанні травми війни» (<https://surl.li/nvamos>).

Щоб забезпечити набуття здобувачами вищої освіти навичок збереження психічного здоров'я, у межах роботи науково-дослідної лабораторії «Центр психологічної підтримки та допомоги учасникам освітнього процесу у воєнний та повоєнний періоди», яка діє при кафедрі психології Комунального закладу «Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти», організовано проведення психологічних практикумів на тему «Підтримка та зміцнення ментального здоров'я», «Побудова індивідуальної стратегії розвитку резильєнтності», «Розвиток стресостійкості в учасників освітнього процесу в умовах війни: методи самодопомоги та підтримки інших», «Техніки емоційної регуляції та відновлення особистісного ресурсу в учасників освітнього процесу в умовах війни» (<https://surl.lu/dbqyqd>).

З метою обміну досвідом щодо особливостей використання сучасних технік та вправ для стабілізації психоемоційного стану учасників освітнього процесу в умовах війни, розвитку навичок сприйняття та розуміння власних емоційних станів та емоцій інших людей кафедрою психології Комунального закладу «Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти» ініційовано проведення серії регіональних науково-практичних семінарів «Сучасні техніки збереження психічного здоров'я в умовах війни», «Методи та технології збереження психічного здоров'я учасників освітнього процесу в умовах війни», «Збереження та відновлення особистісних ресурсів під час воєнних дій: сучасні практики», «Стабілізація психоемоційного стану учасників освітнього процесу в умовах війни: як допомогти та підтримати», «Техніки першої психологічної допомоги та емоційної підтримки учасників освітнього процесу в умовах війни» (<https://surl.li/hnqjfw>).

З метою психологічної просвіти для майбутніх психологів на офіційній сторінці кафедри психології Комунального закладу «Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти» оформлена і систематично оновлюється однойменна сторінка «Психічне здоров'я» (<https://surl.li/bqffxu>). Ця рубрика містить рекомендовану літературу, діагностичний інструментарій і корисні поради. Слід наголосити, що всі матеріали, що складають контент цієї однойменної сторінки (текстові, відео- і фотоматеріали, інфографіки тощо), запозичені нами в мережі Інтернет і супроводжуються відповідними посиланнями на першоджерело.

**Висновки.** Упровадження сучасних організаційних форм (психологічні практикуми, гостьові лекції, створення однойменної сторінки «Психічне здоров'я» на сайті кафедри інституту) в організацію освітнього процесу з підготовки здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня за спеціальністю С4 – Психологія буде сприяти збереженню психічного здоров'я майбутніх психологів.

## **ПРОФІЛАКТИКА ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ДИТЯЧИХ ЛІКУВАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ: ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ І СОЦІАЛЬНІ НАСЛІДКИ**

**М. В. Дністряньська**

*асистент кафедри реабілітаційних технологій Вінницького соціально-економічного інституту Університету «Україна», фахівець з громадського здоров'я, фізіотерапевт КНП «Вінницька обласна дитяча клінічна лікарня Вінницької обласної ради», м. Вінниця*

**Актуальність дослідження.** Медичний персонал дитячих лікарень є критичним ресурсом системи охорони здоров'я. Психологічне благополуччя лікаря і медсестри – це не приватна справа, а запорука безпеки пацієнтів та якості надання медичних послуг. В умовах війни навантаження на персонал зростає через дефіцит кадрів, роботу з дітьми, що мають мінно-вибухові травми, і загальний високий рівень стресу в суспільстві. Сьогодні дитячі лікувальні заклади України, зокрема в прифронтових і тилкових регіонах (як-от Вінниччина, що стала хабом для ВПО), працюють у режимі надзвичайного навантаження. Медики стикаються з травмами, спричиненими бойовими діями, мінно-вибуховими пошкодженнями, і глибокими психологічними травмами у дітей, що створює безпрецедентний рівень вторинної травматизації самого персоналу.

**Мета дослідження** – проаналізувати особливості профілактики професійного вигорання медичних працівників дитячих лікувальних закладів

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Робота з дітьми вимагає більшого емоційного ресурсу, ніж робота з дорослими. Медик стикається не лише з болем дитини, а й з гострою реакцією батьків. Постійне спостереження за стражданням дітей призводить до емоційного виснаження, що є першим етапом вигорання. Важкі клінічні випадки і необхідність повідомляти погані новини батькам призводять до хронічного стресу.

**Основні чинники і симптоми професійного вигорання.** Ненормований графік, велика кількість паперової роботи, відсутність системи психологічної розрядки безпосередньо в закладі. Емоційна відстороненість (деперсоналізація), відчуття професійної непридатності, фізичне виснаження, порушення сну.

*Психологічні аспекти профілактики:*

1. Розвиток резильєнтності (стійкості): навчання персоналу технік саморегуляції, управління стресом і ментальної гігієни.
2. Супервізія і групи підтримки: упровадження в лікарнях формату балінтовських груп або груп «рівний-рівному», де медики можуть обговорити складні емоційні кейси без остраху осуду.
3. Командна взаємодія: поліпшення комунікації всередині колективу як захисний механізм проти вигорання.

Вигорілий лікар частіше припускається медичних помилок через зниження концентрації і «тунельний» зір. Відтік кваліфікованих кадрів із державної медицини в приватний сектор або зміна професії послаблюють систему педіатричної допомоги. Один із негативних наслідків – зростання кількості лікарняних серед персоналу і витрат на підготовку нових спеціалістів замість утримання досвідчених.

**Висновки.** Профілактика вигорання має бути частиною стратегії управління медичним закладом, а не відповідальністю окремого лікаря. Необхідно інтегрувати посаду штатного психолога для роботи саме з персоналом (а не лише з пацієнтами). Створення «зон психологічного розвантаження» в лікарнях – неодмінний стандарт сучасної медицини.

УДК 159.944.4:331.101.3]:615.8-051:355.41

## **ВПЛИВ ВІДДАНОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ НА ПРОФЕСІЙНЕ ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ ЦЕНТРІВ ДЛЯ ПОРАНЕНИХ ВІЙСЬКОВИХ**

**Т. В. Карамушка**

*кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри соціальної психології Київського інституту сучасної психології та психотерапії, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** В умовах війни рф проти України працівники реабілітаційних центрів для поранених військових (лікарі, медсестри, реабілітологи, психологи та інші фахівці охорони здоров'я) стикаються з різноманітними емоційними викликами у своїй роботі, що може знизити ефективність надання медичних послуг і негативно вплинути на їхнє здоров'я. Тому важливим завданням є наразі вивчення особливостей професійного вигорання працівників реабілітаційних центрів для військових та аналіз психологічних чинників, які можуть знизити його негативний вплив, зокрема чинників, які стосуються взаємодії персоналу й організації, чільне місце серед яких може займати відданість персоналу організації. Ця проблема не знайшла, на нашу думку, достатнього висвітлення в літературі.

**Мета дослідження** – з'ясувати, як впливає відданість організації на професійне вигорання працівників реабілітаційних центрів для поранених військових.

**Методика та організація дослідження.** Для проведення дослідження використано такі опитувальники: «Синдром «вигорання» в професіях системи «людина-людина» К. Маслач і С. Джексона (Максименко, Карамушка & Зайчикова, 2006), «Опитувальник відданості організації» Дж. Груб, Р. Дунхема, М. Кастаньєди (Dunham, Grube & Castaneda, 1994), авторська анкета-паспортичка.

У дослідженні взяли участь працівники 12 медичних реабілітаційних центрів «Recovery» у різних регіонах України. Респонденти утворили такі вікові категорії: до 30 років – 32,8%, від 31 до 40 років – 24,1%, від 41 до 50 років – 23,1%, понад 50 років – 19,9%. У вибірці 24,5% респондентів становили чоловіки, 75,5% – жінки; 30,9% респондентів проживали в селах, селищах міського типу і районних центрах, 69,1% – в обласних містах і містах обласного підпорядкування.

За професійно-посадовим складом опитані утворили такі групи: молодший медичний персонал – 11,3%; середній медичний персонал – 30,2%, психологи і соціальні працівники – 10,1%, фізичні терапевти – 26,2%, лікарі ФРМ (фізичної та реабілітаційної) медицини – 18,1%, адміністративний склад відділень і керівники центрів – 4,0%. Що ж до рівня освіти, то 10,9% мали базову або повну загальну середню освіту, 9,4% – професійно-технічну освіту, 17,3% – середню спеціальну освіту, 62,4% – вищу освіту.

### **Результати дослідження**

1. Результати дослідження показали, що значна частина персоналу реабілітаційних центрів для поранених військових (від 23,3% до 48,0%) має високий рівень професійного вигорання. У середньому в кожного третього учасника дослідження (від 31,9% до 38,0%) зафіксовано його середній рівень.

Провідне місце (за рівнем вираженості високого показника) серед різних видів професійного вигорання займає редукція професійних досягнень (48,0%), далі йде емоційне виснаження (33,3%). І найменш вираженою є деперсоналізація (вигорання в контексті стосунків з людьми) (23,3%), що можна оцінити позитивно, якщо брати до уваги, з яким контингентом хворих працюють спеціалісти реабілітаційних центрів для поранених військових.

2. На основі дисперсійного аналізу статистично доведено вплив усіх видів відданості організації на вираженість усіх компонентів професійного вигорання персоналу реабілітаційних центрів. Водночас важливим є те, що кожен із видів відданості організації має «фокусом своєї уваги» певний компонент професійного вигорання працівників. Так, прагматична відданість організації знижує емоційне виснаження працівників ( $F=6,14$ ,  $p < 0,01$ ), їхню деперсоналізацію ( $F=5,43$ ,  $p < 0,01$ ) та редукцію особистих досягнень ( $F=3,79$ ,  $p < 0,05$ ), відданість з почуття обов'язку – деперсоналізацію працівників ( $F=3,33$ ,  $p < 0,05$ ), а емоційна відданість – редукцію професійних обов'язків працівників ( $F=5,42$ ,  $p < 0,01$ ). Імовірно, що прагматична відданість працівників реабілітаційних центрів для поранених військових є найбільш дієвою, оскільки впливає негативно на три компоненти професійного вигорання, тоді як інші види відданості (емоційна відданість і відданість з почуття обов'язку) впливають лише на один компонент вигорання, але їхній вплив є теж суттєвим, оскільки «точково» може знижувати ті чи інші вияви професійного вигорання.

**Висновки.** Отже, одним із важливих завдань щодо профілактики та подолання професійного вигорання у персоналу реабілітаційних центрів для поранених військових є посилення відданості персоналу організації (через упровадження спеціальної системи організаційно-психологічних заходів).

## ДЕТЕРМІНАНТИ ПРОФЕСІЙНОЇ ТРИВОЖНОСТІ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ ВИПУСКНИХ КУРСІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

**М. М. Мицишин**

*кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри теоретичної та практичної психології Інституту права, психології та інноваційної освіти Національного університету «Львівська політехніка», м. Львів*

**А. І. Баньої**

*здобувачка вищої освіти (бакалавр) Інституту права, психології та інноваційної освіти Національного університету «Львівська політехніка», м. Львів*

**Актуальність дослідження.** У ситуації воєнної нестабільності питання життєвого і професійного самовизначення, зокрема планування кар'єри, пошуку опори та формування відчуття стабільності, ускладнюються і набувають додаткового емоційного навантаження. Окрему увагу слід приділити студентам-психологам, для яких специфіка майбутньої професійної діяльності пов'язана з підвищеною відповідальністю, етичною зрілістю та готовністю працювати з травматичним досвідом інших. Зростання суспільного запиту на кваліфікованих фахівців у сфері психічного здоров'я в умовах війни може стати як мотиваційним ресурсом, так і додатковим чинником професійної тривожності, яку розглядають як багатокомпонентний стан занепокоєння і страху у відповідь на загрози успішності та майбутньому (Гоголь, 2023).

**Мета дослідження** – на основі теоретичного аналізу виявити у студентів-психологів випускних курсів психологічні чинники тривожності, зумовлені війною і процесом професійного становлення, а також окреслити напрями психологічної підтримки майбутніх фахівців.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Аналіз літератури свідчить, що етап завершення навчання є критичним перехідним періодом, коли студентська роль втрачає актуальність, а професійна ідентичність ще не закріплена (Ясманицька, 2022). У випускників спостерігається високий рівень індивідуальної тривожності через: 1) невизначеність працевлаштування; 2) фінансову залежність; 3) соціальний тиск і порівняння (Саннікова, 2023). Дослідження показують, що підвищена тривожність має негативні взаємозв'язки з компонентами психологічного добробуту, особливо з контролем над середовищем і метою в житті (Ясманицька, 2022). З огляду на це вважаємо, що категорія студентів-психологів випускних курсів потребує цілеспрямованої і системної підтримки з боку закладів вищої освіти й суспільства загалом. Ця підтримка може реалізовуватися через упровадження психологічних тренінгів, просвітницьких заходів, програм професійної адаптації та розвитку стресостійкості, а також створення умов для формування

професійної ідентичності та внутрішньої опори майбутніх фахівців. Комплексний підхід до супроводу студентів на завершальному етапі навчання сприятиме зниженню рівня професійної тривожності та підвищенню їхньої готовності до самостійної професійної діяльності.

**Висновки.** Тривожність студентів-випускників в умовах війни є наслідком поєднання кризи професійного самовизначення із загальною соціальною нестабільністю. Вона проявляється через страх безробіття, фінансової залежності та почуття неповноцінності. Практична значущість роботи полягає в опрацюванні цільових програм психологічної підтримки в межах ЗВО, спрямованих на формування професійної ідентичності, розвиток емоційної стійкості до невизначеності та адаптацію до реалій ринку праці в умовах воєнного стану.

УДК 159.944.4:159.923

## **ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК МІЖ СТРЕСОСТІЙКІСТЮ І РІВНЕМ МАЙНДФУЛНЕС У ПСИХОЛОГІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

**Л. І. Петухова**

*магістрантка Інституту післядипломної освіти*

*Київського національного університету імені Тараса Шевченка, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Умови війни створюють «подвійну експозицію» стресу для психологів, які опрацьовують травми клієнтів, перебуваючи в тому ж небезпечному середовищі (Krasilova, 2024). Це, безперечно, виснажує їхні адаптаційні ресурси і підвищує ризик професійного вигорання. Збереження ефективності в таких умовах прямо залежить від стресостійкості. Майндфулнес розглядають наразі як інструмент саморегуляції, що запускає адаптивні копінг-стратегії (Mishchenko & Batiashova, 2024). Проте взаємозв'язок майндфулнес зі стресостійкістю в умовах хронічного стресу залишається недостатньо вивченим у вітчизняній психології.

**Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати й емпірично дослідити взаємозв'язок рівня стресостійкості з рівнем сформованості навичок майндфулнес у психологів в умовах сьогодення.

**Методика та організація дослідження.** Учасниками дослідження стали 50 психологів (96% – жінки; з них 88% віком від 32 до 44 років; 52% – самозайняті). Інструментарій: PSS-10 (Вельдбрехт & Тавровецька, 2022); CD-RISC-10 (Школіна, 2020); FFMQ-15 (Каплуненко & Кучина, 2023). Статистичну обробку ( $\chi^2$ , критерій Фішера, коефіцієнт кореляції Спірмена, часткова кореляція) виконано в Jamovi.

**Результати дослідження.** Більшість досліджуваних демонструють середній рівень стресостійкості (CD-RISC-10:  $M=29.1$ ,  $SD=5.6$ ) і помірний стрес (PSS-10:  $M=16.14$ ,  $SD=5.99$ ). Показник майндфулнес ( $M=56.42$ ,  $SD=5.89$ ) значно перевищує показники нормативної вибірки. У профілі усвідомленості

домінують «Неосудливість» ( $M=12.18$ ) і «Спостереження» ( $M=11.94$ ), тоді як навичка «Нереагування на внутрішній досвід» ( $M=9.58$ ) є найменш розвиненою. Аналіз таблиць спряженості зафіксував високозначущу асоціацію між майндфулнес і стресостійкістю ( $\chi^2=27.9$ ,  $p<0.001$ , критерій Фішера  $p<0.001$ ) та значущий зв'язок між майндфулнес і сприйнятим стресом ( $\chi^2=13$ ,  $p=0.011$ , критерій Фішера  $p=0.02$ ): 88.9% фахівців із низькою усвідомленістю мають низьку стресостійкість, 66.7% осіб з низьким майндфулнес демонструють високий стрес. Кореляційний аналіз підтвердив прямий зв'язок майндфулнес зі стресостійкістю ( $\rho=0.537$ ,  $p<0.001$ ) та обернений – зі сприйнятим стресом ( $\rho=-0.305$ ,  $p=0.031$ ). Часткова кореляція довела, що зв'язок майндфулнес і стресостійкості є стійкою закономірністю за умови статистичного контролю сприйнятого стресу ( $\rho=0.468$ ,  $p<0.001$ ), віку ( $\rho=0.510$ ,  $p<0.001$ ) та сімейного статусу ( $\rho=0.520$ ,  $p<0.001$ ). Аналіз стратифікованих таблиць виявив модераційну функцію стресу: асоціація між майндфулнес і стресостійкістю є значущою при високому ( $\chi^2=13.2$ ,  $p=0.01$ ) і середньому ( $\chi^2=13.65$ ,  $p=0.009$ ) стресовому навантаженні, проте нівелюється при його низькому рівні ( $\chi^2=3.25$ ,  $p=0.516$ ). Значущим виявився вплив формату праці: самозайняті психологи мають достовірно вищі показники майндфулнес порівняно з найманими ( $\chi^2=13.4$ ,  $p=0.009$ ). У разі вилучення впливу формату працевлаштування кореляція усвідомленості і стресостійкості посилюється ( $\rho=0.582$ ,  $p<0.001$ ). Натомість зворотний зв'язок між майндфулнес і стресом за умови контролю віку ( $\rho=-0.258$ ,  $p=0.074$ ) і типу зайнятості ( $\rho=-0.281$ ,  $p=0.051$ ) втрачає значущість, що свідчить про медіаторну функцію цих змінних.

**Висновки.** Майндфулнес є предиктором стресостійкості психологів і захисним фактором від «втоми від співчуття». Практична цінність полягає у впровадженні системи психогігієни: 1) освітня (деактивація DMN для зниження румінації); 2) терапевтична (екстрена саморегуляція, розвиток навички «нереагування на внутрішній досвід»); 3) соціальна (балінтовські групи для ко-регуляції).

УДК 159.9.072

## РОЗРОБЛЕННЯ І ПСИХОМЕТРИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ШКАЛИ «ДОВІРА ДО СЕБЕ»

**А. О. Ращенко**

*аспірантка кафедри педагогіки та психології Київського національного економічного університету імені Вадима Гетьмана, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** В умовах безпрецедентних соціальних і безпекових криз та воєнного конфлікту українське суспільство стикається з критичним рівнем психологічної травматизації (Gradus Research, 2024). Це зумовлює зростання попиту на ефективні форми психологічної допомоги, зокрема групову психотерапію. Ефективність групового процесу фундаментально залежить від здатності клієнтів формувати терапевтичний

альянс і спиратися на внутрішні ресурси (Yalom & Leszcz, 2020). Ключовим концептом, що лежить в основі цих процесів, є феномен довіри. Довіра до себе є неодмінною умовою особистісної автономії і самоповаги, що передбачає позитивне ставлення до себе, готовність покладатися на свої судження та конструктивно приймати власну вразливість (Govier, 1993). Незважаючи на значущість феномену, в українському науковому просторі наразі спостерігається дефіцит валідизованих інструментів вимірювання цього конструкта саме в контексті психотерапії.

**Мета дослідження** – розробити і перевірити психометричні властивості шкали «Довіра до себе», яка вимірює здатність особистості спиратися на внутрішні ресурси як чинник ефективності групової психотерапевтичної роботи.

**Методика та організація дослідження.** На першому етапі було згенеровано первинний пул із 30 тверджень шкали, які оцінювалися за стандартною 5-бальною шкалою Лікерта. Твердження охоплювали сфери впевненості у здатності долати виклики і турбуватися про себе, довіри до власної інтуїції, захисту особистісних кордонів. У дослідженні взяли участь 63 респонденти, переважна більшість яких мала попередній тривалий досвід психотерапії. Для доведення валідності і перевірки структури шкали було застосовано конфірматорний факторний аналіз, а для оцінювання надійності-узгодженості – розрахунок коефіцієнта альфа Кронбаха.

**Результати дослідження.** Первинна перевірка початкової версії шкали показала необхідність оптимізації інструменту. Шляхом математико-статистичного моделювання і вилучення тверджень з низькими факторними навантаженнями пул питань було скорочено до 14 найбільш змістовних тверджень, які утворили трифакторну структуру ( $\chi^2$ -квадрат= 87,4;  $p = 0,137$ ; CFI =0,939; TLI=0,925; RMSEA=0,054). Перший виділений фактор «Орієнтація на себе» емпірично підтверджує концепцію автономії та відображає здатність клієнта відстоювати власні переконання в умовах соціального тиску. Другий фактор «Довіра власним відчуттям» фіксує ірраціональний рівень довіри, орієнтований на врахування соматичних відчуттів. Третій фактор «Упевненість» охоплює питання щодо задоволеності собою, наявності ресурсів і вміння турбуватися про себе, що резонує з концепцією самоефективності (Bandura, 1977). Психометрична перевірка фінальної версії шкали продемонструвала високий рівень внутрішньої узгодженості (загальний показник альфа Кронбаха - 0,813), що свідчить про надійність розробленого інструментарію. Усі відібрані твердження мають високу дискримінативність, успішно розрізняючи клієнтів за рівнем прояву ознак.

**Висновки.** Отримана трифакторна структура авторської шкали «Довіра до себе» відображає здатність клієнта функціонувати як автономний суб'єкт терапевтичного процесу, здатний витримувати міжособистісне напруження. Інструмент спрямований на пре- і постскринінг клієнтів, які беруть участь у терапевтичних групах; він може використовуватися для визначення дефіциту внутрішніх опор і прогнозування ризиків передчасного переривання терапії.

## **ГРУПОВА ПСИХОТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ОСОБИСТІСНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ В УМОВАХ ВІЙНИ**

**О. В. Сторож**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та практичної психології  
Рівненського державного гуманітарного університету, м. Рівне*

**Актуальність дослідження** зумовлена амбівалентним впливом воєнних умов в Україні на психологічне благополуччя молоді, що поєднує підвищені ризики з потенціалом особистісного розвитку. Війна як потужний стресогенний чинник порушує відчуття безпеки, ускладнює адаптацію і створює подвійне навантаження для майбутніх психологів як в особистісному, так і в професійному контексті, сприяючи водночас розвитку емпатії, рефлексії та підвищуючи ризики емоційного вигорання. Ця ситуація актуалізує потребу в розвитку саморегуляції та системної психологічної підтримки майбутнього фахівця у сфері психології.

Психологічне благополуччя розглядають як багатовимірний і динамічний конструкт, пов'язаний із психічним здоров'ям, емоційною стійкістю та ефективною соціальною адаптацією, що ґрунтується на цінностях, автономії та самоактуалізації (Дінер, 2005; Кентріл, 1965; Любомирські, 2005; Ріфф, 1989). У воєнних умовах особливого значення набувають механізми адаптації, стратегії подолання стресу та розвиток резилієнтності (Бредбурн, 1969; Павлюк, 2018; Сердюк, 2024; Шопша, 2018). Ефективним засобом підтримки виступає групова психотерапія, яка через успішну групову динаміку, інформаційний обмін, групову згуртованість та імітаційну поведінку сприяє подоланню психоемоційних труднощів в особистісному і професійному розвитку (Айхрон, 1925; Біон, 1961; Левін, 1946; Морено, 1931; Роджерс, 1959, Ялом, 1970; Яценко, 2004).

**Мета дослідження** полягає в теоретичному вивченні групової психотерапії як засобу психологічної підтримки особистісного благополуччя майбутніх психологів в умовах війни.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** В умовах війни особливої ваги набуває психологічна підтримка здобувачів вищої освіти, оскільки підвищене емоційне навантаження і невизначеність ускладнюють здобування знань і знижують мотивацію до навчання. Особистісне благополуччя розглядається як інтегративна характеристика, що забезпечує здатність до адаптації, саморозвитку та ефективного функціонування в умовах змін (Лебідь, 2024).

Підтримка психологічного благополуччя передбачає розвиток як професійних, так і соціально-психологічних компетентностей, зокрема навичок взаємодії, саморегуляції та відповідальності (Бичик, 2023). У воєнних умовах зростає значення внутрішніх ресурсів особистості – резилієнтності, рефлексії та

здатності до переосмислення травматичного досвіду (Герасимик-Чернова, 2023). Ефективними механізмами виступають рефреймінг, інтеграція досвіду, баланс автономії та соціальної підтримки, а також спрямованість на самореалізацію (Титаренко, 2018).

Психологічне благополуччя визначається такими ключовими факторами, як емоційна стійкість, оптимізм, самосвідомість і внутрішній локус контролю, що сприяють не лише подоланню труднощів, а й особистісному зростанню. Важливу роль відіграють *комунікативний, просоціальний та інтернальний* компоненти (Титаренко, 2018).

Групова психотерапія є ефективним засобом підтримання особистісного благополуччя, оскільки сприяє переосмисленню травматичного досвіду, активізації внутрішніх ресурсів і формуванню адаптивних стратегій. Психотерапевтична робота дає молоді змогу трансформувати стресові ситуації в можливості розвитку, підвищувати стресостійкість і знижувати ризики посттравматичних порушень тощо.

Поняття групової психотерапії варто розуміти через поняття «групізм» як рівень соціально-психічної організації особистості, що формується в сімейному контексті. Групу розглядають як розвивальне середовище, в якому реалізуються міжособистісні потреби і відбувається розвиток Его, корекція Супер-Его і зміцнення самооцінки через групову взаємодію (Славсон, 1943).

Терапевтичний ефект групової психотерапії здійснюється через сукупність чинників, зокрема інформаційний обмін, надію, універсальність переживань, альтруїзм, корекцію сімейного досвіду, міжособистісне навчання, імітаційну поведінку, інтерперсональний вплив, групову єдність і катарсис, що забезпечують емоційне опрацювання досвіду та формування творчо-адаптивної поведінки (Ялом, 1970).

**Висновки.** У результаті дослідження групової психотерапії психологічної підтримки особистісного благополуччя майбутніх психологів в умовах війни встановлено роль інтегративного підходу, що забезпечує адаптацію сучасної молоді до змін і життєвих викликів. Ключовими ресурсами інтегративного підходу виступають: емоційна стійкість, оптимізм, самосвідомість, відповідальність і саморегуляція, що сприяють як подоланню труднощів, так і реалізації ціннісно-сміслових орієнтацій особистості. Відновлення цих ресурсів ефективно забезпечується засобами групової психотерапії.

Основними механізмами терапевтичного впливу є усвідомлення себе й інших, переживання позитивного емоційного досвіду в групі і засвоєння нових поведінкових та емоційних стратегій. Узагальнено виокремлюються три *механізми: конфронтація, коригувальне емоційне переживання і навчання*, що охоплює когнітивні, емоційні і поведінкові зміни.

В умовах війни професійне становлення майбутніх психологів супроводжується значними психоемоційними навантаженнями, що впливають на їх функціонування. У цьому контексті групова психотерапія в закладах вищої освіти є ефективним засобом підтримання особистісного благополуччя і водночас забезпечує набуття власного психотерапевтичного досвіду в умовах професійної взаємодії.

## **ФОРМУВАННЯ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ ФАХІВЦІВ СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ ДЛЯ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПАРТНЕРСТВА НА РІВНІ ГРОМАДИ В УМОВАХ ВІЙНИ**

**Л. М. Тягур**

*доктор філософії з психології,*

*доцент кафедри психології та особистісного розвитку*

*ННІМП ДЗВО Університет менеджменту освіти, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** В умовах війни громада стає ключовим простором надання соціальної, психосоціальної та міжвідомчої підтримки населенню. Саме на рівні громади поєднуються зусилля органів місцевого самоврядування, закладів освіти, охорони здоров'я, соціального захисту, громадських і благодійних організацій, волонтерських ініціатив. Законодавчі та організаційні зміни в Україні посилюють відповідальність громад за надання базових соціальних послуг, а отже, підвищують вимоги до професійної ролі фахівців соціальної сфери як координаторів взаємодії, комунікаторів, медіаторів та ініціаторів соціальних змін (Закон України «Про соціальні послуги», 2019; Бибик, 2021; Слозанська, 2018; Lawson & Kramer, 2021).

**Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати зміст і значення лідерських якостей фахівців соціальної сфери як психологічної та організаційної передумови забезпечення ефективного партнерства на рівні громади в умовах війни.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Аналіз наукових джерел дає підстави стверджувати, що лідерські якості фахівців соціальної сфери доцільно розглядати як інтегративне професійно-особистісне утворення, яке поєднує ціннісно-мотиваційний, комунікативний, організаційний і рефлексивний компоненти. До ціннісно-мотиваційного компонента належать соціальна відповідальність, спрямованість на служіння громаді, готовність до ініціювання змін і дотримання етичних стандартів. Комунікативний компонент охоплює здатність до діалогу, переконування, фасилітації взаємодії, ведення переговорів і врегулювання конфліктів. Організаційний компонент об'єднує стратегічне бачення, ініціативність, уміння координувати спільні дії, розподіляти ролі, залучати ресурси й підтримувати командну роботу. Рефлексивний компонент передбачає емоційну саморегуляцію, стресостійкість, здатність до професійного саморозвитку та критичного осмислення власної практики. Саме така структура соціального лідерства найбільше відповідає сучасним вимогам до соціальної роботи в громаді та професійної підготовки фахівців (Бибик, 2020, 2021; Hussain & Ashcroft, 2022).

Формування лідерських якостей фахівців соціальної сфери доцільно забезпечувати через інтеграцію відповідного змісту в професійну підготовку та підвищення кваліфікації. Ефективними засобами можуть бути аналіз кейсів

громади, моделювання міжвідомчої взаємодії, проектне навчання, участь у волонтерських і громадських ініціативах, супервізія, наставництво, тренінги з командної роботи, комунікації, медіації та кризового менеджменту. Такий підхід сприяє переходу від індивідуалізованого виконання посадових функцій до лідерської моделі професійної діяльності, зорієнтованої на кооперацію, соціальну згуртованість і посилення спроможності громади (Пеша та ін., 2024; Кравченко, 2014; Магновський & Назарчук, 2023).

**Висновки.** Отже, формування лідерських якостей фахівців соціальної сфери є важливою умовою забезпечення партнерства на рівні громади в умовах війни. Лідерські якості забезпечують не лише особисту професійну ефективність фахівця, а й здатність вибудовувати міжсекторальну взаємодію, координувати ресурси, підтримувати довіру та ініціювати спільні рішення щодо актуальних проблем громади. Практичне значення отриманих результатів полягає в можливості їх використання під час розроблення програм професійної підготовки та підвищення кваліфікації фахівців соціальної сфери, тренінгових курсів з розвитку партнерської компетентності, а також локальних програм зміцнення соціальної згуртованості громади.

## РОЗДІЛ 5

# ГРОМАДСЬКЕ ЗДОРОВ'Я І МІЖДИСЦИПЛІНАРНІ ПІДХОДИ ДО ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ НАСЕЛЕННЯ

УДК 517+519.2:57+61

## ВИКОРИСТАННЯ ІНФОРМАЦІЙНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ ДОСЛІДЖЕННЯ СТАНУ ЗДОРОВ'Я НАСЕЛЕННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

**М. Ю. Антомонов**

*доктор біологічних наук, професор, завідувач лабораторії епідеміологічних досліджень і медичної інформатики ДУ «Інститут громадського здоров'я ім. О. М. Марзєєва НАМН України», м. Київ*

**Л. Т. Русакова**

*доктор біологічних наук, головний науковий співробітник лабораторії епідеміологічних досліджень і медичної інформатики ДУ «Інститут громадського здоров'я ім. О. М. Марзєєва НАМН України», м. Київ*

**С. Л. Пашинська**

*кандидат біологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії епідеміологічних досліджень і медичної інформатики ДУ «Інститут громадського здоров'я ім. О. М. Марзєєва НАМН України», м. Київ*

**О. П. Рудницька**

*кандидат медичних наук, завідувач науково-координаційного відділу ДУ «Інститут громадського здоров'я ім. О. М. Марзєєва НАМН України», м. Київ*

**Актуальність.** В умовах воєнного стану найбільш оптимальним підходом до вивчення здоров'я населення є анкетне опитування. Дослідження за допомогою анкетування може допомогти з'ясувати, які саме чинники мають найбільший вплив на здоров'я населення, зрозуміти, які групи населення є найвразливішими до впливу цих чинників і які заходи можуть бути вжиті для зменшення негативного впливу на здоров'я людей. Усе це зумовлює доцільність розроблення методів, алгоритмів та інформаційних технологій формування та опрацювання анкет для виявлення впливу різних соціальних чинників воєнного стану на населення України.

**Мета дослідження** – розроблення методів, алгоритмів та інформаційних технологій формування та опрацювання анкет для виявлення впливу різних соціальних чинників воєнного стану на населення України.

**Методи дослідження.** Перший етап інформаційної технології дослідження полягав у відборі показників – індикаторів стану здоров'я населення і пріоритетних чинників навколишнього середовища, які відповідають основній меті дослідження. Під час відбору показників здоров'я для анкетування враховували всі складники сучасного поняття здоров'я людини: її фізичне благополуччя, емоційний стан, інтелектуальний розвиток, рівень соціалізації та духовності. Зміни в здоров'ї респондентів визначалися за трьома можливими відповідями, які позначали погіршення стану здоров'я респондентів, відсутність змін у здоров'ї або ж його поліпшення. Функціональні порушення організму респондентів порівняно з початком війни визначалися запитаннями про погіршення самопочуття, головний біль, зміну тиску, тахікардію, ускладнення дихання, нервовий тремор, панічні атаки, порушення сну тощо. Враховувалися також загострення діагностованих хвороб (за їх наявності). Емоційні розлади виявлялися запитаннями щодо тривожності, страху, знервованості, реакції на сирену чи роботу ППО, агресивності, перепадів настрою тощо. Зазначалися також когнітивні зміни концентрації уваги, пам'яті, здатності аналізувати ситуацію та приймати рішення. Соціальний складник здоров'я визначався запитаннями про спілкування із сім'єю, друзями, громадську діяльність тощо.

З огляду на мету цього дослідження в анкеті передбачалися запитання щодо умов та наслідків саме воєнного стану: наявність бойових дій на території проживання, участь людини або її близьких родичів у бойових діях, втрата близьких людей, поранення або травмування, перебування в окупації або полоні, чи була людина свідком обстрілів, бомбардувань або ж роботи ППО та падіння уламків. Були запитання щодо нестачі їжі, потерпання через брак необхідних ліків та належного медичного обслуговування. Вагома частина запитань ставилася про спосіб життя, основу якого складають рухова активність, режим праці та якість відпочинку, увага до побуту й особиста гігієна, якість харчування, наявність або відсутність шкідливих звичок тощо. Анкета також містила запитання про шкідливі звички, а саме вживання алкоголю та наркотичних засобів, тютюнопаління.

**Результати дослідження.** Отримані результати опитування в електронному вигляді перетворено в числовий вигляд. Статистичне опрацювання даних виконано в кілька етапів. По-перше, дані проаналізовано з використанням описової статистики, завдяки чому було відбраковано зайву інформацію та виправлено помилки вихідних даних. Потім застосовано стандартні методи математичної статистики для опису даних, їх порівняння та визначення зв'язку. На заключному етапі математичного аналізу виконано поглиблене опрацювання і змістовий аналіз з метою побудови математичних моделей, визначення ризиків, обчислення прогнозів, інтегральних оцінок, критеріїв тощо.

**Висновки.** Отже, розроблена інформаційна технологія дала змогу провести анкетне опитування щодо впливу чинників воєнного стану на здоров'я населення, виявити серед них найвагоміші, встановити найвразливіші групи населення.

УДК 159.923:316.647.5-055.2

## **ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ УКРАЇНСЬКИХ ЖІНОК-БІЖЕНОК ДО УМОВ ЖИТТЯ ЗА КОРДОНОМ**

**С. В. Арефнія**

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології  
Міжрегіональної академії управління персоналом, м. Київ*

**Актуальність дослідження** зумовлена масовою вимушеною міграцією українських жінок унаслідок війни та необхідністю глибшого розуміння чинників їхньої соціально-психологічної адаптації до нових умов життя.

**Мета дослідження** – визначити демографічні чинники, пов'язані з особливостями соціально-психологічної адаптації українських жінок-біженок за кордоном.

**Методика та організація дослідження.** Використано авторську анкету, яка дала змогу оцінити п'ять аспектів адаптації: ефективність пристосування, актуальні психологічні проблеми, пригніченість, орієнтацію на підтримку уряду та нестабільне фінансове становище. Також розраховано інтегративний показник – індекс дезадаптивності. Вибірку склали 137 жінок-біженок. Для аналізу використано однофакторний дисперсійний аналіз за критерієм  $\chi^2$ .

**Результати дослідження.** Не виявлено значущих зв'язків між віком, рівнем освіти і показниками адаптації. Водночас встановлено, що ефективне пристосування пов'язане з регіоном попереднього проживання і кількістю дітей. Рівень пригніченості пов'язаний з величиною населеного пункту, де раніше проживала жінка. Орієнтація на підтримку уряду залежить від статусу перебування за кордоном (самостійно чи з родиною).

Найбільшу кількість зв'язків виявлено щодо нестабільності фінансового становища: вона залежить від величини населеного пункту, кількості дітей і тривалості перебування за кордоном. Індекс дезадаптивності також пов'язаний з величиною населеного пункту, де раніше проживала жінка.

З'ясовано, що жінки з менших населених пунктів демонструють вищий рівень пригніченості, фінансової нестабільності та дезадаптації. Жінки зі східних регіонів мають нижчий рівень ефективності пристосування порівняно з мешканками північних областей.

Кількість дітей має неоднозначний вплив: жінки без дітей краще адаптуються, але частіше відчувають фінансову нестабільність. Матері з двома дітьми демонструють більшу фінансову стабільність.

Тривалість перебування за кордоном також впливає на адаптацію: зі збільшенням терміну зростає відчуття фінансової нестабільності. Найбільшу невдоволеність і стурбованість демонструють жінки, які перебувають на території Німеччини три і більше років. Окрім того, жінки, які перебувають за кордоном самостійно, більше покладаються на власні ресурси, тоді як ті, хто перебуває з родиною, частіше орієнтуються на державну підтримку.

**Висновки.** Отримані результати підкреслюють необхідність урахування соціально-демографічного контексту під час розроблення програм психологічної підтримки українських біженців.

УДК 159.923.2-057.36:615.851

## **ТРАНСФОРМАЦІЯ Я-КОНЦЕПЦІЇ ВЕТЕРАНІВ: ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ ПОТЕНЦІАЛ КОГНІТИВНО- ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ**

**М. П. Бедрійчук**

*здобувачка магістерського рівня вищої освіти*

*Приватного вищого навчального закладу «Європейський університет», м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Повернення ветеранів до цивільного життя супроводжується глибокою трансформацією особистісної ідентичності. Досвід війни формує специфічну «військову ідентичність», яка в мирних умовах вступає в конфлікт з вимогами повсякденності. Виникає когнітивний дисонанс, що супроводжується реакціями на важкий стрес, розладами адаптації та симптоматикою посттравматичного стресового розладу (Герасименко, 2023). Традиційні підходи психологічної допомоги довго фокусувалися виключно на редукції симптомів, проте сучасні реалії вимагають цілісного підходу до збереження психічного здоров'я особистості під час війни (Карамушка, 2024). Саме тому використання методів когнітивно-поведінкової терапії (КПТ) для глибинної реконструкції Я-концепції та відновлення ідентичності ветеранів набуває особливої теоретико-методологічної актуальності.

**Мета дослідження** – здійснити теоретичний аналіз специфіки трансформації Я-концепції ветеранів та обґрунтувати можливості застосування інструментарію когнітивно-поведінкової терапії для відновлення їхньої особистісної ідентичності.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Бойова травма не лише спричиняє екстремальний психологічний стрес, а й руйнує базові ілюзії особистості про власну невразливість, справедливість світу і цінність власного «Я». Унаслідок цього формуються жорсткі дезадаптивні глибинні переконання («світ становить перманентну загрозу», «цивільні мене ніколи не зрозуміють», «я втратив себе справжнього»). Ці когнітивні схеми безпосередньо підтримують і посилюють симптоматику посттравматичних стресових розладів,

провокуючи глибоку кризу ідентичності та критично ускладнюючи перехід до мирного життя (Михайлов, 2025). Утворюється прірва між функціональним «військовим Я», де патерни виживання були чіткими, і дезорієнтованим «цивільним Я». Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) і її сучасні напрями пропонують потужний інструментарій для розв'язання цієї проблеми шляхом цілеспрямованої реконструкції смислової сфери. Застосування технік когнітивної реструктуризації дає змогу виявити і модифікувати дихотомічне мислення («свої-чужі»), яке закріпилося на фронті. Це сприяє формуванню гнучкішої Я-концепції, здатної екологічно інтегрувати травматичний досвід, перетворюючи його на фундамент для посттравматичного зростання.

Водночас метод поведінкової активації допомагає ефективно подолати ізоляцію і патерни уникнення. Завдяки поведінковим експериментам ветеран повертається до значущої діяльності, відновлюючи відчуття самоефективності. Так само інтеграція методів терапії прийняття та відповідальності (АСТ) докорінно зміщує фокус: замість боротьби з болісними спогадами розвивається навичка психологічної гнучкості. Ветеран вчиться без оцінних суджень приймати бойовий досвід як невіддільну частину історії власного життя, вибудовуючи нову, цілісну ідентичність, що спирається на усвідомлені актуальні цінності сьогодення.

**Висновки.** Отже, КПТ є високоефективним інструментом відновлення ідентичності ветеранів. Вона забезпечує системний підхід до трансформації дезадаптивних схем у ресурсноорієнтовану Я-концепцію. Практичне використання результатів полягає в розробленні стандартизованих протоколів і програм для медико-психологічної реабілітації й соціальної адаптації учасників бойових дій (МОЗ/ННЦ, 2024). Їх імплементація у ветеранських хабах дасть змогу змістити акцент з клінічної стабілізації на повноцінну соціально-психологічну реінтеграцію та відновлення цілісності «Я».

УДК 614.253.8:159.944.4-052:355.01

## **РОЛЬ МЕДИЧНОГО ПЕРСОНАЛУ В ПСИХОЛОГІЧНІЙ ПІДТРИМЦІ ГОСПІТАЛІЗОВАНИХ ПАЦІЄНТІВ ТА ЇХНІХ РОДИН В УМОВАХ ВІЙНИ: МУЛЬТИРІВНЕВА ІНТЕГРАЦІЯ ДОПОМОГИ**

**Б. В. Дністрянський**

*фізичний терапевт КНП «Вінницька обласна дитяча клінічна лікарня  
Вінницької обласної Ради», м. Вінниця*

**Актуальність дослідження.** Щодня кожен працівник лікарні стикається з безліччю осіб, що проходять лікування в стаціонарних відділеннях лікарні. Це як самі пацієнти, так і їхні родини. Кожен пацієнт – це передусім особистість, зі своїм внутрішнім світом, своїм баченням себе і свого майбутнього, власними внутрішніми переживаннями. Перебуваючи в стінах лікарні, людина зазнає

неймовірного впливу на свою психіку. Страх перед хворобою, переживання за подальше лікування та інші фактори сильно впливають на психологічний стан людини.

**Мета дослідження** – розкрити роль медичного персоналу в психологічній підтримці госпіталізованих пацієнтів та їхніх родин в умовах війни.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Виклики, з якими стикаються медики під час спілкування з пацієнтами і їхніми родинами:

- емоційні труднощі: тривога, страх, несприйняття свого діагнозу, агресія з боку пацієнта або родичів;

- комунікативні бар'єри: небажання спілкуватися з медичним персоналом, бар'єри в спілкуванні з пацієнтами різної вікової категорії та різного соціального статусу;

- дефіцит часу: обмежений час на спілкування з пацієнтами у зв'язку з великим навантаженням на медичний персонал;

- недовіра до медиків: сумніви в компетентності медичного працівника, вплив сторонніх джерел інформації на прийняття рішення щодо лікування з боку пацієнта, труднощі щодо донесення медиком своєї думки до пацієнта;

- етичні питання: повідомлення про невтішні новини;

- взаємодія з родиною: невиправдані очікування з боку родичів на стан здоров'я пацієнта, тиск на медичний персонал, втручання в лікувальний процес з боку родичів;

- психологічний стан пацієнта: апатія, депресія, страх смерті, небажання дотримуватися медичних рекомендацій, когнітивні розлади;

- вплив зовнішніх інформаційних джерел на пацієнта: самодіагностика, поради від сторонніх осіб, поради з мережі інтернет, недовіра до доказової медицини.

Способи вирішення означених вище проблем:

- запровадження циклу навчання для медичних працівників для збільшення їхньої обізнаності щодо психологічної підтримки пацієнтів і їхніх родин;

- збільшення кількості клінічних психологів у штаті медичних закладів для надання психологічної допомоги пацієнтам і їхнім родинам.

**Висновки.** На сьогодні тема психологічної підтримки осіб, що проходять лікування в стаціонарних умовах лікарні, є вкрай актуальною. Медичний персонал стикається з безліччю викликів, які самостійно вирішити неймовірно складно. Запровадження циклу навчання для медичних працівників і збільшення кількості спеціалізованих послуг з боку клінічних психологів могло б істотно поліпшити умови перебування пацієнта і його родини в стаціонарних відділеннях лікарні та загалом оптимізувати систему організації медичної допомоги в Україні.

**СХОЖІСТЬ І ВІДМІННІСТЬ ВЕТЕРАНСЬКОГО ДОСВІДУ  
У В'ЄТНАМСЬКІЙ ВІЙНІ США І В ПОВНОМАСШТАБНОМУ  
РОСІЙСЬКОМУ ВТОРГНЕННІ В УКРАЇНУ:  
ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЗДОРОВ'Я  
І БЛАГОПОЛУЧЧЯ НА РІВНІ СУСПІЛЬСТВА,  
ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ОСОБИСТОСТІ**

**В. М. Лук'янчук**

*аспірант Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Проблема психологічних наслідків бойового досвіду ветеранів є фундаментальним викликом для військової психології і суспільства. В'єтнамська війна (1965–1975) стала переломним моментом у визнанні ПТСР: NVVLS зафіксувало поточний ПТСР у 9,1% ветеранів через 40 років, субпороговий – у 25,2% (Stellman et al., 2025). Повномасштабне вторгнення росії в Україну (з 2022 р.) генерує порівнюваний тиск: симптоми ПТСР виявляються у 36–63% залежно від групи (Lushchak et al., 2024), моральна травма охоплює понад 70% бойового персоналу (Zasiekina et al., 2024). Методологічну виправданість порівняльного аналізу визначає структурна подібність: масова мобілізація, тривала бойова інтенсивність і складна реінтеграція. Аналіз здійснювався на трьох рівнях: суспільство (стигматизація, культурні наративи), організація (реабілітаційні системи) та особистість (копінг-стратегії, резильєнтність).

**Мета дослідження** – виявити спільні патерни та унікальні відмінності в психологічному досвіді ветеранів обох воєн для адаптації верифікованих практик психологічного забезпечення до українських реалій на рівнях суспільства, організації та особистості.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.**

*Суспільний рівень.* Принципова відмінність – полярність суспільного сприймання ветеранів. Американські ветерани В'єтнаму повернулися в атмосферу стигматизації та антивоєнних протестів – незалежного предиктора ПТСР і відчуження (Kurth & Witzel, 2024). Українські ветерани потрапляють в атмосферу героїзації та солідарності – потенційний протективний фактор, ефективність якого потребує лонгітудної верифікації. Спільним є стигматизація психічних розладів у військовому середовищі: 40–60% ветеранів обох воєн не звертаються по допомогу (Larsson et al., 2025).

*Організаційний рівень.* Система VA після В'єтнаму будувалася реактивно – упродовж десятиліть після конфлікту, що спричинило системне відчуження ветеранів. Україна формує аналогічну інфраструктуру проактивно – в умовах активних бойових дій. Критичний дефіцит: один психолог на 400–500 військових, а за нормами НАТО – один на 70–90; лише 10% осіб із психічними

розладами отримують допомогу (Seleznova et al., 2023). Дослідники (Кокун та ін., 2022) виявили значне погіршення стану військових після третього місяця розгортання підрозділів, що обґрунтовує необхідність ротацій.

*Особистісний рівень.* Моральна травма є трансісторичним феноменом: концепт «зради з боку вищих» (Shay, 1994) набуває в Україні форм провини за виживання і сорому через цивільні втрати (Zasiekina et al., 2024). Ключова відмінність – природа стресу: В'єтнам генерував класичний ПТСР як реакцію на завершену травму; Україна переживає Continuous Traumatic Stress – безперервний, незавершений стрес на власній території (Kurapov et al., 2025).

**Висновки.** На основі результатів аналізу можемо обґрунтувати чотири рекомендації: (1) запровадити обов'язковий передрозгортальний і построзгортальний скринінг (PCL-5, MMPI-2-RF); (2) інституціоналізувати ротації – максимум три місяці безперервного перебування в зоні бойових дій; (3) розгорнути психологічну допомогу на базі первинної медичної ланки для зниження стигматизації звернень; (4) підготувати фахівців із моральної травми як клінічно відмінного від ПТСР феномену. Україна має шанс уникнути головної помилки США – ізоляції ветеранів – і перетворити суспільну солідарність на ресурс проактивної реінтеграції. Критичним залишається старт лонгітюдного когортного дослідження – українського аналога NVVLS.

УДК 159.9:355.01

## **ПЕРША ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ПОСТРАЖДАЛИМ УНАСЛІДОК БОЙОВИХ ДІЙ**

**Л. А. Осадча**

*кандидат психологічних наук, доцент, доцент  
Уманського національного університету, м. Умань*

**Актуальність дослідження.** Сучасні реалії в Україні суттєво виходять за межі звичного мирного життя. Воєнні дії, що тривають на території держави, призвели до значних змін у повсякденному існуванні населення, завдали шкоди фізичному здоров'ю людей, спричинили травми і матеріальні втрати. Усе це має серйозний негативний вплив на психоемоційний стан. Тривале перебування в умовах війни призводить до глибоких психологічних травм. У зв'язку з цим Міністерство охорони здоров'я України наголошує на необхідності забезпечення фахівців і волонтерів ефективними інструментами для запобігання розвитку психічних розладів. Адже наслідки сильного стресу і втрати соціальних зв'язків можуть спричинити асоціальну поведінку чи залежності. Тому питання надання першої психологічної допомоги постраждалим набуває особливої значущості.

**Мета дослідження** полягає у висвітленні специфіки і практичних аспектів надання першої психологічної допомоги особам, які постраждали внаслідок бойових дій.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Проблематика надання першої психологічної допомоги є предметом численних наукових досліджень (О. Бойко, Я. Бугерко, І. Гузенко, О. Максим, А. Романишин, Т. Рябовол, К. Фастовець та ін.). Аналіз наукових праць свідчить про необхідність подальшого ґрунтовного вивчення цього питання, особливо під кутом зору практичного застосування. Сам термін «перша психологічна допомога» було введено в науковий обіг у 1954 році в монографії Американської психіатричної асоціації.

Перша психологічна допомога охоплює комплекс гуманної і практичної підтримки людей, які опинилися в кризових обставинах. Вона передбачає: обережне, але ефективно надання підтримки; оцінювання потреб постраждалих; допомогу в задоволенні базових потреб (їжа, вода, інформація); здатність уважно слухати без примусу до розмови; вміння заспокоїти людину; сприяння в налагодженні контактів з відповідними службами; захист від подальшої небезпеки (Мостова, & Осадча, 2022). За визначенням ВООЗ, це гуманна, підтримувальна і практична допомога людям, які зазнали сильного стресу.

Ефективність такої допомоги забезпечується дотриманням ключових принципів: готовності до дій; спостереження за ситуацією і виявлення тих, хто потребує допомоги; активного слухання і підтримки; а також сприяння в задоволенні базових потреб і доступі до соціальних послуг (Фастовець, 2022).

Особливого значення перша психологічна допомога набуває у військовому середовищі. У бойових умовах вона є третьою за важливістю після виконання бойових завдань і надання медичної допомоги.

Перша психологічна допомога має вирішувати такі завдання: формування відчуття безпеки, підтримання соціальних зв'язків, зниження рівня тривожності, забезпечення доступу до необхідної допомоги, а також зміцнення внутрішніх ресурсів людини і її здатності допомагати іншим .

**Висновки.** Результати досліджень свідчать, що перша психологічна допомога може ефективно надаватися у відносно безпечних умовах. Її позитивними наслідками є стабілізація емоційного стану постраждалих, зниження рівня напруження, нормалізація поведінкових реакцій та фізіологічних показників, зокрема дихання. Отже, перша психологічна допомога є важливим чинником збереження психічного здоров'я населення в умовах воєнного часу.

## ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ КІБЕРПАЦІЄНТА В УМОВАХ ВІЙНИ

**О. А. Панченко**

*доктор медичних наук, доктор наук з державного управління, професор, почесний академік НАПН України, заслужений лікар України, генеральний директор ДНП «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України», президент громадської організації «Всеукраїнська професійна психіатрична ліга», м. Київ*

**В. В. Гуменюк**

*провідний фахівець з інформаційних технологій, інженер з патентної та винахідницької роботи адміністративно-інформаційного відділу ДНП «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України», м. Київ*

**Актуальність дослідження** формування особистості кіберпацієнта в умовах війни зумовлена радикальною зміною парадигми взаємодії «людина – технологія – медицина», яка відбувається безпосередньо зараз під впливом екстремальних факторів.

**Мета дослідження** – визначити і науково обґрунтувати вектори психологічної адаптації особистості кіберпацієнта в умовах війни, розкривши механізми інтеграції високих технологій (біоніки, нейроінтерфейсів, VR).

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Поняття «кіберпацієнта» в умовах сучасної війни виходить за межі простого використання телемедицини. Це трансформація ідентичності людини, чий досвід хвороби або травми нерозривно пов'язаний із цифровим середовищем, інформаційним впливом і технологічними засобами реабілітації.

Війна породжує унікальний тип стресу, де цифрові подразники викликають прямі фізіологічні реакції: гіперпильність – постійний моніторинг новин у смартфонах тримає симпатичну нервову систему в стані хронічного збудження; ефект «цифрового фантому» для людей з ампутаціями або складними пораненнями – взаємодія з високотехнологічними протезами чи VR-тренажерами для реабілітації; формування нової схеми тіла, де межа між біологічним і технологічним стирається.

Використання біонічних протезів, нейроінтерфейсів і VR-терапії для подолання ПТСР та фантомних болів створює новий тип особистості – людину, чия ідентичність інтегрована з технологією. Розуміння психологічної адаптації до таких змін є пріоритетом для відновлення людського капіталу.

**Висновки.** Ключовими векторами психологічної адаптації особистості кіберпацієнта є: феноменологія «Розширеного Я», коли нейроінтерфейс або біонічний протез стає частиною тіла і мозок проходить через стадію нейропластичної реорганізації; психологічний ризик відторгнення технології через невідповідність «образу Я» до травми і «нового Я» з металом/пластиком;

VR-терапія є містком між пам'яттю і реальністю. Використання віртуальної реальності для лікування ПТСР і фантомних болів базується на механізмі контрольованого занурення; дзеркальна терапія в VR для подолання фантомного болю обманює мозок, показуючи йому віртуальну кінцівку, що рухається; це змінює вісцеральну відповідь і «перепишує» нейронну карту болю. Експозиційна терапія VR дає пацієнтові змогу безпечно повернутися в травматичну подію (In Virtuo), щоб завершити психологічну реакцію, яка застрягла в тілі. Техногенна резистентність (стійкість), інтеграція з технологією наділяють пацієнта новою формою суб'єктності: людина, яка навчилася керувати протезом за допомогою імпульсів мозку (нейроінтерфейс), набуває унікального досвіду подолання безпорадності.

УДК: 616.89:004

## **ОСОБЛИВОСТІ НАДАННЯ МЕДИКО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ В УМОВАХ ЦИФРОВІЗАЦІ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я**

**О. А. Панченко**

*доктор медичних наук, доктор наук з державного управління, професор, почесний академік НАПН України, заслужений лікар України, генеральний директор ДНП «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України», президент громадської організації «Всеукраїнська професійна психіатрична ліга», м. Київ*

**О. О. Жогіна**

*завідувачка відділення клінічної нейрофізіології ДНП «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України», м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Цифровізація охорони здоров'я є одним із ключових напрямів трансформації сучасної медичної системи, що суттєво змінює підходи до надання медико-психологічної допомоги. В умовах воєнних викликів особливої актуальності набуває забезпечення доступності, безперервності та якості допомоги для різних категорій населення, зокрема осіб у зонах бойових дій, внутрішньо переміщених осіб і громадян за кордоном. Упровадження цифрових технологій відкриває нові можливості для оптимізації процесу лікування та реабілітації, однак водночас потребує наукового осмислення трансформації професійної діяльності лікаря-клініциста.

**Мета дослідження** – проаналізувати і визначити вектори розвитку діяльності лікаря-клініциста в умовах трансформації цифрового середовища та ризиків таких змін для прогресуючого надання медико-психологічної допомоги в умовах поширення штучного інтелекту.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Цифровізація медико-психологічної допомоги базується на впровадженні телемедицини, мобільних застосунків (mHealth), електронних медичних систем (eHealth) і технологій

штучного інтелекту, що забезпечують підвищення доступності, оперативності та персоналізації допомоги. Концептуальним підґрунтям сучасних трансформацій є перехід до моделі «4П» медицини, яка передбачає персоналізацію лікування з урахуванням індивідуальних особливостей пацієнта, предиктивність на основі аналізу великих даних, превентивність завдяки ранньому втручанню і профілактиці, а також партисипативність, що передбачає активну участь пацієнта в процесі лікування та відновлення здоров'я.

Водночас цифровізація медико-психологічної допомоги супроводжується низкою викликів, серед яких провідне місце займають технічні, психологічні та економічні бар'єри. На окрему увагу заслуговують питання забезпечення конфіденційності персональних даних, дотримання етичних стандартів у процесі використання цифрових інструментів. Важливим також є розвиток цифрової компетентності медичних працівників і пацієнтів як передумови ефективного використання інноваційних технологій у практиці. На додаток ефективність цифрової терапії залежить від розвитку цифрової емпатії, забезпечення належної комунікації, створення професійного дистанційного середовища та профілактики професійного вигорання спеціалістів.

**Висновки.** Інтеграція сучасних цифрових рішень у систему медико-психологічної допомоги сприяє підвищенню якості, точності та безперервності допомоги, формуючи новий стандарт пацієнтоорієнтованого і технологічно підкріпленого лікування. Принципово важливим є усвідомлення того, що цифрові технології мають бути інструментом доповнення, а не заміни фахівця, із суворим дотриманням принципів етичності, конфіденційності та безпеки даних. Найбільш ефективною є гібридна модель надання допомоги, що поєднує очні консультації для глибокої терапії та онлайн-підтримку для моніторингу стану і подальшого супроводу.

УДК: 351:616.89:159.96

## **ОРГАНІЗАЦІЙНО-ІНСТИТУЦІЙНІ ЗАСАДИ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ В УМОВАХ ВІЙНИ**

**І. А. Сердюк**

*кандидат наук з державного управління,*

*т.в.о. заступника генерального директора з інноваційної, наукової та освітньої діяльності ДНП «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України», м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Сучасні воєнні виклики, які постали наразі перед Україною, зумовлюють суттєве зростання потреби в комплексній підтримці психічного здоров'я населення, що актуалізує питання розвитку дієвих організаційно-інституційних засад психосоціальної реабілітації. Ідеться про створення багаторівневої системи, яка б забезпечувала координацію різних

інституцій і доступність підтримки для всіх осіб, які зазнали психотравмувального стресу.

**Мета дослідження** – проаналізувати організаційно-інституційні засади психосоціальної реабілітації та обґрунтувати напрями вдосконалення системи допомоги постраждалим в умовах війни.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Психосоціальна реабілітація в сучасних умовах має міждисциплінарний характер, поєднуючи медичні, психологічні та соціальні підходи, спрямовані на відновлення психічного здоров'я, соціального функціонування і життєвої активності осіб, які зазнали психотравмувального впливу. Організаційно-інституційні засади психосоціальної реабілітації передбачають взаємодію закладів охорони здоров'я, соціальних служб, освітніх установ, громадських і міжнародних організацій. Ефективність такої системи визначається узгодженістю дій мультидисциплінарних команд фахівців, упровадженням стандартизованих підходів до надання допомоги, а також доступністю послуг на рівні громади.

Ключові напрями психосоціальної реабілітації охоплюють: раннє виявлення психічних порушень і зниження їх симптоматики; формування соціальних і життєвих компетентностей; підтримання інтеграції особи в суспільство; роботу з родиною і найближчим соціальним оточенням; подолання стигматизації в осіб із психічними розладами.

Основними принципами психосоціальної реабілітації є індивідуалізація потреб і послуг, самовизначення, максимальне використання можливостей індивіда, формування вмій і навичок, організація підтримувального соціального середовища, пріоритетність соціального над медичним аспектом роботи, віддане ставлення фахівців. В умовах війни особливого значення набуває створення гнучких, інтегрованих моделей реабілітації, здатних забезпечити безперервність допомоги та адаптацію до змінних потреб населення, що дає змогу не лише зменшити наслідки психотравматизації, а й сприяє відновленню соціальної активності, якості життя та збереженню людського потенціалу суспільства.

Водночас реалізація психосоціальної реабілітації в Україні супроводжується низкою проблем, серед яких, зокрема, недостатня координація між інституціями, фрагментарність надання послуг, обмеженість ресурсного забезпечення та потреба в стандартизації підходів і термінології. Особливої уваги потребує розвиток системи післядипломної підготовки фахівців, упровадження супервізії та підвищення якості професійної взаємодії в мультидисциплінарних командах.

**Висновки.** Психосоціальна реабілітація в умовах війни є багаторівневою системою, що потребує чітко структурованих організаційно-інституційних засад, міждисциплінарної взаємодії та спрямованості на потреби особистості. Її ефективність визначається здатністю забезпечити не лише подолання наслідків психотравматизації, а й відновлення соціального функціонування, життєвих перспектив та якості життя постраждалого населення.

## СИМВОЛІЧНА РЕПРЕЗЕНТАЦІЯ ВТРАТИ В ДОСВІДІ УКРАЇНСЬКИХ ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ

**І. І. Сняданко**

*професор, доктор психологічних наук, професор кафедри практичної психології  
ментального здоров'я Національного університету «Львівська політехніка»,  
керівник Інституту психології та психотерапії, м. Львів*

**О. Г. Антипович**

*директор Соціологічної групи «Рейтинг», аспірант 2-го року навчання  
за спеціальністю «Психологія» Національного університету  
«Львівська політехніка», м. Львів*

**Актуальність дослідження.** Символічна репрезентація травми переміщення вимушених мігрантів є одним з актуальних досліджень, адже саме аналіз символічного дає змогу побачити особливості розгортання внутрішньої картини світу вимушеного мігранта без слів, через образ, метафору.

**Мета дослідження** – здійснити аналіз внутрішньої репрезентації втрати українських вимушених мігрантів через образ «дерево». Розкрити символічне значення окремих елементів образу крізь призму міграції.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Символічна репрезентація (Ricoeur, 1974) – це спосіб, у який складний досвід або емоційний стан передається через образи, метафори, культурні знаки, мову і наративи. Для вимушених мігрантів символи допомагають краще осмислити травматичний досвід і зберігати зв'язок з домом, передавати колективну пам'ять про втрату. Символічна репрезентація втрати (Halbwachs, 1950) часто пов'язана з темами дому, дороги, кордонів, пам'яті та надії на повернення.

Серед основних вимірів втрати (Caruth, 1995) у досвіді вимушеної міграції – втрата дому. Дім у символічному сенсі означає не лише фізичне житло, а й безпеку, належність, сімейні традиції і культурне середовище.

Багато українців описують втрату через порушення звичайного життя. Це втрата соціальних зв'язків, розрив із друзями, сусідами і професійною спільнотою. У досвіді вимушених мігрантів центральною метафорою стає також образ дороги. Травма міграції руйнує звичне життя, стара ідентичність розпадається. Символізм допомагає зібрати її наново через метафори, наративи, символи тощо.

У мігрантів ідентичність часто стає «гібридною». Вони шукають нові символи, щоб поєднати минуле («там») і теперішнє («тут»). Символічна репрезентація – це використання зовнішніх знаків (одягу, мови, жестів, предметів, творчості), щоб заявити про своє «Я» в новому середовищі. Для мігранта це працює у двох напрямках: репрезентація «Для себе» (внутрішня: як спроба втримати зв'язок з корінням) і репрезентація «Для інших» (зовнішня: як мігрант хоче, щоб його сприймало нове суспільство).

Малюнки мігрантів є актом символічної репрезентації ідентичності, де візуальні метафори (ключі, валізи, руїни) слугують засобом концептуалізації втраченого минулого і спробою інтегрувати травму в нову життєву стратегію. Малюнок «дерево» є класичним образом у символдрамі, що відображає життєву енергію та розвиток. Мігранти часто малюють дерева з оголеним корінням або дерева, вирвані з ґрунту. Це візуальний код втрати опори. Робота з образом дерева допомагає клієнтові символічно «пересадити» свою ідентичність у новий ґрунт, знаходячи способи адаптації через візуалізацію нових пагонів або міцної кори. Малювання дерева є частиною глобальної методики «Дерево життя», яку розробили психологи Н. Нкубе (Ncube, 2006) і Д. Денборо (Denborough, 2008). Її використовують у роботі з групами біженців та шукачів притулку, внутрішньо переміщеними особами (ВПО) і дітьми-мігрантами. Згідно з підходом символдрами і наративної терапії, кожна частина дерева має своє значення. У роботах вимушених мігрантів часто можна спостерігати такі особливості: вирване коріння, зламані гілки, дупло або пошкоджена кора, дерево-перекотиполе. Для українців символ дерева має додатковий рівень – як сакральний етнічний код, що поєднує покоління і є оберегом роду. Методика «Дерево життя», розроблена Нілін Нкубе і Девідом Денборо у 2006 році, базується на принципах наративної терапії. Спочатку її створили для роботи з дітьми, які постраждали від ВІЛ/СНІДу, але згодом вона стала золотим стандартом у роботі з біженцями і жертвами масового насильства.

**Висновки.** У ході дослідження проаналізовано особливості символічної репрезентації втрати в досвіді українських вимушених мігрантів. Встановлено, що вимушена міграція супроводжується не лише фізичним переміщенням, а й глибокими емоційними та соціокультурними втратами, пов'язаними з розривом із колишнім домом і звичним середовищем, зокрема втратою соціальних зв'язків і почуття безпеки.

УДК 159.9:613.86:331.101.3:316.346.2-055.2:355.01

## **БАЛАНС «РОБОТА-МАТЕРИНСТВО» В КОНТЕКСТІ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЖІНОК В УМОВАХ ВІЙНИ**

**В. Б. Юрченко**

*практичний психолог*

**Актуальність дослідження.** Українські жінки зазнають впливу повномасштабної війни вже понад чотири роки. Їхнє психічне здоров'я перебуває під тиском невизначеності, пов'язаної з масштабними бойовими подіями на території країни, а також численними ролями жінки, які вона має виконувати одночасно: матері, дружини, працівниці, іноді –

військовослужбовиці чи єдиної годувальниці в родині тощо. За таких обставин демографічна криза в Україні досягла критичних масштабів. Вона зумовлена насамперед військовими діями, економіко-соціальними умовами і рівнем психічного здоров'я населення. Тому дослідження балансу «робота-материнство» є актуальним у реаліях сьогодення.

**Мета дослідження** – здійснити теоретичний аналіз проблеми балансу «робота-материнство» в контексті психологічного здоров'я жінок в умовах війни.

**Результати теоретичного аналізу проблеми:** М. Баба зазначає, що термін «work-life balance», який з'явився у 1986 році, мав на меті віднайти рівновагу між численними ролями жінки в сучасному житті. Сьогодні це явище стосується тих категорій населення, які прагнуть гармонії між особистісним і професійним життям (Baba et al., 2025). Сучасна українська жінка виживає, балансує на грані можливого, тому йдеться не просто про баланс і гармонію, а про психічне здоров'я жінки. У дослідженні основну увагу зосереджено на балансі між професійною діяльністю і материнством, оскільки роль матері в умовах війни є для жінки однією з найскладніших. Під час війни роль матері постає як складна багатофакторна й багатофункціональна система, що охоплює широкий спектр відповідальностей.

Психічне здоров'я є важливим компонентом позитивного та усвідомленого ставлення до материнства. Л. Карамушка зазначає, що для розуміння психічного здоров'я суттєву роль відіграє біопсихосоціальна модель. Згідно з цією моделлю, людина – це цілісний організм, у якому біологічні, психологічні та соціальні чинники перебувають у постійному взаємозв'язку. Психічне здоров'я персоналу в організації в умовах війни охоплює такі основні компоненти: 1) здатність справлятися з повсякденними стресами життя; 2) здатність налагоджувати стосунки з людьми в умовах війни; 3) здатність ефективно здійснювати свою професійну діяльність і реалізовувати свої здібності в умовах війни (Карамушка, 2023).

Вагітні жінки і молоді матері є одними з найбільш сприйнятливих до впливу різноманітних факторів стресу, породжених війною (Chrzan-Detkos et al., 2023). Л. Крупельницька зазначає, що найбільш сприйнятливими до депресивних симптомів є незаміжні жінки, безробітні жінки, а також жінки, які оцінюють своє житло і фінансове становище як найгірше. Тому важливо визначити, які підтримувальні механізми є для цієї категорії жінок: 1) можливість повернутися додому; 2) задовільна підтримка медичних закладів; 3) копінг стратегії подолання стресу; 4) сімейні стосунки та підтримка рідних; 5) позитивне ставлення до дитини; 6) патріотичні почуття (Krupelnitska et al., 2025).

Баланс між роботою і материнством залежить, зокрема, від того, за яких обставин жінка виходить на роботу. Жінки, які працюють добровільно, здебільшого задоволені робочим графіком, системою заохочення, змістом роботи тощо. Жінки, які вимушено розпочинають трудову діяльність, ставляться до роботи більш негативно (Мелашенко & Гридковець, 2021).

**Висновки.** Проведений теоретичний аналіз засвідчив, що баланс між професійною діяльністю і материнством є важливим чинником для збереження психічного здоров'я жінок в умовах війни. Порушення цього балансу, особливо за умови вимушеного поєднання ролей, підвищує ризики емоційного виснаження, призводить до зниження задоволеності життям і розвитку депресивних станів. Отримані результати мають **практичне значення** і можуть бути використані для розроблення програм підтримки вагітних працюючих жінок, створення й упровадження курсів і тренінгів для працюючих матерів в умовах війни.

## РОЗДІЛ 6

# ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ТА УМОВИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я І БЛАГОПОЛУЧЧЯ НА РІВНІ ОСОБИСТОСТІ, ОРГАНІЗАЦІЇ, СУСПІЛЬСТВА

УДК 577.2: 616.89

### ПЕРСПЕКТИВИ УКРАЇНСЬКИХ ГЕНОМНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ВАЖКИХ МЕНТАЛЬНИХ НАСЛІДКІВ ВІЙНИ

**В. В. Башинська<sup>1</sup>, О. Ю. Михайленко<sup>1</sup>, А. В. Коблянська<sup>1</sup>, К. Б. Возніцина<sup>2</sup>,  
А. Р. Білошапка<sup>3</sup>, В. С. Цицирук<sup>1</sup>, Н. В. Дідик<sup>1</sup>, Т. Є. Кравчун<sup>1</sup>,  
О. М. Голіченков<sup>1</sup>, З. Ю. Майстренко<sup>1</sup>, О. П. Рудницька<sup>1</sup>, Г. В. Бєшкарєв<sup>4</sup>,  
Д. К. Датчук<sup>5</sup>, І. Д. Шкробанець<sup>1</sup>, О. І. Турос<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>ДУ «Інститут громадського здоров'я ім. О. М. Марзєєва НАМН України»,  
м. Київ

<sup>2</sup>ДЗ «Центр психічного здоров'я та реабілітації ветеранів “Лісова Поляна”  
МОЗ України», м. Київ

<sup>3</sup>КНП «Київська міська клінічна лікарня № 10», м. Київ

<sup>4</sup>Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського, м. Київ

<sup>5</sup>КНП «Київська міська клінічна лікарня № 10», м. Київ

**Актуальність дослідження.** Війна з терором проти населення України та окупацією частини території є важким травматичним досвідом із катастрофічними наслідками для психічного здоров'я. За оцінками загальнонаціонального репрезентативного опитування (травень 2025 р.), 33,5% українців мали тривожні симптоми, а 28,2% – депресивні, що суттєво перевищує показники до 2022 р. (Pinchuk et al., 2025). Усе більше українців стикаються з проблемами психічного здоров'я (ПТСР, депресії, панічні атаки), вживають психоактивні речовини (ПАР), антидепресанти (Fountoulakis et al., 2025).

За аналітикою ВООЗ, ООН, МОЗ та інших міжнародних дослідницьких груп, Україна має середню і вищу від середньої поширеність зловживання ПАР у світі (GATS, 2017; Ritchie, & Roser, 2018; Shield et al., 2025), більше того – ще й високі показники смертності від алкоголю (Shield et al., 2025). Глобальний метааналіз показує, що рівень поширеності посттравматичного стресового розладу (ПТСР) після масових травматичних подій становить 30–40% серед безпосередніх жертв, 10–20% – серед рятувальників і 5–10% – серед населення загалом (Brewin, et al., 2025).

**Мета роботи** – проаналізувати сучасні наукові дані щодо геномних досліджень залежностей від ПАР і ПТСР.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Розлади психіатричного спектру є комплексними полігенними захворюваннями. Близнюкові і сімейні дослідження показали, що внесок генетичних факторів у мінливість цих груп захворювань становить 30–70% для розладів вживання ПАР (Ducci, & Goldman, 2012) і 30–40% – для ПТСР (Cornelis et al., 2010).

Генетичні локуси, утілені в генетичній схильності до розвитку залежностей, картовані здебільшого в генах ферментів, які метаболізують ці речовини, їх рецепторів або нейромедіаторів, задіяних у системах винагород, пам'яті, коннектома кори (Bashynska, & Mukhailenko, 2025). Повногеномні дослідження асоціації (GWAS) ПТСР проводилися переважно на європейських та афроамериканських чоловіках і виявили поліморфні локуси в генах, задіяних у сигнальних шляхах глюкокортикоїдів, репарації та зростанні нейронів, ембріональному розвитку, імунній відповіді, оксидативному стресі (*FKBP5*, *KLHL1*, *GLUT2*, *HLA-B* тощо) (Cornelis et al., 2010; Duncan et al., 2018; Sheerin et al., 2019). Попри велику кількість досліджень, генетичні фактори ризику залежностей від ПАР і ПТСР досі не повністю виявлено навіть щодо населення Західної Європи і США, яке в основному було залучено в ці дослідження (Savage et al., 2018; Nievergelt et al., 2019).

Показано, що генетична архітектура комплексних захворювань може відрізнятися в популяціях з різною еволюційною історією. Прогнозувальна здатність показників генетичного ризику також суттєво відрізняється між популяціями (Marigorta et al., 2011; Araújo, & Wheeler, 2022). Крім цього, психологічні показники та норми вживання і доступність різних ПАР також суттєво варіюють у різних суспільствах.

**Висновки.** Українська популяція є наразі малодослідженою в галузі генетики. Висока поширеність розладів вживання ПАР і стрес-асоційованих розладів, імовірно збільшення їхньої поширеності внаслідок війни зумовлюють високу актуальність проведення генетичних досліджень цих ознак в Україні.

УДК 159.9:343.1

## **СТРУКТУРА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ФАХІВЦІВ СИСТЕМИ ПРАВОСУДДЯ ДО ТРАВМОІНФОРМОВАНОЇ ВЗАЄМОДІЇ З ВРАЗЛИВИМИ ОСОБАМИ**

**Є. І. Бондаренко**

*PhD, професор кафедри публічного та міжнародного права  
Київського національного економічного університету імені Вадима Гетьмана,  
м. Київ*

**Актуальність дослідження.** В умовах тривалої збройної агресії система правосуддя України стикається з критичним зростанням кількості вразливих осіб. За даними Моніторингової місії ООН з прав людини, лише в лютому 2026 року внаслідок конфлікту загинуло щонайменше 188 осіб і 757 дістали

поранення, що на 31% перевищує показники аналогічного періоду минулого року (ОНСНР, 2026). Директива ЄС 2012/29/EU встановлює стандарти захисту жертв, що вимагають від правників не лише процесуальної коректності, а й розуміння психології травми. Проте традиційна модель підготовки суддів і прокурорів часто ігнорує ризики вторинної травматизації і ятрогенного впливу на потерпілих (Бондаренко, 2025). Тому розроблення структури психологічної готовності до травмоінформованої взаємодії є нагальним науковим і практичним завданням.

**Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати і дескриптувати структурні компоненти психологічної готовності фахівців системи правосуддя до впровадження травмоінформованого підходу в професійну діяльність.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** На основі концепції SAMHSA (2014) та аналізу нейробіології травми готовність визначено як інтегративне утворення, що базується на п'яти взаємопов'язаних компонентах:

- 1) *когнітивно-смысловий*: знання про «вікно толерантності» (Sweeney et al., 2018) і вплив несприятливого дитячого досвіду на поведінку особи в суді (Felitti et al., 1998);
- 2) *емоційно-регулятивний*: здатність до контейнування власних афектів та розпізнавання ознак вторинного травматичного стресу (Crivatu et al., 2021; Sutton et al., 2022);
- 3) *деонтологічний*: орієнтація на принципи безпеки, довіри та вибору потерпілого (Levenson, 2017);
- 4) *інструментально-поведінковий*: володіння техніками стабілізації стану вразливих осіб під час процесуальних дій;
- 5) *рефлексивний*: здатність до критичного переосмислення професійного досвіду крізь призму травмоінформованості.

Запропонована архітектура готовності має ієрархічну будову. *Ядром* є професійна ідентичність фахівця, *медіатором* – емоційний інтелект, а *рамкою* – організаційна культура суду, прокуратури та інших правоохоронних органів, яка або підтримує, або нівелює принципи травмоінформованості. Такий підхід дає змогу мінімізувати ризики ретравматизації потерпілих і запобігти професійному вигоранню самих правників.

**Висновки.** Психологічна готовність до травмоінформованої взаємодії є не статичною рисою, а динамічною компетентністю, що потребує системного розвитку. На базі обґрунтованої моделі розроблено програму професійного розвитку «Trauma-Flow», яка містить три модулі: «Нейропсихологія травми в правовому контексті», «Комунікативні стратегії безпеки» і «Ресурсність та профілактика вікарійної травматизації». Упровадження цієї моделі в систему підвищення кваліфікації суддів та адвокатів забезпечить перехід до відновного і людиноцентричного правосуддя, що відповідає європейським стандартам захисту прав людини.

## **ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ І ТРИВОЖНІСТЬ: РЕЗУЛЬТАТИ КОРПОРАТИВНОЇ ПРОГРАМИ В УМОВАХ ВІЙНИ**

**Ю. Б. Горбачова**

*керівник департаменту ментального здоров'я МХП (ПрАТ «МХП»), м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Повномасштабна війна створює унікальний психологічний контекст, де психологічні захисти послаблені, а тригери є всюди. За даними перших досліджень впливу повномасштабної війни на психічний стан українців, серед університетського персоналу та студентів зафіксовано: у 76,9% – гнів, у 84,3% – депресію, у 84,4% – нервозність, у 86,7% – виснаження (Курапов та ін., 2022). Це означає, що практично кожен працівник корпоративного середовища потерпає від тієї чи іншої форми травматичного досвіду – особистого, родинного чи колективного. Дослідження також фіксують значне зростання рівнів тривожності, депресії та стресу серед українського населення; при цьому погіршення фінансового стану і зайнятості є одним із предикторів підвищеної тривожності (Курапов та ін., 2023).

В умовах постійної невизначеності емоційний інтелект (ЕІ) є ключовим ресурсом психологічного благополуччя і саморегуляції. Сучасні дослідження підтверджують, що ЕІ значною мірою впливає на ефективність працівників, визначаючи як індивідуальні результати, так і загальні організаційні показники (Шармін та ін., 2024). Метааналіз 50 досліджень свідчить, що ефективне навчання ЕІ неможливе без методів, які активують особистий досвід та емоції: лише лекційний формат дає розуміння, але не змінює поведінку (Мелер та ін., 2024). Корпоративні програми розвитку ЕІ набувають особливої актуальності як інструмент системної психологічної підтримки персоналу.

**Мета дослідження** – емпірично дослідити ефективність корпоративної програми розвитку емоційного інтелекту в зниженні тривожності та підвищенні саморегуляції працівників в умовах війни.

**Методика та організація дослідження.** Програма "ЕІ. 5 кроків до емоційної рівноваги" реалізується в межах корпоративної психологічної роботи з 2022 року. Загальна кількість учасників – 605 осіб (2022 – 95, 2023 – 230, 2024 – 280). Діагностичний інструментарій: тест емоційного інтелекту Холла; шкала ситуативної та особистісної тривожності Спілбергера – Ханіна; шкала емоцій Ізарда; тест вольової саморегуляції Зверькова – Ейдмана. Вимірювання проводилися до і після програми.

**Результати дослідження.** За результатами дослідження зафіксовано статистично значущі зміни. Рівень вольової саморегуляції (високий) зріс від 62,5% до 81,5%; наполегливості – від 68,8% до 75%; самоконтролю – від 56,3% до 62,5%. Рівень ситуативної тривожності (низький) зріс від 18,8% до 56,5%; особистісної тривожності (низький) – від 18,8% до 69%. Виявлено кореляційні зв'язки: підвищення рівня управління емоціями корелює зі зростанням

наполегливості ( $r=0,540$ ,  $p\leq 0,032$ ); зростання емоційної обізнаності – зі зниженням ситуативної тривожності ( $r=-0,622$ ,  $p\leq 0,010$ ); розвиток навичок розпізнавання емоцій – з підвищенням емпатії ( $r=0,567$ ,  $p\leq 0,022$ ). Індекс задоволеності учасників NPS становить +92,5%.

**Висновки.** Отримані результати підтверджують ефективність корпоративної програми розвитку емоційного інтелекту як інструменту зниження тривожності та підвищення саморегуляції персоналу в умовах війни. Зафіксовані кореляційні зв'язки між компонентами EI та показниками тривожності і вольової регуляції узгоджуються з даними сучасних досліджень щодо ресурсної функції емоційного інтелекту в стресових умовах. Результати можуть бути використані HR-підрозділами і фахівцями з організаційної психології під час розроблення програм підтримки персоналу в умовах тривалого воєнного стресу.

УДК 159.953.5

## **КОГНІТИВНІ УПЕРЕДЖЕННЯ ЯК ФЕНОМЕНОЛОГІЧНИЙ СКЛАДНИК КРЕАТИВНОГО МИСЛЕННЯ**

**І. В. Данилюк**

*доктор психологічних наук, професор,  
член-кореспондент НАПН України, декан факультету психології,  
професор кафедри експериментальної та прикладної психології  
Київського національного університету імені Тараса Шевченка, м. Київ*

**О. О. Полисаєв**

*кандидат філософських наук, магістрант ІПО  
Київського національного університету імені Тараса Шевченка,  
співробітник тренінгового центру «Resource studio», м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Креативність і консервативність мислення є взаємопов'язаними, але недостатньо концептуалізованими характеристиками пізнавальних процесів. Недооцінка співвідношення творчого переосмислення та відтворення усталених когнітивних схем уповільнює формування гнучких епістемологічних підходів. Актуалізація цієї проблеми є необхідною для поглибленого осмислення креативності як багаторівневого феномену.

Українські дослідники розглядають креативне мислення як багатовимірний феномен, важливий для розвитку особистості, освіти та професійної діяльності (Дорошенко, 2024; Коваленко, 1999; Кузьменко, 2020; Кучинова, 2017). Міждисциплінарні підходи поєднують психологічні, соціально-філософські та педагогічні перспективи (Акімова, 2018; Балахтар, 2021; Заїка, 2015; Зімовін, 2016). Дослідження когнітивних викривлень і ментальних пасток (Паньковець,

Куценко, Палій та ін., 2020) поглиблюють розуміння обмежень креативного процесу.

Зарубіжні наукові підходи розширили розуміння креативності, інтегруючи нейробіологічні, когнітивні та прикладні аспекти (Кабейн, 2012; Канеман, & Тверські, 2011; Купер, 2012; Пітерсон, 1999; Сапольські, 2004; Торранс, 1980). У сукупності ці дослідження формують комплексне бачення креативності як багаторівневого феномену.

**Метою дослідження** є теоретичне обґрунтування впливу когнітивних упереджень на процес креативного мислення та аналіз їхньої феноменологічного складника, тобто суб'єктивного переживання виникнення ідей і процесів інсайту.

**Результати теоретичного аналізу проблеми** показують, що когнітивні викривлення не є виключно дисфункційними: вони можуть стимулювати ментальну гнучкість та оригінальність інтерпретацій. Креативність формується як результат взаємодії відхилень від нормативних схем опрацювання інформації та використання нетипових когнітивних стратегій.

Емпіричні напрацювання проблематики впливу когнітивних упереджень на креативне мислення (І. Данилюк і О. Полисаєв) частково підтверджують зв'язок між когнітивними особливостями та рівнем креативного мислення: окремі ментальні викривлення слугують основою формування нових ідей. Креативність часто проявляється автономно, демонструючи гнучкість і відкритість на протигагу ригідним і нормативним стратегіям. Пастки сприймання можуть обмежувати стандартні логічні процеси і водночас стимулювати оригінальні рішення, підкреслюючи феноменологічний аспект переживання мислення.

Суб'єктивний досвід мислення наголошує на важливості врахування індивідуальних когнітивних стилів, схильності до викривлень і зовнішніх факторів (колективні напрацювання, конкуренція, часові обмеження). Це дає змогу своєчасно ідентифікувати когнітивні схильності, ефективніше використовувати ресурси інтелекту і запобігати одноманітності, консервативності й стереотипності мислення.

**Висновки.** Креативність є динамічним багаторівневим феноменом, що формується під впливом когнітивних стилів, викривлень та зовнішніх умов. Когнітивні упередження мають амбівалентний характер: вони обмежують і водночас стимулюють творчі процеси, сприяючи ментальній гнучкості.

Отримані результати теоретичного аналізу формують підґрунтя для подальших досліджень: вони дають змогу чітко окреслити ключові концептуальні категорії, визначити потенційні взаємозв'язки між індивідуальними особливостями і зовнішніми умовами, а також розробляти контекстно чутливі методики розвитку творчого потенціалу та професійної підготовки. Такий підхід відкриває перспективи для гнучких, емпірично обґрунтованих стратегій розвитку креативності в різних контекстах пізнавальної діяльності.

## **ТРАНСФОРМАЦІЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ І ПІДЛІТКІВ ПІД ЧАС ВОЄННИХ ДІЙ В УКРАЇНІ: СТАН, РИЗИКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ДОПОМОГИ**

**А. В. Кабанцева**

*кандидат психологічних наук, завідувачка відділення клінічної психології  
ДНП «Науково-практичний медичний, м. Київ  
реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України»,  
старший викладач кафедри загальної та медичної психології  
Національного медичного університету ім. О. О. Богомольця, м. Київ*

**В. Є. Потехіна**

*клінічний психолог відділення клінічної психології  
ДНП «Науково-практичний медичний  
реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України», м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Станом на початок 2026 року масштаб проблеми психічного здоров'я дітей і підлітків набуває рис національної катастрофи, адже 2,5 млн дітей зазнали втрат. Тому дослідження психоемоційного стану дітей і підлітків має безпосереднє практичне значення для надання необхідного обсягу психологічної допомоги та розроблення відповідних програм відновлення, зокрема із застосуванням травмофокусованого підходу.

**Мета дослідження** – проаналізувати трансформацію психоемоційної сфери дітей і підлітків під час воєнних дій в Україні, окреслити ризики та перспективи допомоги.

**Результати дослідження.** На базі ДНП «Науково-практичний медичний реабілітаційний центр Міністерства охорони здоров'я України» проведено пілотне дослідження 32 дітей віком від 10 до 16 років, які зверталися по допомогу до клінічного психолога у зв'язку з пережитими травматичними подіями. Діагностика проводилася з дітьми і їхніми батьками, використовувалися клінічна бесіда, анкетування, опитувальники, проєктивні методики. Травматичними подіями стали вимушене переміщення, безпосереднє перебування в зоні обстрілів, свідчення руйнувань, загибелі близьких, розлука з батьками, негативні поведінкові реакції самих батьків чи дорослих, які ними опікувалися. Результати проєктивних методик показали наявність астенічних проявів (47,8%), тривожності (75%), страхів (34%), депресивних тенденцій (16%), агресивних реакцій на ситуацію стресу (28%). За результатами шкали оцінювання впливу травматичної події і невротичних проявів у 100% випадків виявлено інтрузії та уникнення різного ступеня прояву, з числа яких у 40,6% спостерігалися прояви ПТСР. У понад 80% респондентів діагностовано сильно сприйнятий стрес, у 37,5% дітей – високий ризик депресивного клінічного

симптомокомплексу, а тривожного – у 31,3%. Також виявлено порушення сну (78,1%), вегетативні розлади (18,6%), прояви порушень поведінки (12,5%). Діти відмічали сильну реакцію тіла (фізична стигматизація) у разі згадування травматичної події, почуття самотності серед інших людей, нервування через різкі звуки, уникання нав'язливих думок, відчуття нудоти і прояви деперсоналізації («ніби бачу себе збоку»).

**Висновки.** Воєнні події призводять до виникнення стійких негативних емоцій, виснаження психічних ресурсів і втрати моральних сил, що актуалізує провідну роль клінічного психолога в наданні фахової допомоги дітям і підліткам. Виявлені тенденції демонструють необхідність запровадження соціальних ініціатив, розроблення системи надання комплексної медико-психологічної клінічної допомоги за участю клінічних психологів, а також створення і впровадження програм підвищення резильєнтності й психосоціальної підтримки в освітньому середовищі. Важливими напрямками є також створення безпечних просторів (Child Friendly Spaces) і підтримання батьківської компетентності.

УДК 159.944:005.32:159.9(4/9)

## **ОСНОВНІ ЕТАПИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПЕРСОНАЛУ ОРГАНІЗАЦІЙ У ЗАРУБІЖНІЙ ПСИХОЛОГІЇ**

**Л. М. Карамушка**

*дійсний член НАПН України, доктор психологічних наук, професор,  
заступник директора з науково-дослідної роботи та міжнародних зв'язків  
Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Однією з важливих умов ефективної діяльності вітчизняних організацій є забезпечення професійного благополуччя персоналу організацій. Це передбачає, зокрема, вивчення основних етапів дослідження професійного вигорання в зарубіжній психології, що може сприяти швидшій інтеграції українських психологів у міжнародний контекст досліджень цього напрямку та визначенню власного ракурсу дослідження цієї проблеми в умовах українських реалій (повномасштабної війни РФ проти України, економічної і соціальної напруженості). Наразі ця проблема не знайшла достатнього висвітлення в науковій літературі.

**Мета дослідження** – проаналізувати основні етапи дослідження професійного благополуччя персоналу організацій у зарубіжній психології.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Аналіз літератури показує, що у вивченні професійного благополуччя в зарубіжній психології в історичному контексті можна виділити такі *основні етапи дослідження*.

Етап 1: Дослідження фізичної безпеки та гігієни праці (кінець XIX ст. – середина XX ст.). Цей етап був зумовлений потребами індустріальної епохи, коли

переважало виробництво, а умови праці робітників часто були небезпечними (масове виробництво, довгий робочий день, використання важкої техніки, відсутність системного законодавства про охорону праці). Основна увага приділялася виживанню працівників та запобіганню фізичним ушкодженням, зокрема механічним травмам, хворобі чи смерті на робочому місці, водночас психологічні аспекти до уваги не брались.

Етап 2: Дослідження «людських відносин» і задоволеності роботою (середина ХХ ст. – 1980-ті рр.). На цьому етапі увага перемістилася від фізичних умов до психологічних і соціальних аспектів роботи. У процесі хоторнських експериментів було виявлено, що соціальна увага і групова динаміка важливіші за фізичні умови (освітлення, перерви). Велика увага приділялася ієрархії потреб і факторів, які мотивують людей працювати. Це стало основою для розуміння того, що для задоволеності роботою мають значення не лише базові потреби, а й соціальні потреби, повага та самоактуалізація (Maslow, 1943). Було здійснено аналіз гігієнічних факторів (умови праці, зарплата), які запобігають незадоволеності, і мотиваційних факторів (досягнення, визнання), які викликають задоволеність (Herzberg, Mausner, & Snyderman, 1959). Також відбулася інтеграція HR-функції в управління організаціями, прийшло розуміння важливості ролі стилю управління і водночас корпоративної культури.

Етап 3: Дослідження стресу і вигорання (1980-ті рр. – кінець 1990-х рр.). Цей етап став реакцією на зростання рівня психологічного тиску, зумовленого економічними змінами, посиленням конкуренції, технологічного прогресу, що призвів до збільшення робочого навантаження та складності завдань в умовах постіндустріальної економіки, глобалізації та прискорення темпу життя. Велика увага приділялася вивченню причин виникнення стресу на робочому місці (Lazarus & Folkman, 1984). Було розроблено модель «Вимоги-Контроль» («Job Demands-Control Model»), яка пояснювала, що поєднання високих вимог до роботи і низького контролю над нею призводить до найвищого рівня стресу і психічного виснаження (Karasek, 1979). Розроблялися методи і тренінги для допомоги працівникам у подоланні стресу (стрес-менеджмент), моделі та інструменти для діагностики і профілактики синдрому професійного вигорання (burnout) (Maslach & Jackson, 1981).

Етап 4: Дослідження позитивної психології та залученості (позитивний підхід) (2000-ні рр. – 2010-ті рр.). Цей етап був ініційований появою нової галузі психології – позитивної психології, заснованої М. Seligman (2011). Фокус змістився на вивчення людського процвітання (flourishing) та оптимального функціонування. Позитивна психологія запропонувала нове бачення роботи, акцентуючи увагу на сильних сторонах, мотивації та енергії. Благополуччя почали визначати як «залученість у роботу» (work engagement) або «процвітання» (flourishing). Це активний, позитивний стан, що характеризується енергією, відданістю та поглинутістю роботою, а не просто відсутністю вигорання чи стресу. Велика увага на цьому етапі також була приділена розробленню моделі JD-R («Job Demands-Resources»), спрямованої на розширення попередньої моделі («Вимоги-Контроль»). Вона обґрунтувала роль ресурсів (підтримки, автономії, зворотного зв'язку) у підвищенні залученості та благополуччя (Schaufeli &

Vakker, 2004). Професійне благополуччя розглядали як результат балансу між вимогами роботи (фізичне та психологічне навантаження) і ресурсами роботи (підтримка, автономія, зворотний зв'язок).

Етап 5: Дослідження цілісного і системного благополуччя (2020-ті рр. – дотепер). Благополуччя в організації розуміють як цілісний, стратегічний актив компанії, який охоплює всі сфери життя працівника (фізичне, психічне, соціальне, фінансове здоров'я та відчуття мети). Водночас мета полягає не просто в забезпеченні залученості працівників, а в стійкому їхньому процвітанні (sustainable flourishing).

**Висновки.** У результаті проведеного аналізу виділено п'ять основних етапів дослідження професійного благополуччя персоналу організацій у зарубіжній психології, які стосуються різних аспектів вивчення цього феномену (фізичної безпеки та гігієни праці; «людських відносин» і задоволеності роботою; стресу і вигорання; позитивної психології і залученості; цілісного й системного благополуччя). Отримані дані будуть корисними для українських психологів, зокрема організаційних, для розроблення теоретико-методологічних підходів і дизайнів досліджень з проблеми професійного благополуччя персоналу організацій.

УДК 159.9:316.6:331

## **АНАЛІЗ ЗАРУБІЖНИХ ТЕОРІЙ РОБОЧОЇ АДАПТАЦІЇ І ВІДПОВІДНОСТІ ОСОБА-ОРГАНІЗАЦІЯ**

**А. О. Кондратська**

*аспірантка відділу соціальної психології особистості*

*Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Проблематика адаптації працівників у професійному середовищі системно досліджується з кінця ХХ століття, що зумовлено зростанням ролі людських ресурсів як визначального чинника ефективності та розвитку сучасних організацій.

Одним із ключових питань, на які намагаються відповісти науковці, є визначення чинників, що впливають на тривалість перебування працівника в організації (стаж), а також пошук ефективних підходів до її підвищення. Особливої актуальності це питання набуває щодо категорії ветеранів і ветеранок, які повертаються до цивільної професійної діяльності після звільнення з військової служби, адже проблема їхнього працевлаштування та утримання на робочому місці є надзвичайно гострою через складність реінтеграції та підвищений рівень безробіття.

З огляду на зазначене доцільним є теоретичний аналіз релевантних зарубіжних теоретичних підходів, що дасть змогу застосувати їхні положення

для розв'язання проблеми реадаптації українських ветеранів і ветеранок у цивільних організаціях.

**Мета дослідження** – проаналізувати зарубіжні теорії робочої адаптації (TWA) і конструкт відповідності особа-організація (P-O Fit).

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Однією з найбільш широких рамок, у яких розглядається питання адаптації працівників в організаціях у світовій психологічній літературі, є використання теорії робочої адаптації (TWA; Dawis & Lofquist, 1984) і концепції відповідності особа-організація (Kristof, 1996).

Теорія робочої адаптації (Dawis, 2005; Dawis & Lofquist, 1984) є частковим випадком теорії адаптації, яка розглядає працівника як особу, що адаптується, а організацію – як середовище, до якого ця особа адаптується. Предикативна модель теорії адаптації визначає центральну роль у процесі адаптації конструкта відповідності працівника та організації, який впливає на задоволеність працівника і задовільність його для організації, які впливають на трудовий стаж в організації і визначають успішність адаптації.

Хоч інші чинники, зокрема інтереси та особистісні риси особи, характеристики організації, стилі відповідності особа-організація тощо, також можуть впливати на результати робочої адаптації, дослідження предикативної моделі теорії послідовно показують, що змінні відповідності особи і середовища здатні прогнозувати результати професійної адаптації з достатньою точністю, щоб мати теоретичну й практичну цінність.

Концепція відповідності особа-організація (Cable & DeRue, 2002; Kristof, 1996) операціоналізує цю відповідність через два напрями: доповнювальну і компенсаторну відповідність. У ній доповнювальна відповідність реалізується через близькість фундаментальних характеристик особи й організації, як-от цінності, цілі, норми, а компенсаторна – через два співвідношення: потреби працівника – ресурси організації (1) і здібності працівника – вимоги організації (2).

Вимірювання цього конструкта проводиться переважно через вимірювання сприйнятої працівником відповідності особа-організація, оскільки саме цей підхід вимірює конструкт, найближчий до особистих настановлень досліджуваного. У такий спосіб можна передбачити, що інші настановлення також будуть під впливом сприйнятої відповідності. Якщо людина відчуває, що вона відповідає організації, то вищі показники мають спостерігатися в таких конструктах, як задоволеність роботою, відданість організації та бажання продовжувати роботу.

**Висновки.** Теоретичний аналіз засвідчив, що зарубіжні підходи, зокрема теорія робочої адаптації і конструкт відповідності особа-організація, мають значний предикативний потенціал щодо адаптації працівника в організації. Отже, їхні положення можуть бути використані для побудови теоретичної моделі реадаптації українських ветеранів і ветеранок у цивільних організаціях, у якій центральним конструктом має бути відповідність ветеран-організація, сформована за аналогією із зазначеними теоретичними підходами. Для операціоналізації цього конструкта пропонуємо розглядати такі відповідності,

як відповідність цінностей ветеранів та організації, відповідність потреб ветеранів і забезпечення їх організацією, а також здібностей ветеранів і вимог організації до працівника-ветерана.

УДК 159.9.018:005.7

## КОРПОРАТИВНА АРХІТЕКТУРА ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ КОНТЕЙНЕР ОРГАНІЗАЦІЙНОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ

**О. М. Кравченко**

*PhD аспірантка кафедри практичної та клінічної психології  
ПВНЗ «Європейський Університет», м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Сучасні організації функціонують в умовах високої динаміки змін, цифровізації, структурних перебудов і зростаючої невизначеності. У цих умовах корпоративна архітектура (enterprise architecture) традиційно розглядається як інструмент узгодження бізнес-моделі, процесів, ролей, ІТ-систем і стратегічних пріоритетів (Lankhorst, 2017). Актуальність дослідження зумовлена необхідністю розширити розуміння бізнес-архітектури від техніко-управлінського інструменту до соціотехнічної і психодинамічної системи, де організація розглядається як соціотехнічна система. Системно-психодинамічний підхід доповнює цю оптику, показуючи, що в організаційних структурах закріплюються не лише функції та відповідальність, а й тривоги, колективні фантазії, проєкції, соціальні захисти і несвідомі ролі (Bion, 1961). У такому підході будь-який архітектурний артефакт має аналізуватися щонайменше у трьох вимірах: технічному, соціальному і психодинамічному (Obholzer, & Roberts, 1994).

**Метою дослідження** є теоретичне обґрунтування можливості інтеграції системно-психодинамічного підходу з бізнес-архітектурою шляхом розгляду корпоративної архітектури як психологічного контейнера організаційної трансформації.

**Результати теоретичного аналізу проблеми** свідчать, що інтеграція психодинамічної оптики в бізнес-архітектуру є не лише можливою, а й методологічно продуктивною. У такому підході процеси, цільові операційні моделі, архітектурні принципи й організаційні структури є не тільки інструментами координації, а й контейнерами для індивідуальної і групової тривоги (Bion, 1961). Показовим у цьому контексті є приклад ІТ-функції, яка часто стає емоційним епіцентром системи. Формальні механізми на кшталт багаторівневих погоджень чи гіперконтролю змін можуть бути соціальними захистами, які знижують тривогу, але водночас блокують швидкість, інновації і живу відповідальність. Межа «бізнес-ІТ» часто перетворюється на психодинамічно перевантажену зону «ми-вони», де кожна сторона захищається від тривоги шляхом перекладання провини. Відповідно, бізнес-архітектурний

дизайн має не посилювати ці поділи, а створювати спільну задачу, кросфункціональні продуктові команди і єдині форуми ухвалення рішень (Kotter, 1996).

**Висновки.** Теоретичний аналіз дає підстави стверджувати, що корпоративну архітектуру доцільно розглядати не лише як інструмент структурного узгодження бізнесу й технологій, а і як психологічний контейнер організаційної трансформації (Bion, 1961; Obholzer, Roberts, 1994). Такий підхід розширює можливості як організаційної психології, так і бізнес-архітектури, створюючи підґрунтя для подальших емпіричних досліджень впливу несвідомих процесів на архітектурні рішення та успішність трансформацій.

УДК 159.9:378.091.212:355.01

## СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

**О. В. Креденцер**

*доктор психологічних наук, професор, завідувачка відділу соціальної психології особистості Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, провідний науковий співробітник лабораторії організаційної та соціальної психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Київ*

**Вступ.** Актуальність дослідження соціально-психологічних чинників резильєнтності студентів в умовах війни зумовлена безпрецедентними викликами, які постають перед молоддю в ситуації тривалого стресу, небезпеки та невизначеності. Воєнні дії суттєво трансформують освітнє середовище, порушують звичні соціальні зв'язки, ускладнюють процес професійного становлення і негативно впливають на психічне благополуччя студентів. У цих умовах резильєнтність стає ключовим психологічним ресурсом, що забезпечує здатність особистості адаптуватися, зберігати ефективність діяльності та підтримувати внутрішню стабільність.

**Мета роботи** – дослідити вплив соціально-психологічних чинників на резильєнтність студентів.

**Методика та організація дослідження.** *Емпіричні методи дослідження:* «Інструмент дослідження резильєнтності (ІДР-14)» (Колесніченко & Береженна, 2023).

*Статистичні методи дослідження:* методи описової статистики і  $\chi^2$ . Обробка даних здійснювалася за допомогою програмного забезпечення Jamovi (версія 2.3.28). Програму дослідження затверджено Комісією з етики наукових досліджень Інституту соціальної та політичної психології НАПН України (протокол № 07/25, від 28 квітня 2025 року).

*Вибірка дослідження:* 502 респонденти, які є учасниками навчального процесу, серед них 419 осіб (83,5%) здобувають освітній рівень бакалавра, 78 (15,5%) – рівень магістра і 5 осіб (1%) – рівень аспіранта.

**Результати дослідження.** Аналіз отриманих результатів свідчить про загалом середній рівень розвитку резильєнтності у досліджуваних студентів з певними відмінностями між окремими її складниками. Найвищі середні значення зафіксовано за шкалою «*Позитивне мислення*» ( $M = 20,1$ ;  $SD = 4,01$ ). За шкалою «*Мислення, орієнтоване на віру та надію*» ( $M = 14,3$ ;  $SD = 3,12$ ) також отримано помірно високі значення. Дещо нижчі показники зафіксовано за шкалою «*Спосіб життя, спрямований на копінг та коригування*» ( $M = 13,8$ ;  $SD = 2,56$ ). *Загальний показник резильєнтності* ( $M = 48,1$ ;  $SD = 8,43$ ) перебуває на середньому рівні, що відображає відносну здатність студентів до адаптації в умовах воєнного часу, однак також свідчить про наявність резервів для її подальшого розвитку. Значення медіани (47,0) близьке до середнього, що підтверджує відносну симетричність розподілу показників.

Аналіз даних за методом  $\chi^2$  засвідчив наявність статистично значущих відмінностей між досліджуваними показниками залежно від місця проживання і міста навчання. Зокрема, встановлено статистично значущий зв'язок між місцем проживання і шкалою «*мислення, орієнтоване на віру та надію*» ( $p=0,008$ ): зі зростанням дистанції від місця постійного проживання підвищується рівень такого мислення.

Виявлено статистично значущі відмінності за шкалою «*спосіб життя, спрямований на копінг та коригування*», залежно від міста навчання ( $p=0,044$ ): у студентів, які навчаються у м. Київ, цей показник є більш вираженим. Аналогічно, зафіксовано статистично значущі відмінності в мисленні, орієнтованому на віру та надію, залежно від міста навчання ( $p=0,046$ ): більш високий рівень характерний для студентів, що навчаються в м. Київ. Крім того, виявлено статистично значущі відмінності загального показника резильєнтності залежно від міста навчання ( $p=0,040$ ): ті, хто навчається в Києві, демонструють вищий рівень резильєнтності.

**Висновки.** Отже, резильєнтність студентів в умовах війни загалом перебуває на середньому рівні, з відносно більш розвиненими когнітивними компонентами, зокрема позитивним мисленням і мисленням, орієнтованим на віру та надію, що свідчить про наявність внутрішніх психологічних ресурсів адаптації. Отримані результати підтверджують роль освітнього середовища і контексту проживання як значущих чинників формування та підтримання резильєнтності студентської молоді в умовах війни.

## **ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДУ «ACTION MAPPING» ДЛЯ РОЗРОБЛЕННЯ НАВЧАЛЬНИХ МАТЕРІАЛІВ У РОБОТІ З ПЕРСОНАЛОМ БІЗНЕС-ОРГАНІЗАЦІЙ**

**В. Л. Паньковець**

*кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри соціальної психології  
Київського національного університету імені Тараса Шевченка, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Навчання персоналу в організації, як правило, має на меті розвинути і вдосконалити навички, які дадуть працівникам змогу досягати поставлених організацією цілей. Тому навчання в організації часто відбувається через реальні дії в робочих ситуаціях з мінімальним вивченням теоретичної інформації (Dirksen, 2015). Спеціалісти з навчання для створення (проектування) такого навчання використовують значну кількість підходів, які були сформовані в практиці бізнес-організацій.

**Мета дослідження** – розкрити основні етапи створення навчального контенту для працівників організацій за допомогою методу «action mapping».

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Для навчання персоналу в організаціях тренери, розробники електронних курсів часто використовують підходи, моделі, які належать до моделей Instructional Design (педагогічного дизайну) (Паньковець, 2023). Метод "action mapping" (карта дій) описано Кетті Мур (Moore, 2017) як інструмент для навчання персоналу, орієнтованого на бізнес-цілі. Цей метод є різновидом моделі «backward design» (зворотний дизайн) (Wiggins & McTighe, 1998). По суті, "action mapping" – це візуальний інструмент, де чітко зафіксовано зв'язки між цілями організації, діями працівників і навчальним контентом, який допомагає досягненню цих цілей.

Для створення такої «карти дій» розробник навчального курсу разом із замовником, наприклад керівником відділу компанії, та експертом (SME) (Паньковець, 2023) проходять чотири етапи.

**Перший етап: Визначення бізнес-мети.** Можна використати SMART-підхід. Мета в цьому разі має бути чітко визначена з можливістю вимірювання рівня її досягнення. Візуально ми її прописуємо в центрі аркуша.

**Другий етап: Визначення дій співробітників.** На аркуші в різні боки від мети фіксуються видимі, специфічні робочі дії працівників, які дають змогу досягти зазначеної мети.

**Третій етап: Визначення практичних завдань.** На аркуші біля кожної з дій співробітників фіксуємо навчальні завдання, практики, будь-які активності, котрі дадуть змогу оволодіти потрібними навичками, розвинути їх, що, відповідно, уможливить дії для досягнення мети.

**Четвертий етап: Визначення необхідної інформації.** Біля кожного практичного завдання візуально фіксуємо мінімальну, але критично важливу

інформацію та знання для використання їх у навчанні працівників, які мають оволодіти навичками і діями, зазначеними на третьому етапі.

**Висновки.** Фактично, у результаті роботи над кожним етапом буде побудовано "action mapping", де буде чітко зафіксовано, який вид навчального контенту (не обов'язково тренінг чи електронний курс), загалом яку інформацію буде використано для оволодіння якою саме навичкою і як це допоможе досягнути цілей організації. Таке планування дає змогу показати, що навчання відбувається не просто для передавання інформації, а для зміни поведінки працівника.

УДК 159.923:004.9:355.01

## **СУБ'ЄКТНИЙ ВИБІР ЦИФРОВИХ СЕРВІСІВ У ЗАБЕЗПЕЧЕННІ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ І РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ**

**О. Є. Ронжес**

*доктор філософії в галузі психології, магістр економіки  
Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, м. Харків*

**Актуальність дослідження.** В умовах, коли війна радикально підсилює невизначеність, загрози і навантаження на психіку людини, цифрове середовище (ЦС) стало критично важливим інструментом для задоволення багатьох потреб людини: забезпечення безпеки, побуту, комунікації, доступу до послуг, праці, навчання, підтримки, відновлення. Однак ресурсність ЦС не є автоматичною, вона залежить від суб'єктного, критичного, ціннісно узгодженого вибору особистістю цифрових засобів. Доцільне застосування ЦС як інструментів сприяє життєдіяльності у зв'язку з «реальною реальністю». Водночас цифровізація повсякденності не лише відкриває або посилює ресурси, а й має певні ризики на кшталт дезінформації, шахрайства, маніпулювання, перевантаження і втрати психологічного контролю. У зв'язку з цим особливої ваги набуває теоретичне осмислення людиною власної суб'єктності як здатності усвідомлювати власні потреби, цілі й умови життя та здійснювати свідомий, відповідальний вибір ЦС.

**Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати роль суб'єктного вибору людиною цифрових інструментів для забезпечення власного психологічного благополуччя і резильєнтності в умовах війни.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Цифрове середовище в сучасних умовах стає простором задоволення потреб особистості. За аналітичну матрицю потреб доцільно взяти поширену класифікацію потреб, наведену в «піраміді А. Маслоу», однак не застосовуючи їхню ієрархічність: фізіологічні потреби (ЦС доступу до їжі, ліків, даху над головою); безпека

(доступ до транспорту, документів, фінансів, сервіси тривоги, навігації, офіційних повідомлень, захищеної комунікації); належність і любов (месенджери, відеозв'язок, сімейні і професійні спільноти); визнання, компетентність і самооцінка (інструменти праці, планування, дистанційної взаємодії, монетизації послуг, самопрезентації), самоактуалізація (освітні платформи, творчі цифрові інструменти, психоедукація, онлайн-консультування). Отже, ЦС за умови доступності стають інструментами виживання, безпеки, організації повсякденності, соціального зв'язку, професійної суб'єктності, самореалізації, творчості й навчання.

Однак їхня індивідуальна психологічна цінність визначається не самим фактом наявності, а якістю вибору ЦС і способу використання людиною. Ті самі цифрові інструменти, що можуть підсилювати резильєнтність, у разі некритичного відбору можуть ставати каналами дезінформації, шахрайства, психологічного перевантаження, контролю, маніпулювання і дестабілізації. Не сам інструмент, а саме спосіб вибору ЦС й використання визначає його ресурсність для конкретної особистості. Отже, суб'єктна людина в цифровізованому соціумі має створювати та актуалізувати індивідуальний «цифровий репертуар особистості» або індивідуальну конфігурацію набору ЦС, якість якого частково впливає на благополуччя. Такий репертуар ЦС має поліпшувати якість виживання (що актуально в контексті війни), координацію життя, підтримання стосунків, роботи, відновлення та розвитку.

**Висновки.** Цифрова резильєнтність особистості полягає не лише в доступі до цифрових ресурсів, а й у суб'єктному використанні ЦС людиною: у здатності робити свідомий, критичний, безпечний і ціннісно узгоджений вибір цифрових інструментів відповідно до власних цілей, потреб та умов середовища; в оцінюванні ризиків; у регулюванні інтенсивності використання; в інтеграції цифрових засобів у власну життєву стратегію. В умовах війни такий свідомий вибір використання ЦС стає ресурсом психологічного благополуччя, адаптації та резильєнтності. Практичне значення отриманих результатів полягає в можливості їх використання для розроблення програм психоедукації, профілактики цифрового перевантаження, розвитку критичного мислення, цифрової грамотності, медіагігієни та навичок безпечного й доцільного використання цифрових сервісів.

## **SOMNO-МОДЕЛЬ ЯК ІНСТРУМЕНТ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПЕРСОНАЛУ В УМОВАХ ВІЙНИ**

**О. П. Сєрова**

*кандидат психологічних наук, психолог, сомнотерапевт  
приватної психологічної практики, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** В умовах війни спостерігається суттєве зростання порушень сну серед працівників різних професійних груп, що пов'язано з впливом хронічного стресу, невизначеністю і порушенням базового відчуття безпеки. Сучасні дослідження демонструють, що депривація сну асоціюється з порушенням функціонування систем, відповідальних за емоційну регуляцію і реагування на загрозу (Goldstein & Walker, 2014; Helm van der et al., 2011). Зі свого боку, це призводить до зниження ефективності діяльності персоналу і посилення професійного вигорання (Barnes & Watson, 2019; Kahn et al., 2021). Попри накопичення емпіричних даних у практиці організаційної психології сон залишається недостатньо інтегрованим у програми підтримки благополуччя персоналу та організаційні політики відновлення.

**Мета дослідження** – обґрунтувати SOMNO-модель як концептуальні рамки роботи зі сном у контексті підтримання психічного здоров'я та відновлення персоналу організацій в умовах хронічного стресу війни, визначити потенціал моделі в регулюванні відновлювальних процесів.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Аналіз сучасних досліджень свідчить, що порушення сну є значущим фактором, який впливає на індивідуальне та організаційне функціонування. В умовах хронічного стресу спостерігаються характерні зміни архітектури сну, зокрема його фрагментація, подовження латентності засинання, накопичення «боргу сну», десинхронізація циркадних ритмів (Kalmbach et al., 2018; Someren van, 2021). Ці зміни пов'язані зі зниженням виконавчих функцій, погіршенням когнітивного контролю та здатності до саморегуляції (Killgore, 2010).

У відповідь на ці виклики запропоновано SOMNO-модель як багаторівневу систему регулювання сну в умовах хронічного стресу. Вона охоплює п'ять взаємопов'язаних компонентів: синхронізацію (регуляцію ритмів), оптимізацію когнітивного та операційного навантаження, розвиток навичок саморегуляції, формування організаційних норм відновлення і моніторинг стану персоналу. Отже, модель інтегрує індивідуальний і організаційний рівні регулювання сну, розглядаючи його як керований ресурс відновлення в системі організаційного функціонування.

**Висновки.** Отримані дані теоретичного аналізу підкреслюють значущість сну як системного ресурсу підтримання психічного здоров'я та ефективності персоналу в умовах війни. Інтеграція SOMNO-моделі в практику організацій дає змогу системно впливати на процеси відновлення, знижувати ризики

вигорання та підвищувати якість функціонування працівників. Практичне застосування моделі передбачає розроблення політик управління відновленням, упровадження освітніх програм щодо сну та використання інструментів моніторингу стану персоналу.

УДК 159.923.2

## **ТРАНСГЕНЕРАЦІЙНИЙ НАРАТИВ ЯК СПОСІБ РЕКОНСТРУЮВАННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ**

**О. П. Солякова**

*здобувачка ступеня PhD, МАУП, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** В умовах соціальних трансформацій, війни, геноциду, міграційних процесів та культурних змін питання формування і реконструювання національної ідентичності набуває особливої актуальності. Національна ідентичність постає не лише як соціокультурна категорія, а і як психологічний динамічний конструкт, що формується в процесі інтерпретування індивідом власного досвіду і досвіду спільноти. Зважаючи на це, важливим є значення, якого набуває наратив – як механізм осмислення життєвих подій і побудови смислових зв'язків між минулим, теперішнім і майбутнім. Згаданий механізм визначаємо як трансгенераційний наратив.

**Мета дослідження** – теоретичний аналіз ролі трансгенераційного наративу в процесі реконструювання національної ідентичності та визначення психологічних механізмів передавання досвіду між поколіннями.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** У психологічних дослідженнях наратив розглядають як ключовий механізм формування особистісної ідентичності. Створюючи оповідь про власне життя, людина не лише описує події, а й надає їм суб'єктивного сенсу, формуючи цілісну життєву історію (Чепелева, 2022). У цьому процесі важливу роль відіграють елементи родинної і культурної пам'яті, які інтегруються в структуру індивідуальної ідентичності. Наратив є медіатором між різними часовими вимірами людського існування, забезпечуючи безперервність ідентичності через інтерпретацію життєвого досвіду (Ricoeur, 2006). Особливого значення в цьому контексті набуває феномен трансгенераційної передачі досвіду, відповідно до якого психологічні наслідки історичних подій можуть передаватися між поколіннями через символи, мовні патерни, переконання, культурні традиції та сімейні історії. Ідея передавання психологічного досвіду між поколіннями має глибоке теоретичне підґрунтя. Дослідниця Marianne Hirsch (2008) описує специфічну форму пам'яті поколінь, що не переживали травматичні події безпосередньо, але відчувають їхній емоційний і символічний вплив через досвід попередніх поколінь.

Для українського суспільства ця проблема є особливо значущою, оскільки історична пам'ять тривалий час була фрагментованою внаслідок колоніального минулого, політичних репресій і цензури. У цих умовах трансгенераційні наративи можуть виконувати функцію відновлення історичної тяглості та сприяти формуванню цілісної національної ідентичності. Трансгенераційні наративи виконують функцію своєрідних «скарбниць сенсу», які зберігають цінності, норми та інтерпретації історичних подій, де страждання і втрати інтерпретуються як джерело моральної сили і колективної єдності.

**Висновки.** На нашу думку, трансгенераційний наратив може бути важливим психологічним механізмом реконструювання національної ідентичності, який забезпечує зв'язок між індивідуальним досвідом особистості і колективною історичною пам'яттю поколінь – від минулого через сучасне до майбутнього.

Практичне значення полягає в можливості застосування трансгенераційного наративу в психологічному консультуванні, психотерапії, соціальній роботі, програмах пам'яті та навчальних закладах для творення та зміцнення позитивного статусу національної ідентичності.

Трансгенераційний наратив може проявлятися як важливий психологічний ресурс підтримання здоров'я та благополуччя українського суспільства в умовах війни. Усвідомлення досвіду боротьби попередніх поколінь, їхнього опору та здатності спільноти долати історичні виклики сприяє формуванню колективної психологічної стійкості та зміцненню почуття належності. Це потенційно дає змогу зміцнити внутрішні опори особистості і спільноти, зберігати гідність, життєздатність і спрямованість у майбутнє навіть в умовах суцільних життєвих викликів.

УДК 159.22:316.6:005.32

## **СТАВЛЕННЯ ДО ЗМІН ЯК РЕСУРС СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПЕРСОНАЛУ ОРГАНІЗАЦІЙ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ**

**К. В. Терещенко**

*доктор психологічних наук, провідний науковий співробітник  
лабораторії організаційної та соціальної психології  
Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Київ*

**В. М. Івкін**

*кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник  
лабораторії організаційної та соціальної психології  
Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Київ*

**Актуальність дослідження.** Зміни супроводжують весь життєвий шлях людини. В умовах воєнної агресії РФ зміни зачіпають усі сфери життя особистості, зокрема й професійну сферу. Зміни відбуваються як на рівні

організацій загалом, так і на рівні персоналу організацій. Ставлення до змін персоналу організацій може або сприяти особистісному й професійному розвитку та суб'єктивному благополуччю персоналу, або бути значною перешкодою на цьому шляху.

**Мета дослідження** – здійснити теоретико-методологічний аналіз ставлення до змін як до ресурсу суб'єктивного благополуччя персоналу організацій в умовах невизначеності.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Зміни являють собою складне, багатоаспектне, багаторівневе явище, яке стосується всіх сфер активності особистості. Зазначимо, що зміни, з якими стикається персонал організацій, відбуваються на трьох рівнях: макрорівні (рівні соціуму), мезорівні (рівні організації) і мікрорівні (рівні особистості).

У разі змін, що відбуваються на *макрорівні*, у *соціумі*, ідеться про соціально-політичні і соціально-економічні трансформації сучасного українського суспільства, як-от: воєнний стан, міграція, глобалізація, розвиток технологій, демографічні зміни тощо.

До змін на *мезорівні* відносять *організаційні зміни*, які можуть стосуватися як організацій загалом, так і організаційного середовища. Як зазначають Т. Матюк і О. Дяченко (2011), організаційні зміни є наслідком процесів ухвалення рішень і вирішення проблем; автори й виконавці організаційних змін вирішують багато соціальних, економічних і навіть технічних проблем та ухвалюють комплексні рішення.

На *мікрорівні* персонал організацій стикається з *особистісними змінами*, до яких слід віднести психологічні, вікові, фізіологічні, освітньо-професійні (зміни посади, статусу, рівня освіти, рівня кваліфікації, сфери відповідальності тощо).

Розгляньмо більш детально феномен *ставлення до змін* персоналу організацій. Варто зазначити, що поняття «ставлення» визначається як інтегральне системне утворення, єдність відображення суб'єктом об'єктивної дійсності й ставлення до неї, яке спрямовує та визначає поведінку і діяльність (Яворська-Ветрова, 2021). На особливій важливості ставлення як прояву особистості наголошує А. Кічук (2006), адже, на її думку, йдеться не лише про відповідний емоційний відгук, відображення особистістю певного об'єкта у формі сприйняття, уявлення, пам'яті, поняття (або їх сукупності), а й водночас про готовність до певної дії і навіть про саму дію. Грунтуючись на аналізі літературних джерел (Гончарова & Ларіонов, 2017; Кічук, 2006; Яворська-Ветрова, 2021), будемо описувати ставлення до змін персоналу як інтегральне психічне утворення, відображення персоналом організацій об'єктивної дійсності щодо змін, що зумовлює готовність до певної поведінки та відповідну поведінку.

Констатоване в багатьох дослідженнях посилення психологічної напруженості, емоційної нестійкості й тривожності внаслідок неприйняття змін (Клочко, 2020; Нуу, Corley & Kraatz, 2014 та ін.) та зростання життєстійкості працівників через адекватне ставлення до змін і викликів (Бойчук, 2021;

Хомуленко, Кислова, & Бубир, 2022) дають підстави розглядати ставлення до змін як ресурс суб'єктивного благополуччя персоналу організацій.

Термін «суб'єктивне благополуччя» запропонував Е. Diener (2009), надалі дослідники значною мірою розширили й поглибили розуміння цього феномену. На основі аналізу наукових джерел (Коробка, 2022; Мащак & Кучвара, 2022) і попередніх авторських розробок (Карамушка та ін., 2024; Терещенко, 2025) можемо визначити суб'єктивне благополуччя як оцінку свого внутрішнього стану і проявів у різних сферах особистого та суспільного життя як таких, що задовольняють особисті норми і критерії. Серед видів суб'єктивного благополуччя особистості розрізняють психологічне, емоційне, духовне, фізичне. Відповідно до різних сфер діяльності виокремлюють також професійне, економічне, соціальне, сімейне та інші види благополуччя (Харитинський, 2022).

Є також дані, що ставлення до змін впливає на окремі показники психологічного благополуччя особистості, пов'язані з подоланням психологічної кризи та опором стресу (Бринза & Будіянський, 2016; Хомуленко, Кислова & Бубир, 2022 та ін.). Так, констатовано, що готовність до змін є одним із ресурсів подолання психологічної кризи (Бринза & Будіянський, 2016). Зокрема, дослідники виявили статистичні закономірності щодо взаємопов'язаності показників психологічної кризи та особистісної готовності до змін.

Розглядаючи поняття психологічної імунної системи як інтегрованої системи когнітивних, мотиваційних та поведінкових ресурсів особистості, що забезпечують здатність індивіда чинити опір стресу й боротися із загрозами так, щоб бути базою для потенційного вдосконалення та збагачення особистості, Т. Хомуленко, І. Кислова та І. Бубир визначають спрямованість на виклики та зміни як складову частину підсистеми моніторингу психологічної імунної системи, а саме тієї підсистеми, яка привертає увагу людини до фізичного і соціального середовища. У результаті проведеного емпіричного дослідження дослідники виявили кореляції між шкалами спрямованості на виклики й зміни і загальним показником життєстійкості, які полягають у посиленні життєстійкості зі зростанням спрямованості на виклики та зміни (Хомуленко, Кислова & Бубир, 2022).

**Висновки.** Отже, ставлення до змін загалом слід розглядати як один із ресурсів суб'єктивного благополуччя персоналу організацій в умовах невизначеності. Адекватне ставлення до змін сприяє подоланню стресу та особистісних криз й уможливорює повноцінне функціонування та самореалізацію в умовах перманентної нестабільності.

## ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ «РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ КОМАНДИ»

**П. І. Тецька**

*аспірантка відділу соціальної психології особистості*

*Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ*

**Актуальність.** Дослідження феномену резильєнтності команд комерційних організацій набуває особливої значущості в умовах війни та постійної невизначеності, коли саме здатність працівників і команд адаптуватися, відновлюватися й зберігати ефективність стає ключовою передумовою конкурентоспроможності та виживання організацій.

**Мета дослідження** – теоретичний аналіз поняття «резильєнтність команд».

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Отримані результати дають підстави розглядати резильєнтність команди як складний багаторівневий феномен, що помітно перевищує суму індивідуальних ресурсів її учасників і формується за рахунок специфічних внутрішньоконандних процесів, колективних ресурсів та організаційного контексту (Креденцер, 2024; Креденцер, & Чорний, 2025; Galy et al., 2023).

Наразі немає єдиного підходу до розуміння резильєнтності команди. Скажімо, у моделі К. McEwen & С. Boyd резильєнтність команди визначається як групова здатність підтримувати оптимальну ефективність і благополуччя, адаптуватися до змін і невдач та спрямовувати команду до сталого успіху. Як складники резильєнтності дослідники називають стійкість, раціональне використання ресурсів, взаємну підтримку, турботу про себе, зосередженість на позитиві та здатність досягати цілей (McEwen, & Boyd, 2018, 2023). У роботах О. Креденцер і J. Gramstad & M. Schelin командна резильєнтність трактується як здатність команди долати труднощі, відновлюватися після них і використовувати набутий досвід. При цьому наявність групи високорезильєнтних працівників не гарантує високий рівень резильєнтності команди (Креденцер, 2024; Креденцер & Чорний, 2025; Gramstad & Schelin, 2022).

Модель, запропонована А. Hartwig, S. Clarke, & S. Willis, представляє резильєнтність команди як емерджентний командний стан, що формується внаслідок проживання кризових умов і проявляється в збереженні, відновленні або зростанні ефективності функціонування команди після впливу несприятливих подій. Резильєнтність команди об'єднує в собі індивідуальні ресурси членів команди, командні ресурси (культура, взаємини, структура групи), контекстуальні чинники (трансформаційне лідерство, організаційна культура) і специфічні командні процеси – кооперування, координування, комунікування – та поведінку (Hartwig, Clarke, & Willis, 2020). Дехто з дослідників визначає резильєнтність команди як специфічний емерджентний стан, але визначає його складники як ресурси (потенціал, ментальні моделі

командної роботи, здатність до імпровізації, психологічна безпека), якими володіє команда на початку кризової ситуації, і групові процеси й результати, які демонструє команда на виході з кризової ситуації (Stoverink et al., 2020). Ті ж самі ресурси командної резильєнтності описує інша група авторів, але у своїй моделі робить наголос на необхідності розділяти адаптивну і неадаптивну резильєнтність (Castillo et al., 2025).

Ще одна модель базується на двох типах факторів резильєнтності. Це фактори, що захищають команду від надмірного виснаження (структура, підготовка, попереднє навчання), і фактори, які забезпечують відновлення й посилення резильєнтності (аналіз, відновлення сну, робота над взаємовідносинами, позитивний зворотний зв'язок) (Tannenbaum, 2022).

**Висновки.** Резильєнтність команди – це емерджентний, багаторівневий феномен, який не зводиться до суми індивідуальних ресурсів і який можна розглядати як стан, процес або результат проходження кризових умов. Ресурси резильєнтності команд охоплюють особистісні якості членів команди, командні процеси та організаційний контекст. Усі дослідники погоджуються щодо значущості розвитку резильєнтності як здатності команди адаптуватися, відновлюватися й розвиватися в умовах викликів сьогодення.

УДК 159.9:005

## **ПСИХОЛОГІЧНІ РІВНІ В СИСТЕМІ ОРГАНІЗАЦІЇ В ПАРАДИГМІ ТРАНЗАКЦІЙНОГО АНАЛІЗУ**

**Р. М. Ящук**

*PTSTA-P-O-EATA, президентка Української спільноти  
транзакційного аналізу (УСТА), м. Київ*

**Актуальність дослідження.** У сучасних умовах глобальних змін традиційні методи управління часто виявляються недостатніми для розв'язання глибинних організаційних криз. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю переходу від інформаційного до трансформаційного консультування, що фокусується на «підводних течіях» (Beekun van, 2012) організаційної динаміки. Сучасний транзакційний аналіз має широкий спектр ефективних психологічних технологій для роботи в організаціях. Однією з проблем, на наш погляд, є невизначеність ролі та методології роботи організаційного консультанта, який працює з несвідомими рівнями організації для формування здорової культури і структури організаційної системи.

**Мета дослідження** полягає в теоретичному дослідженні літературних джерел з означеної проблеми й у визначенні ролі організаційного консультанта, який через використання моделей ТА (Фізис, організаційні сценарії, фантоми, холістика) працює з несвідомими рівнями організації для формування здорової культури і структури системи.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Робота організаційного консультанта на несвідомому рівні починається з усвідомлення організації як складного багатшарового цілого, де будь-яка мала група дзеркально відображає (холістично) історію та процеси всієї системи. Консультант використовує власну суб'єктивність, контрперенесення і стан «незнання» як первинні інструменти діагностики, даючи змогу організаційним конфліктам проявлятися через паралельні процеси в консультативному просторі. Психологічна архітектура організації структурується за кількома взаємозалежними рівнями. На рівні організаційної культури систему можна діагностувати через модель его-станів: «технічної» культури, або порядку (Батько, який орієнтує); культури «сім'ї» (Турботливий Батько) і культури «ігрового майданчика» (Дитина) (Balling, 2005). Глибший, реляційний, рівень базується на психології двох із половиною осіб (Tudor, 2011: »two-person-plus psychology»), де в інтерсуб'єктивному просторі зустрічаються суб'єктивні світи організації і консультанта (Beekun van, 2012). Важливим є рівень організаційної холістики, де будь-яка мала група дзеркально відображає історію і сценарій всієї системи (Cardon, 1993). Психологічна динаміка системи часто визначається конфліктом між маніфестними (соціальними) і прихованими (психологічними) цілями, що може призводити до появи «фантомів» – неусвідомлюваних деструктивних впливів колишніх лідерів або травматичних подій (Mazzetti, 2012). Ядром трансформації є Фізис, що проявляється як «Стріла прагнення» до автономії (Berne, 1972). Розвиток системи описується як лемніска ( $\infty$ ) – безперервний рух між полюсами зв'язку і свободи, де криза є природним етапом оновлення (Koortmans, 2020).

**Висновки.** Роль організаційного консультанта в парадигмі транзакційного аналізу (ТА) полягає в глибокому розумінні організації як цілісної, динамічної та «живої» системи. Ця роль реалізується через інтеграцію організаційного консультування, управління змінами і кадрового менеджменту як взаємопов'язаних систем. Практичне впровадження цих результатів дає змогу керівникам організацій перейти від контролювальної позиції до ролі «садівників розвитку», які плекають природний потік Фізису в системі (Barrow, 2011).

Наукове видання

**ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЗДОРОВ'Я  
ТА БЛАГОПОЛУЧЧЯ В УМОВАХ ВІЙНИ: ІНТЕГРАЦІЯ  
НА РІВНІ СУСПІЛЬСТВА, ОРГАНІЗАЦІЇ, ОСОБИСТОСТІ**

Матеріали  
XVIII міжнародної науково-практичної конференції  
з організаційної та економічної психології  
16-17 квітня 2026 року, м. Київ

За науковою редакцією *Л. М. Карамушки, О. В. Креденцер*

Літературне редагування *Т. А. Кузьменко*

---

Ум. авт. арк. 8,2. Гарнітура Times New Roman  
Електронне видання

Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України 01033. м. Київ, вул.  
Паньківська, 2  
тел./факс: 288-33-20

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до Державного  
реєстру видавців, виготовлювачів  
і розповсюджувачів видавничої продукції  
№ 6418 від 03.10.2018 р.