



Збірник тез

**V Міжнародної наукової конференції
«ВОЄННІ КОНФЛІКТИ ТА ТЕХНОГЕННІ КАТАСТРОФИ:
історичні та психологічні наслідки»**



15 – 16 квітня 2025

ТЕРНОПІЛЬ, УКРАЇНА

Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки: Збірник тез V Міжнародної наукової конференції, 15-16 квітня 2025 р. / упоряд. А.А. Криськов, М.Я. Блавіцький, Н.В. Габрусєва – Тернопіль: ФОП Паляниця В. А., 2025. – 142 с.

ISBN 978-617-7875-94-8

Збірник містить матеріали V Міжнародної наукової конференції «ВОЄННІ КОНФЛІКТИ ТА ТЕХНОГЕННІ КАТАСТРОФИ: історичні та психологічні наслідки» Конференція проведена Тернопільським національним технічним університетом імені І. Пулюя 15-16 квітня 2025 р.. Основне проблемне поле конференції: питання психологічної та соціальної реабілітації постраждалих під час воєнних конфліктів; основні напрямки новітніх досліджень у мінімізації наслідків воєнних конфліктів та техногенних катастроф; шляхи міжнародного співробітництва у подоланні екологічних, економічних, психологічних, соціальних проблем, пов'язаних з воєнними конфліктами та техногенними катастрофами тощо.

Всі права захищені. Жодна з доповідей цього видання не може бути повністю чи частково відтворена або розмножена електронним, механічним, фото- чи будь-яким іншим способом без попереднього письмового погодження з програмним комітетом конференції. Всі доповіді відтворено з дозволу їх авторів. Видавець не несе відповідальності за будь-який збиток, заподіяний особам чи власності внаслідок некоректності наданої в збірнику інформації або при використанні будь-яких методів, виробів чи ідей, які описано в поданих авторами доповідях.

ISBN 978-617-7875-94-8

Матеріали публікуються в авторській редакції та відображають точку зору авторів, яка може не збігатися з позицією редколегії

ЗМІСТ

СЕКЦІЯ 1. ПСИХОЛОГІЧНА І СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ ТА РЕАБІЛІТАЦІЯ ЖЕРТВ ВОЄННИХ КОНФЛІКТІВ І ТЕХНОГЕННИХ КАТАСТРОФ	6
DZYDZHORA L. A., SENIOR LECTURER; FEDAK S. A., PhD (PHIOL.), ASSOC. PROF.	6
<i>Ternopil Ivan Puluj National Technical University, Ternopil, Ukraine</i>	
PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES OF PARTICIPATION IN MILITARY CONFLICTS FOR CIVILIANS: WAYS AND METHODS OF ADAPTATION	
ZUBKO R., SENIOR LECTURER	8
<i>Strategic Communications Institute, National Defence University of Ukraine, Ukraine</i>	
ASPECTS OF THE REHABILITATION OF INDIVIDUALS AFFECTED BY PSYCHOLOGICALLY TRAUMATIC EVENTS	
БАМБУРАК-КРЕЧКІВСЬКА Н.М., КАНД. ПСИХОЛ. Н., ДОЦ.	10
<i>Комунальний заклад Львівської обласної ради Львівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти, Україна</i>	
ФОБІЇ РОЗУМНОГО РИЗИКУ ТА МЕТАМОРФОЗ У ТРАВМАТИЧНОМУ ДОСВІДІ ОСОБИСТОСТІ ВИШНЬОВСЬКИЙ ВОЛОДИМИР; ВИШНЬОВСЬКИЙ ВАСИЛЬ, КАНД. ПСИХОЛ. Н., ДОЦ.	12
<i>Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, Україна</i>	
ПСИХОЛОГІЧНІ СТРАТЕГІЇ ДЛЯ ВІДНОВЛЕННЯ ЖЕРТВ ВОЄННИХ КОНФЛІКТІВ	
КИРИЧЕНКО Є.	14
<i>Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя</i>	
ПРОТЕЗУВАННЯ ЯК ЗАСІБ АДАПТАЦІЇ ЖЕРТВ ВОЄННИХ КОНФЛІКТІВ І ТЕХНОГЕННИХ КАТАСТРОФ	
КОЗАК О.В., АСИСТЕНТ	15
<i>Тернопільський національний університет імені Івана Пулюя, Україна</i>	
ОСОБЛИВОСТІ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ СІМ'ЯМ ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ В УКРАЇНІ	
ЛАРЧЕНКО І.В., ВИКЛАДАЧ	17
<i>Навчально-науковий гуманітарний інститут Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова, Україна</i>	
ДИНАМІКА ОСОБИСТІСНИХ РЕСУРСІВ ЧОЛОВІКІВ І ЖІНОК У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ АДАПТАЦІЇ ВИПУСКНИКІВ ПРОФТЕХОСВИТИ В СТРЕСОГЕННОМУ СЕРЕДОВИЩІ	
ЛИТВИНЮК Г. І., ДОКТОР ФІЛОСОФІЇ	19
<i>Тернопільський комунальний методичний центр науково-освітніх інновацій та моніторингу, Україна</i>	
РОЛЬ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ПЕДАГОГІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ	
МЕШКО Г.М., Д. ПЕД. Н., ПРОФ.	21
<i>Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, Україна</i>	
ГАБРУСЕВА Н.В., ДОКТОР ФІЛОСОФІЇ, ДОЦ.	
<i>Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, Україна</i>	
АЛІЛУЙКО С.М., КАНД. ПЕД. Н., СТ. Н. С.	
<i>Наукова установа "Тернопільський інститут наукових досліджень", Україна</i>	
ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ОБРАННЯ СТРАТЕГІЙ ПОДОЛАННЯ СТРЕСОВИХ СИТУАЦІЙ	
МЕШКО Г. М., Д. ПЕД. Н., ПРОФ.; МЕШКО О. І., КАНД. ПСИХОЛ. Н., ДОЦ.	23
<i>Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, Україна</i>	
РОЗВИТОК РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ ЯК СПОСОБУ ПОДОЛАННЯ ЖИТТЄВИХ І ПРОФЕСІЙНИХ ТРУДНОЩІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	
МЕШКО Г. М., Д. ПЕД. Н., ПРОФ.; ФІТКАЙЛО М. І., ЗДОБУВАЧ ТРЕТЬОГО (ОСВІТНЬО-НАУКОВОГО) РІВНЯ ВИЩОЇ ОСВИТИ	26
<i>Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, Україна</i>	
ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ЯК ЧИННИК ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я МЕНЕДЖЕРА ОСВИТИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	
ОЛЕКСЮК В., КАНД. ПСИХОЛ. Н., ДОЦ.	28
<i>Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, Україна</i>	
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ АДАПТАЦІЇ ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ ДО МИРНОГО ЖИТТЯ	
ПЕРІГ І.М., КАНД. ПСИХОЛ.Н., ДОЦ.	30

Одним із способів реалізації цієї мети, який представлений у дослідженні японських науковців [5], є метод створення завдань – активний процес, під час якого учасники формують і вдосконалюють свої робочі чи навчальні завдання, узгоджують ролі з власними сильними сторонами та інтересами, тим самим підвищуючи свою здатність до інноваційної діяльності.

Джерела та література

1. Hobfoll S. E., Halbesleben J., Neveu, J.-P. and Westman, M. Conservation of Resources in the Organizational Context: The Reality of Resources and Their Consequences. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 2018. Vol.5, P. 103-128. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032117-104640>.
2. Хобфолл С. Опитувальник «Стратегії подолання стресових ситуацій» («Strategic Approach to Coping Scale (SACS)»). 1994. URL: http://ni.biz.ua/11/11_12/11_129688_oprosnik-strategii-preodoleniya-stressovih-situatsiy-Strategic-Approach-to-Coping-Scale-SACS-s-hobfoll-.html. (дата звернення: 09.10.2024).
3. Габрусєва Н.В., Мешко Г.М., Чоп Т.О. Стан невротизації та копінг-стратегії здобувачів вищої освіти під час війни у координатах підвищення рівня їх стресостійкості. *Наукові інновації та передові технології*. Серія: Педагогіка. 2024. № 5(33). С. 1178-1190. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-5\(33\)-1178-1189](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-5(33)-1178-1189)
4. Xu Y., Liao C., Huang L.n, Li Z., Xiao H., Pan Y. The positive side of stress: Investigating the impact of challenge stressors on innovative behavior in higher education. *Acta Psychologica*, 2024. Vol. 246, P. 104255. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104255>.
5. Maras J., Leger K. A. “Think of the situation in a positive light”: A look at cognitive reappraisal, affective reactivity and health. *Social Science & Medicine*. 2024, Vol. 346, P.116701. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2024.116701>.

УДК 378:37.091.12.011.3-051]:159.942”364”

Мешко Г. М., д. пед. н., проф.; Мешко О. І., канд. психол. н., доц.

Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, Україна

РОЗВИТОК РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ ЯК СПОСОБУ ПОДОЛАННЯ ЖИТТЄВИХ І ПРОФЕСІЙНИХ ТРУДНОЩІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Анотація. Дослідження присвячено проблемі розвитку резильєнтності майбутніх педагогів під час війни. Проаналізовано різні підходи до трактування поняття «резильєнтність» у вітчизняній і зарубіжній науковій літературі, підкреслено важливість одночасного розвитку резильєнтності і стресостійкості. Визначено аспекти діяльності для розвитку резильєнтності майбутніх педагогів: формування навичок конструктивної взаємодії й асертивної поведінки; розвиток здатності адаптувати життєві і професійні плани та стратегії їх досягнення до ускладнених умов життя; опанування техніками саморегуляції емоційного стану; пошук внутрішніх ресурсів стресостійкості; розвиток позитивного мислення; оволодіння технологіями лайф-менеджменту. Представлено досвід діяльності щодо вирішення означених завдань у процесі читання психолого-педагогічних дисциплін та у межах діяльності Центру педагогічного консалтингу.

Ключові слова: резильєнтність, стресостійкість, професійна резильєнтність, розвиток резильєнтності, майбутні педагоги.

Meshko H. M., Dr. of Ped. Sc., Prof.; Meshko O. I., PhD (Psych.), Assoc. Prof.
Ternopil Volodymyr Hnatyuk National Pedagogical University, Ukraine

DEVELOPMENT OF RESILIENCE IN FUTURE TEACHERS AS A MEANS OF OVERCOMING LIFE AND PROFESSIONAL CHALLENGES UNDER MARTIAL LAW

Abstract. The study is devoted to the problem of developing resilience in future teachers during wartime. Various approaches to interpreting the concept of "resilience" in domestic and foreign scientific literature are analyzed, emphasizing the importance of simultaneously developing resilience and stress resistance. The key aspects of activities aimed at fostering resilience in future teachers are identified, including the formation of constructive interaction skills and assertive behavior; the development of the ability to adapt life and professional plans and strategies to challenging life conditions; mastering techniques of emotional self-regulation; searching for internal stress resistance resources; cultivating positive thinking; and acquiring life management technologies. The study presents practical experience in addressing these tasks through the teaching of psychological and pedagogical disciplines and within the activities of the Pedagogical Consulting Center.

Keywords: resilience, stress resistance, professional resilience, resilience development, future teachers.

Війна спричинила потужне психологічне навантаження на педагога. В умовах воєнного стану йому доводиться постійно стикатися з емоційно виснажливими ситуаціями, постійною багатозадачністю і відповідати за благополуччя як власне, своїх рідних і близьких, так і своїх вихованців. Емоційно стабільний педагог може стати для дітей психологічною опорою та джерелом психологічної безпеки [6]. Тому важливим завданням є розвиток стресостійкості і резильєнтності майбутніх педагогів, що допоможе їм стати більш стійкими під час зустрічі зі складними життєвими і професійними ситуаціями в умовах військового стану. Стресостійкість і резильєнтність необхідно розвивати у здобувачів вищої освіти одночасно, в єдності, бо «фахівець зможе швидко впоратися зі стресором, але довго «відходитиме». Або швидко відновлюватися після стресу, але при зустрічі з новим стресором знову переживати деструктивний сплеск емоцій» [2].

Проблема резильєнтності є предметом наукового дискурсу в психології, соціології, соціальній роботі, психотерапії. Зазвичай резильєнтність трактують як здатність психіки відновлюватися після несприятливих, травмувальних обставин. Резильєнтність – це про те, щоб мати внутрішню силу, яка допомагає відновитися після невдач або випробувань, і йти вперед, долаючи труднощі і «не зацикловатися» на невдачах, незважаючи на них. Водночас це ціла психологічна «система навігації» в життєвому і професійному просторі, яка допомагає ефективно долати життєві негаразди і краще справлятися із професійними труднощами. Це сукупність навичок і внутрішніх ресурсів, які допомагають ефективно справлятися з викликами, гібридними загрозами, зберігати психологічне благополуччя, а також використовувати власний негативний досвід для особистісно-професійного зростання.

Резильєнтність трактують не лише як «здатність витримувати стрес і труднощі, але і вміння активно адаптуватися до змін, розв'язувати проблеми та рухатися вперед навіть після негативних подій» [5, с. 144]. Резильєнтність дуже важлива у посттравматичному зростанні особистості.

Резильєнтність визначають як «здатність особистості протистояти складним життєвим обставинам та знаходити ресурси для відновлення після травмуючої або стресової події» [3, с. 601]. Резильєнтність виступає як процес і результат успішної адаптації до складних життєвих і стресогенних умов життя і професійної діяльності. Подібною до означеної є позиція учених щодо трактування резильєнтності як «позитивної психологічної адаптації через здатність підтримувати чи відновлювати власне психологічне благополуччя, незважаючи на труднощі та виклики, пов'язані з періодом воєнного стану» [6, с. 87].

Професійну резильєнтність Дж. Кідд розглядає як здатність долати «підйоми і падіння» у професійній діяльності за допомогою впевненості в собі, віри і надії, самоповаги, флексибільності (цит. за [1]).

У науковій літературі [7] виокремлюють два складники резильєнтності – фізична резильєнтність як індикатор стресостійкості і толерантності та психологічна резильєнтність, що передбачає соціальну підтримку, віднайдення сенсів у складних подіях або стресових ситуаціях,

підвищення освітнього рівня й опанування різних психотехнологій для подолання негативних наслідків стресу. У дослідженні Т. Цюман, О. Нагули, З. Адамської [6] обґрунтовано авторські підходи до плекання резильєнтності педагога на основі запропонованих психологічних правил стійкості з урахуванням сучасних ефективних психологічних практик.

Важливими аспектами для розвитку резильєнтності майбутніх педагогів є: формування навичок конструктивної взаємодії й асертивної поведінки; розвиток здатності адаптувати життєві і професійні плани та стратегії їх досягнення до нових, ускладнених умов життя; опанування техніками керування своїм емоційним станом, справлятися зі складними емоціями; пошук внутрішніх ресурсів стресостійкості; розвиток позитивного мислення і саногенного потенціалу [4]; оволодіння технологіями лайф-менеджменту, розвиток самоефективності.

У досліджуваному аспекті важливу роль відіграють інтегрований курс «Педагогіка», зокрема «Вступ до педагогічної професії», і «Вікова і педагогічна психологія», у процесі вивчення яких звертаємо увагу на питання забезпечення професійного здоров'я, розвиток стресостійкості, методи профілактики і подолання професійних (емоційних, інформаційних, комунікаційних) стресів, пропонуємо прийоми саморегуляції емоційного стану, подолання тривожності, розвитку асертивності.

У межах діяльності Центру педагогічного консалтингу проводиться антистрес-тренінг, під час якого майбутні педагоги вчаться розпізнавати власні емоції і реакції на стрес, відновлювати психологічний баланс після складних ситуацій; усвідомлюють необхідність вирішувати проблеми, а не накопичувати їх, приймати рішення в умовах невизначеності і нестабільності; оволодівають методами релаксації; практикують способи подолання стресу і методи оптимізації рівня професійного стресу; фокусується увага на важливості соціально-підтримувального середовища, відчутті сенсу життя і професійної діяльності, вірі у власні сили, розвитку асертивності. Майбутнім учителям пропонуємо для опрацювання «Інформаційно-методичні матеріали для дорослих (учителів, викладачів, психологів) зі створення сприятливих умов для навчання та розвитку в умовах воєнного часу» [8], залучаємо до волонтерської діяльності.

Розвиток резильєнтності майбутніх педагогів допоможе їм не лише пристосовуватися до складних життєвих обставин й непередбачуваних умов педагогічної діяльності під час воєнного стану, долати життєві і професійні труднощі з найменшими втратами для власного здоров'я, але й надавати підтримку і допомогу учням, формувати їх життєстійкість.

Джерела та література

1. Адаменко Л.С. Актуальні підходи до проблеми дослідження резильєнтності. *Вісник Національного університету оборони України. Питання психології*. 2020. № 5(58). С. 5–13.
2. Kravets, V., Meshko, H., Meshko, O., Leskiw, A., & Habrusieva, N. Development of Future Managers' Resilience as a Condition for Efficiency and Reliability of Management Activities. *SHS Web of Conferences*. Volume 100, 02003, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1051/shsconf/202110002003>
3. Медянова О., Дворніченко Л., Любіна Л., Шкраб'юк В., Кононенко О. Психологічна резильєнтність особистості в умовах війни. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 10(28) С. 601–611 URL: <http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/view/5187/5217>
4. Мешко О.І., Мешко Г.М. Резильєнтність як чинник професійного благополуччя педагога. *Перспективи та інновації науки*. Серія «Психологія». 2025. № 2(48). С. 1627–1637. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-2\(48\)-1627-1637](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-2(48)-1627-1637)
4. Титаренко С.А., Сосновенко Н.В. Розвиток резильєнтності майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти в умовах військового стану. *Актуальні проблеми дошкільної освіти: виклики та пріоритети*: зб. наукових праць Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. (Глухів, 19-20 жовтня 2023 р.). Глухів: Глухівський НПУ ім. О.Довженка, 2023. С. 142–146.
6. Цюман, Т., Нагула О., Адамська З. Психологічні умови резильєнтності педагога в період воєнного стану. *Педагогічна освіта: Теорія і практика. Психологія. Педагогіка*. 2022. 38(2), С. 83–89. DOI: <https://doi.org/10.28925/2311-2409.2022.3813>

7. Hellerstein D. How I can become resilient. *Heal Your Brain*. 2011. URL: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/heal-your-brain/201108/how-can-i-become-more-resilient>

8. Як вчити та навчатись в умовах війни / Т.П. Цюман, З.М. Адамська, О.Л. Нагула, К.В. Пуха. Інформаційно-методичні матеріали для дорослих (учителів, викладачів, психологів) зі створення сприятливих умов для навчання та розвитку в умовах воєнного часу. 2022. URL: https://childfund.org.ua/Uploads/Files/books_pdf/How-to-teach-and-learn.pdf.

УДК 159.943.7:613.6]:005.95-051"364"

Мешко Г. М., д. пед. н., проф.; Фіткайло М. І., здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти

Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, Україна

ЖИТТЕСТІЙКІСТЬ ЯК ЧИННИК ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я МЕНЕДЖЕРА ОСВІТИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Анотація. Дослідження присвячено вивченню проблеми життєстійкості менеджера освіти у контексті збереження його професійного здоров'я в умовах невизначеності і підвищеного рівня небезпеки. На підставі аналізу наукової літератури з'ясовано сутність, підходи до трактування життєстійкості і професійної життєстійкості та визначено можливості її підвищення на етапі професійної підготовки у закладі вищої освіти.

Ключові слова: професійне здоров'я, життєстійкість, професійна життєстійкість, стресостійкість, менеджери освіти.

Meshko H. M., Dr. of Ped. Sc., Prof.; Fitkailo M. I., PhD student

Ternopil Volodymyr Hnatyuk National Pedagogical University, Ukraine

HARDINESS AS A FACTOR IN THE PROFESSIONAL HEALTH OF AN EDUCATION MANAGER UNDER MARTIAL LAW

Abstract. This research explores the hardiness of an education manager as a crucial factor in maintaining their professional health under conditions of uncertainty and heightened danger. Based on an analysis of scientific literature, the study clarifies the essence of hardiness, examines various approaches to its interpretation, and defines the concept of professional hardiness. Additionally, the research identifies opportunities for developing hardiness during professional training in higher education institutions.

Keywords: professional health, hardiness, professional hardiness, stress resistance, education managers.

В умовах воєнного стану в Україні висуваються нові вимоги до особистості менеджера, її вміння долати складні, а інколи і травматичні, життєві і професійні ситуації. Саме менеджери освіти з перших днів російсько-української війни зіткнулись з надзвичайними викликами освітньої галузі, необхідністю організації освітнього середовища й освітнього процесу в умовах невизначеності і підвищеного рівня небезпеки. Їм потрібно було не тільки пристосовуватися до несприятливих зовнішніх обставин і використовувати свій адаптаційний потенціал, терпляче приймати всі негаразди, а й максимально мобілізуватися, діяти рішуче і сміливо, змінювати умови професійної діяльності, досягати результату і бути успішними всупереч життєвим перешкодам і професійним труднощам.

Сучасному менеджеру освіти потрібне те, що дає психологічну силу втриматися і встояти перед викликами сучасного суспільства, кризовими умовами життя, життєвими і професійними стресами, конструктивно долати їх з найменшими втратами для здоров'я. Тому основою якісного життя, ефективної реалізації управлінської діяльності і важливим чинником професійного здоров'я менеджера є такий психічний ресурс його особистості, як життєстійкість.