

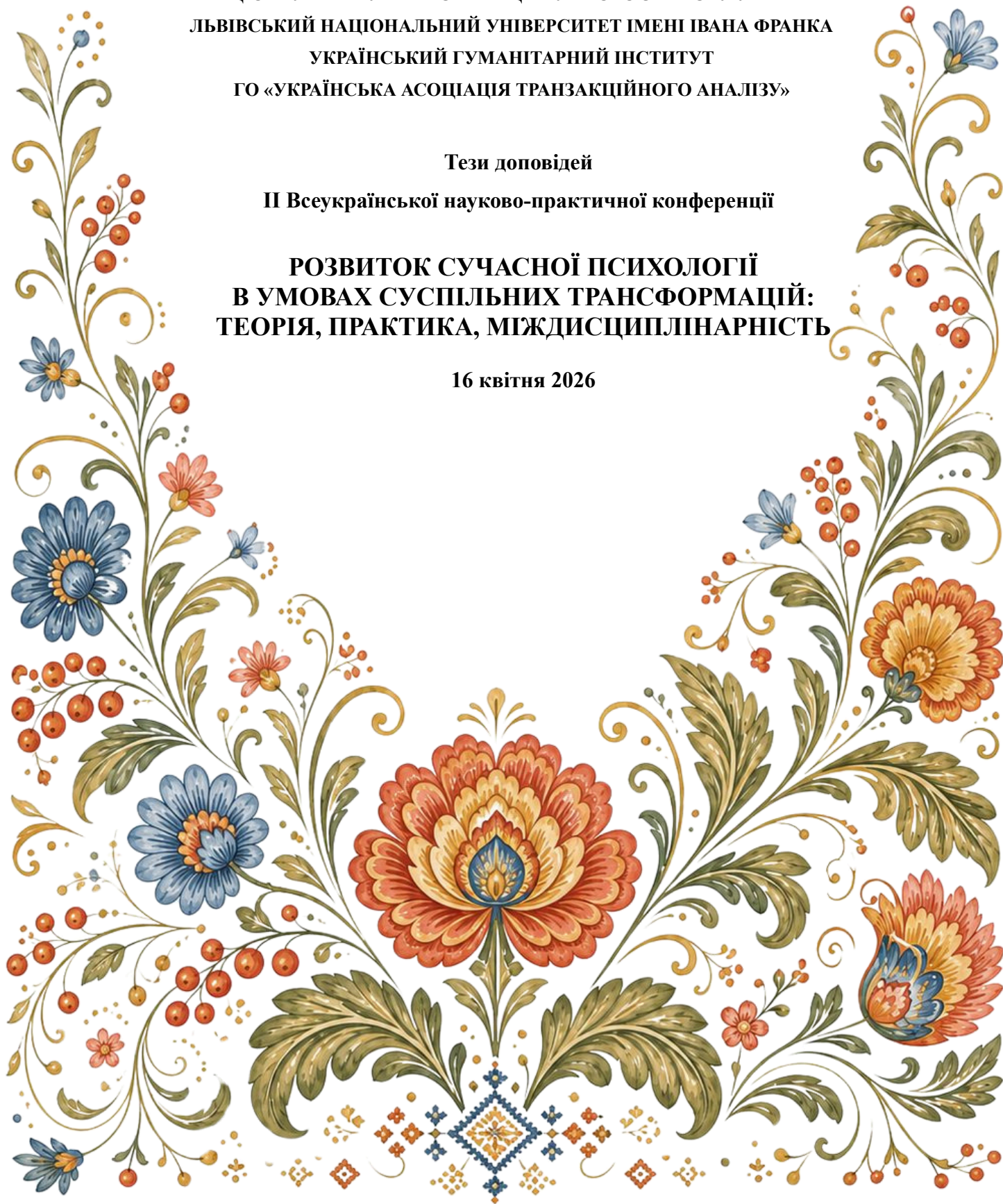
КАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНИКА
ЧЕРКАСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ТЕХНОЛОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
УМАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ГНАТЮКА
ПОЛІСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА
УКРАЇНСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ ІНСТИТУТ
ГО «УКРАЇНСЬКА АСОЦІАЦІЯ ТРАНЗАКЦІЙНОГО АНАЛІЗУ»

Тези доповідей

II Всеукраїнської науково-практичної конференції

**РОЗВИТОК СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ
В УМОВАХ СУСПІЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ:
ТЕОРІЯ, ПРАКТИКА, МІЖДИСЦИПЛІНАРНІСТЬ**

16 квітня 2026



УДК 159.9(062.552)

Тези доповідей II Всеукраїнської науково-практичної конференції «РОЗВИТОК СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ В УМОВАХ СУСПІЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ: ТЕОРІЯ, ПРАКТИКА, МІЖДИСЦИПЛІНАРНІСТЬ» (16 квітня 2026). Відп.ред.: Яворська Г.Ю., Яворський М.В., Сіренко А.Є., Мордюшенко С.М., Кривопишина К.С.. [Електронне видання]. Івано-Франківськ: Карпат. нац. ун-т ім. В. Стефаника, 2026. 258 с.

Рекомендовано до видання вченою радою факультету психології Карпатського національного університету імені Василя Стефаника (протокол №9 від 23 квітня 2026 року)

Збірник тез підготовлено за підсумками II Всеукраїнської науково-практичної конференції «Розвиток сучасної психології в умовах суспільних трансформацій: теорія, практика, міждисциплінарність», яка відбулася 16 квітня 2026 року. У наукових доповідях представлено результати досліджень у галузях соціальної, клінічної, педагогічної, організаційної та реабілітаційної психології, з акцентом на сучасні виклики розвитку особистості та функціонування психіки.

Значну увагу приділено проблемам психічного здоров'я в умовах війни та соціальної нестабільності, зокрема питанням стресу, тривожності, депресивних станів, стресостійкості та психологічної адаптації різних груп населення. Розглянуто вплив цифрового середовища на когнітивні, емоційні та поведінкові процеси, а також особливості міжособистісної взаємодії, професійного розвитку та формування психологічного благополуччя.

У збірнику висвітлено сучасні підходи до психодіагностики, психологічного консультування та психотерапії, зокрема когнітивно-поведінкові та супервізійні практики. Видання відображає тенденцію до інтеграції теорії та практики й буде корисним для психологів, педагогів, психотерапевтів, соціальних працівників, студентів і науковців.

Букея Світлана. Актуальність психологічного супроводу першої вагітності у жінок зрілого репродуктивного віку.....	57
Вірста Наталія. Когнітивно-поведінкова терапія у психологічній допомозі жінкам молодого віку із підвищеною тривожністю.....	60
Галюк Яна. Вплив дефіциту та структури сну на суб'єктивну оцінку когнітивних функцій особистості.....	62
Гелетюк Андріана. Міжособистісні стосунки кардіохворих у контексті психосоматичних захворювань.....	64
Гинда Олег. Основні чинники емоційного вигорання соціальних працівників в умовах війни.....	66
Говера Ірина. Дослідження психологічних ресурсів подолання травматичних та екзистенційних криз у дорослих.....	69
Головченко Валерія. Терапевтичний потенціал волонтерської діяльності у психологічному відновленні особистості, що пережила психотравмівний досвід.....	73
Гончаровська Галина, Чіп Руслана. Соціально-психологічні чинники формування безпечної поведінки дорослих в умовах війни.....	76
Дев'ятка Наталія. Роль конструктивного гумору як ресурсу подолання агресивних тенденцій у підлітковому віці.....	80
Запухляк Наталія. Особливості подолання кризових станів у людей середнього дорослого віку в умовах воєнного стресу: роль резильєнтності та coping-стратегій.....	81
Кіщук Андріана. Роль кумулятивної травми особистості у розвитку синдрому професійного вигорання серед фахівців допомагаючих професій.....	84
Князевич Ірина. Особливості психологічних ресурсів стресостійкості молоді в період війни.....	86
Коваленко Дарія. Вплив мозочкової стимуляції на активізацію пізнавальних процесів учнів молодшого шкільного віку.....	89
Крикун Л., Бабич В. Психосоматичні прояви тривожності в умовах воєнного стресу.....	91
Кухарук Марта. Чинники резильєнтності (психологічної стійкості) у підлітків у період повномасштабної війни в Україні.....	93
Лукавецька Олександра. Психологічна сутність вторинної травматизації у дружин ветеранів війни: теоретичний аналіз.....	96
Мицкан Тетяна. Психоемоційні особливості жінок із гіпотиреозом: психосоматичний та клініко-психологічний аналіз.....	98
Міщенко Марина. Сучасні підходи до профілактики психоемоційних розладів.....	100
Монда Богдана. Проблеми пізньої діагностики розладу дефіциту уваги з гіперактивністю у дорослому віці.....	102
Пилип Надія. Психологічні чинники формування розладів харчової поведінки у молоді в умовах впливу соціальних мереж.....	107
Рещук Євгенія. Сучасні методи та стратегії роботи психолога з дітьми із розладами аутистичного спектра.....	111
Сембай Мирослава. Соціально-психологічні механізми зниження стресу у родин військовослужбовців.....	114

Вторинний травматичний стрес описується як емоційний стан, що виникає внаслідок емпатичного контакту з травматичним досвідом іншої людини, а професійне вигорання пов'язане з емоційним виснаженням, деперсоналізацією та зниженням відчуття професійної ефективності (Figley, 1995; Maslach, Jackson, Leiter, 1996). Сучасні дослідження психічного здоров'я фахівців допоміжних професій підтверджують, що контакт із травматичним матеріалом клієнтів може підвищувати ризик вторинного травматичного стресу, особливо за наявності власної травматичної історії, інтенсивного емоційного залучення та недостатньої організаційної підтримки (Stamm, 2010; Manning-Jones, de Terte, Stephens, 2016). Саме тому терапевтичний потенціал волонтерської діяльності потребує поєднання з професійними межами, регулярною супервізією, командною підтримкою та навичками самопомоги.

Висновки. Отримані результати дають підстави розглядати волонтерську діяльність психологів-практиків як важливий ресурс психологічного відновлення особистості, що пережила психотравматичний досвід. Її терапевтичний потенціал полягає у можливості трансформації безпорадності в активну дію, провини вцілілого у відповідальність, професійної вразливості у досвід солідарності, а особистісної інконгруентності у поступове відновлення внутрішньої цілісності.

Волонтерство може сприяти посттравматичному зростанню фахівця, якщо воно супроводжується рефлексією, підтримкою професійної спільноти, супервізією та дотриманням психологічних меж. Водночас ідеалізація ролі «рятувальника» і нехтування власними потребами можуть призводити до вторинної травматизації, соматизації та професійного виснаження.

Практичне значення дослідження полягає у тому, що його результати можуть бути використані для створення програм психологічної підтримки волонтерів, супервізійних груп, тренінгів з профілактики вигорання та розвитку резильєнтності. Перспективи подальших досліджень пов'язані з вивченням умов, за яких волонтерська діяльність стає не лише формою допомоги іншим, а й безпечним простором самовідновлення, професійного зростання та інтеграції травматичного досвіду самого фахівця.

Гончаровська Галина

канд. психол. наук, доц. кафедри психології розвитку та консультування,

Чіп Руслана

канд. психол. наук, доц. кафедри психології розвитку та консультування,

Тернопільський національний педагогічний
університет імені Володимира Гнатюка

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ БЕЗПЕЧНОЇ ПОВЕДІНКИ ДОРΟΣЛИХ В УМОВАХ ВІЙНИ

Вступ. Створення умов для забезпечення особистої та суспільної безпеки у період військових загроз потребує як знань про можливі ризики, так і сформованих копінг-стратегій, психологічних якостей, соціальних умінь і навичок саморегуляції, що спонукають діяти ефективно у кризових ситуаціях. Відтак, у цьому контексті важливого значення набуває вивчення соціально-психологічних чинників формування безпечної поведінки дорослих в умовах війни, серед яких варто виокремити рівень

усвідомленості, емоційну стабільність, ціннісні орієнтації, підтримку оточення та досвід соціальної взаємодії.

Основні результати дослідження. У формуванні безпечної поведінки дорослих у період військових загроз важливу роль відіграють соціально-психологічні чинники, серед яких значущими є ціннісні орієнтації. Саме вони визначають моральні та психологічні норми, які впливають на ставлення людини до власного життя, здоров'я та благополуччя. Водночас ціннісні орієнтації спрямовують енергію індивіда на збереження фізичної та психічної цілісності, забезпечують адекватну оцінку небезпеки, загроз, ризиків і регламентують вибір безпечних стратегій поведінки. Особистість зі сформованою системою ціннісних орієнтацій проявляє підвищену відповідальність у повсякденному житті, критично оцінює потенційно небезпечні ситуації і демонструє вибір ефективних способів уникнення загроз. Відтак, ціннісні орієнтації визначають пріоритетність поведінкових патернів у небезпечних умовах, стимулюють самостійне прийняття рішень щодо безпеки та формують мотиваційне підґрунтя для стійких та раціональних дій (Кулалаєва Н. В., 2014).

Дослідники копінг-поведінки А. Коваленко та Н. Родіна висловлюють позицію щодо значущості цінностей у формуванні копінг-стратегій і зазначають, що копінг є усвідомленим і довільним процесом, орієнтованим на прийняття та вирішення проблемної ситуації з опорою на раціональність і систему цінностей. У контексті цього дослідження копінг розглядається науковцями як форма усвідомлюваного та контрольованого психологічного захисту, що забезпечує трансформацію несвідомих реакцій у площину свідомого регулювання (Коваленко А. Б., Родіна Н. В., 2021).

Значущим чинником формування безпечної поведінки дорослих в умовах війни є соціальні ролі, виконання яких пов'язане з відповідальністю за інших, що, таким чином, підвищує мотивацію до збереження власного життя й життя близьких. Усвідомлення людиною своїх обов'язків у сім'ї, на роботі, у професійних та суспільних спільнотах стимулює дотримання норм безпеки. Доросла особистість враховує специфіку своєї соціальної ролі, оцінюючи і враховуючи усі ризики небезпечних ситуацій, прогнозує наслідки своїх дій і свідомо обирає безпечні альтернативи. Водночас соціальні ролі впливають на засвоєння, розвиток навичок комунікативної взаємодії та співпраці, що забезпечує ефективну координацію поведінки. Усвідомлення соціальної відповідальності за конкретні обов'язки формує стабільні моделі поведінки (Мягченко О. П., 2010).

Досвід, отриманий внаслідок пережитих небезпечних, ризикових ситуацій, є незаперечним чинником формування безпечної поведінки дорослих. Аналіз минулого досвіду дає змогу особистості усвідомити потенційні загрози, небезпеки, оцінити наслідки власних дій та розробити ефективні стратегії уникнення загроз. Рефлексія щодо власного досвіду, а також спостереження за досвідом інших людей, допомагає формувати когнітивні й емоційні механізми адаптації до ризикованих умов. Осмислення минулих помилок і невдач сприяє розвитку прогнозування та планування безпечної поведінки надалі. Окрім цього, досвід небезпечних ситуацій формує стійкі асоціативні зв'язки між діями та їх наслідками, що підвищує рівень свідомої саморегуляції та готовності до екстрених подій (Арустамов Е. А., 2011).

Важливим регулятором поведінки дорослої особистості в умовах небезпеки у різних соціальних контекстах є соціальні норми, що визначають допустимі межі дій, регламентують взаємодію з оточенням і створюють очікування щодо безпечної

поведінки. Суспільні правила, моральні стандарти та правові норми впливають на формування установок і переконань, які підкріплюють відповідальне ставлення до ризику. Дотримання соціальних норм забезпечує соціальну легітимність поведінки і підвищує рівень інтеграції особистості у спільноту. Вплив норм стимулює передбачуваність поведінки, посилює дисциплінованість і формує автоматизовані навички безпечного реагування у різних життєвих ситуаціях. Соціальні норми також діють як зовнішній контроль, який допомагає регулювати індивідуальні схильності до ризику та імпульсивних дій, забезпечуючи стабільність і безпеку у суспільстві (Гайченко В. А., Коваль Г. М., 2012).

Рівень розвитку самоконтролю виступає важливим внутрішнім ресурсом для формування безпечної поведінки дорослої людини. Самоконтроль охоплює здатність регулювати власні емоції, інстинктивні реакції та поведінкові імпульси у стресових або небезпечних умовах. Людина з високим рівнем самоконтролю здатна свідомо обирати оптимальні стратегії поведінки, передбачати наслідки своїх дій і уникати небезпечних ситуацій. Інтернальний локус контролю сприяє відчуттю власної відповідальності за результати дій та розвитку активної позиції особистості. Розвинений самоконтроль допомагає запобігати панічним реакціям, агресивним або ризиковим поведінковим патернам, а також формує психологічну стійкість до стресу, що є основою для ефективної саморегуляції та адаптивного прийняття рішень у критичних умовах (Байєр О. О., 2020).

Психосоціальна підтримка забезпечує стабільність і дає додатковий ресурс для формування безпечної поведінки дорослих під час війни. Здатність соціального оточення надавати емоційну підтримку, інформаційну та практичну допомогу, значно знижує рівень прояву тривожності, підвищує впевненість особистості у власних діях і сприяє активній адаптації. Психосоціальна підтримка близького оточення формує відчуття впевненості, захищеності та стимулює відповідальне ставлення до потенційних загроз (Гвоздів В.П., 2017).

Таким чином, аналіз низки наукових підходів дослідників щодо виокремлених соціально-психологічних чинників, дає підстави констатувати, що формування безпечної поведінки у дорослому віці є результатом інтеграції ціннісних орієнтацій, соціальних ролей, життєвого досвіду, соціальних норм, самоконтролю та підтримки оточення. Взаємодія виокремлених чинників створює комплексну систему психологічних, соціальних і практичних механізмів, що регламентують ефективне прогнозування, сприяють уникненню та забезпечують подолання небезпечних ситуацій в умовах війни.

Дослідження особливостей копінг-поведінки дорослих у період військових загроз, проведені О. Єфімовою, дають змогу оцінити взаємозв'язок між рівнем тривожності та особливостями подолання стресових ситуацій. Тривожність є центральним елементом копінг-поведінки, оскільки рівень і характер її прояву визначають вибір механізмів подолання: активних (раціональних, проблемно-орієнтованих) чи пасивних (емоційно-захисних, унікальних). У період військових загроз для дорослих осіб важливим є розмежування реактивної (ситуативної) та особистісної тривожності, адже перша – відображає поточну емоційну реакцію на стресор, тоді як друга – характеризує тривожну установку як стабільну рису особистості, що впливає на типові способи поведінки у кризових умовах.

Для дорослих, які переживають військові загрози, оцінка рівня тривожності дозволяє визначити, наскільки ефективно вони здатні мобілізувати власні ресурси, контролювати емоції та застосовувати конструктивні копінг-стратегії. Високі показники прояву тривожності свідчать про переважання у дорослих неадаптивних копінг-стратегій (уникнення, емоційна ізоляція, надмірне занепокоєння), тоді як середні чи помірні – частіше вказують на використання конструктивних способів реагування, таких як пошук соціальної підтримки або раціональне планування. У межах аналізу копінг-поведінки, дослідження ситуативної та особистісної тривожності спрямовані не лише визначення рівня тривожності як емоційного стану, а й на виявлення показників адаптивності або дезадаптивності реакцій особистості, що виявляються у складних, небезпечних чи непередбачуваних ситуаціях (Єфімова О. Ю., 2025).

Результати дослідження ситуативної тривожності показали, що третина опитаних переживає значне емоційне напруження у ситуаціях військової небезпеки. Для них характерне підвищення нервозності, відчуття внутрішньої нестабільності, надмірна увага до потенційних загроз, що вказує на емоційно-афективне перенавантаження та неефективні копінг-стратегії. У багатьох випадках підвищена реактивна тривожність провокує імпульсивні дії або навпаки – стан «емоційного ступору», що знижує здатність до раціонального аналізу ситуації. Особи з низьким рівнем ситуативної тривожності демонструють протилежні тенденції – внутрішню стабільність, вміння контролювати емоційні реакції, швидко мобілізувати ресурси і використовувати проактивні копінг-механізми (самоконтроль, когнітивну переоцінку, прагматичне планування).

За показниками особистісної тривожності більшість дорослих мають схильність до тривалого переживання напруги, підвищеної пильності та очікування небезпеки навіть у відносно стабільних умовах. Така особистісна тривожність виступає фоновим чинником, який формує загальну емоційну готовність до реагування на стресові стимули військового характеру. Особи з високими показниками демонструють виражену тенденцію до неадаптивного копіngu – вони частіше вдаються до емоційного уникнення, самозвинувачення, надмірного контролю або пасивного очікування допомоги ззовні. Натомість респонденти із середнім рівнем тривожності здебільшого поєднують емоційні реакції із раціональними способами подолання труднощів, зокрема здатністю оцінити реальність загроз і вибудувати стратегію поведінки у межах наявних ресурсів. Аналізуючи співвідношення між ситуативною та особистісною тривожністю, можна діагностувати домінуючий тип копінг-поведінки – активний (орієнтований на вирішення проблеми) чи пасивно-захисний (орієнтований на уникнення). Високі показники вказують на ризик емоційного виснаження, дезорганізації поведінки та зниження ефективності копінг-реакцій, тоді як середні та низькі значення свідчать про рівноваженість і стабільність копінг-механізмів особистості (Єфімова О. Ю., 2025).

Висновки. Охарактеризовано соціально-психологічні чинники формування безпечної поведінки у дорослих під час війни. Зокрема, ціннісні орієнтації є внутрішнім регулятором поведінки, формують усвідомлене ставлення до власного життя, здоров'я та соціального статусу, що безпосередньо стимулює дотримання безпечних моделей поведінки. Соціальні ролі, які визначають обов'язки особистості у різних сферах життєдіяльності та виступають стимулом до відповідальної та безпечної поведінки у взаємодії з близьким оточенням. Досвід, отриманий у небезпечних, ризикованих ситуаціях, що формує у дорослих здатність до рефлексії та аналізу

власних помилок і сприяє прогнозуванню наслідків і застосуванню стратегій уникнення небезпеки. Соціальні норми визначають зовнішні рамки поведінки, регламентують дії та впливають на формування колективно прийнятих моделей безпечної поведінки. Рівень розвитку самоконтролю забезпечує здатність адекватно регулювати емоційні реакції у кризових умовах. Психосоціальна підтримка близького оточення відіграє важливу роль у створенні безпечного довкілля, надаючи інформаційну, емоційну та практичну допомогу у складних життєвих ситуаціях. Перспективи подальших наукових розвідок вбачаємо у проведенні комплексного емпіричного дослідження особливостей формування безпечної поведінки дорослих в умовах війни.

Дев'ятка Наталія
студентка 1 курсу, ОР магістр,
“Психологія” С4,
“Клінічна та реабілітаційна психологія”,
наук. керівн.: к. психол. н., доц. Мицкан Тетяна Степанівна,
Карпатський національний університет імені Василя Стефаника

РОЛЬ КОНСТРУКТИВНОГО ГУМОРУ ЯК РЕСУРСУ ПОДОЛАННЯ АГРЕСИВНИХ ТЕНДЕНЦІЙ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Вступ. Підлітковий вік є критичним етапом онтогенезу, що характеризується глибокою внутрішньою перебудовою та прагненням до самоствердження. За концепцією Е. Еріксона, центральним завданням цього періоду є досягнення его-ідентичності, що часто супроводжується підвищеною тривожністю та агресивністю як засобами захисту кордонів особистості (Дем'яненко Ю., 2023). Сучасна психологія розглядає гумор не лише як комунікативний засіб, а як значущий копінг-механізм. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю пошуку внутрішніх ресурсів, здатних нівелювати агресивні імпульси через когнітивний рефреймінг ситуації. Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично встановити характер зв'язку між адаптивними стилями гумору та проявами агресії у підлітків 15–17 років.

Методи дослідження. У роботі застосовано комплекс психодіагностичних методик: 1) Опитувальник стилів гумору (HSQ) Р. Мартіна в адаптації С. Скворцова та О. Зайвої для вимірювання чотирьох стилів гумору; 2) Опитувальник показників агресії (QOA) А. Басса та А. Даркі для діагностики видів агресії та ворожості. Емпіричне дослідження проведено на базі Професійного ліцею сфери послуг (м. Коломия). Вибірка складала 56 респондентів віком 15–17 років. Статистична обробка даних здійснювалася за допомогою кореляційного аналізу (коефіцієнт Пірсона r).

Основні результати дослідження. Теоретичний аналіз класичних підходів (Т. Гоббс, І. Кант, З. Фройд) та сучасних моделей (Р. Мартін) дозволив встановити, що гумор може виконувати як адаптивну, так і деструктивну функції. Встановлено, що адаптивні стилі (афіліативний та самопідтримуючий) виступають «психологічним буфером», який дає префронтальній корі головного мозку час на опрацювання емоційного сигналу, запобігаючи миттєвій імпульсивній агресії. Згідно з теорією соціального научіння А. Бандури, агресивний гумор часто засвоюється підлітками як соціально прийнятна проксі-форма вербальної ворожості (Аршад Р., 2025).