

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
Національний аерокосмічний університет  
«Харківський авіаційний інститут»

Гуманітарно-правовий факультет  
Кафедра психології

**ВСЕУКРАЇНСЬКА НАУКОВО-ПРАКТИЧНА  
КОНФЕРЕНЦІЯ  
ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ  
ТА МОЛОДИХ ВЧЕНИХ  
«ПСИХОЛОГІЯ В СУЧАСНОМУ СВІТІ»**

**Тези доповідей**

Харків «ХАІ» 2026

УДК 159.9

Всеукраїнська науково-практична конференція здобувачів вищої освіти та молодих вчених «Психологія в сучасному світі»: Тези доповідей. – Харків: Національний аерокосмічний університет «Харківський авіаційний інститут», 2026. – 90 с.

У збірнику тез висвітлено теоретичні та методологічні проблеми сучасної психології, а саме: актуальні питання інженерної та авіаційно-космічної психології, психології праці, кризової психології, психології діяльності в особливих умовах; проблеми медичної психології, гендерної психології та психології розвитку; актуальні психолого-педагогічні проблеми сучасної освіти; психологічні аспекти соціалізації особистості здобувача вищої освіти сучасного технічного ЗВО під час кризових умов життєдіяльності українського суспільства.

Також розглянуті певні актуальні питання прикладної психології щодо психологічних аспектів соціальної комунікації, кадрового менеджменту та управління. Актуальні проблеми психодіагностики: теорія та практика. Практика психологічного консультування та психокорекції у сучасному цифровому середовищі. Актуальні питання психологічного консультування, психотерапії та психокорекції в умовах воєнного стану в Україні.

© Національний аерокосмічний університет  
«Харківський авіаційний інститут», 2026

**Секції та тематичні напрямки  
роботи науково-практичної конференції  
здобувачів вищої освіти та молодих вчених  
«Психологія в сучасному світі»**

**Секція 1. Теоретичні та методологічні проблеми сучасної психології**

***Напрямки роботи секції:***

- ❖ Актуальні питання інженерної та авіаційно-космічної психології, психології праці, психології діяльності в особливих умовах.
- ❖ Актуальні проблеми медичної психології, гендерної психології та психології розвитку.
- ❖ Актуальні психолого-педагогічні проблеми сучасної освіти.
- ❖ Психологічні аспекти соціалізації особистості здобувача вищої освіти сучасного технічного ЗВО під час кризових умов життєдіяльності українського суспільства.

**Секція 2. Актуальні питання прикладної психології**

***Напрямки роботи секції:***

- ❖ Психологічні аспекти соціальної комунікації, кадрового менеджменту та управління.
- ❖ Актуальні проблеми психодіагностики: теорія та практика.
- ❖ Практика психологічного консультування та психокорекції у сучасному цифровому середовищі.
- ❖ Практика психологічного консультування та психокорекції під час кризових умов життєдіяльності.

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ЯК ЧИННИК АДАПТАЦІЇ ТА  
ПОДОЛАННЯ ПСИХОСОМАТИЧНИХ РОЗЛАДІВ

*Н. В. Акімова, д-р психол. наук*

*І. М. Брикайло, здобувачка вищої освіти*

*Херсонський державний аграрно-економічний університет*

Психосоматичне захворювання розглядається в межах біопсихосоціального підходу не лише як біологічне порушення, а як складний результат дезадаптації особистості, що виникає при вичерпанні захисних механізмів психіки та зниженні рівня резильєнтності. Важливу роль у процесі одужання відіграють когнітивно-емоційні ресурси: життєстійкість (*hardiness*), інтернальний локус контролю та адаптивні стратегії копінг-поведінки.

Пацієнти з високим рівнем усвідомлення власних ресурсних можливостей демонструють значно вищу комплаєнтність та нижчий рівень госпітальної тривожності. Виявлено, що розвиток психологічної гнучкості дозволяє пацієнту подолати явища алекситимії. Саме неможливість висловити емоції словами часто стає «пусковим механізмом» для їхнього «відреагування» через тілесні симптоми, що призводить до порушення роботи імунної, серцево-судинної та ендокринної систем. Крім того, актуалізація ресурсних станів сприяє зниженню рівня кортизолу та стабілізації психофізіологічних показників організму під час лікування.

Практична значущість роботи полягає у систематизації підходів до психокорекційної допомоги, спрямованої на актуалізацію внутрішніх опор та зміну деструктивних когнітивних схем. Така робота сприяє суттєвому скороченню термінів лікування та покращенню якості життя пацієнта через відновлення цілісності самосприйняття.

Таким чином, інтеграція комплексної психологічної підтримки в систему сучасної медичної реабілітації є фундаментальною умовою ефективного подолання хвороб сучасності та зміцнення ментального потенціалу нації.

УДК 159.9

БУЛІНГ У ПІДЛІТКОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ ЯК СОЦІАЛЬНО-  
ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА

*С. С. Алтєєва, здобувачка вищої освіти*

*Науковий керівник: С. В. Кузьміна, старший викладач*

*Національний аерокосмічний університет*

*«Харківський авіаційний інститут»*

Булінг - це систематичне агресивне переслідування однієї особи іншою або групою осіб, що супроводжується нерівністю сил і проявляється переважно в підлітковому віці у зв'язку з формуванням особистості та прагненням до самоствердження.

Основними причинами булінгу індивідуально-психологічні особливості підлітків (агресивність, низька самооцінка, бажання домінувати), сімейні фактори (конфлікти, жорстокі методи виховання, відсутність підтримки) та вплив соціального середовища (негативний клімат у колективі, вплив медіа, групові норми поведінки).

Булінг проявляється у різних формах: фізичній, вербальній, соціальній та кібербулінгу. Це явище має серйозні наслідки для всіх учасників: у жертв виникають тривожність, депресія, зниження самооцінки та соціальна ізоляція; агресори формують асоціальні моделі поведінки та схильність до насильства; свідки переживають страх або стають байдужими до проявів агресії.

Науковці зазначають певну закономірність: досвід цькування підвищує ймовірність того, що підліток сам почне знущатися з інших. Ефективна профілактика булінгу у підлітковому середовищі потребує комплексної програми роботи з настановами підлітків, підготовки відповідних фахівців та активного залучення батьків.

Отже булінг є важливою соціально-психологічною проблемою, оскільки негативно впливає на психічне здоров'я особистості та систему міжособистісних відносин у підлітковому середовищі.

КРЕАТИВНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ У ВІКОВОМУ ВИМІРІ

*В. М. Анненков, здобувач вищої освіти*

*Державний торговельно-економічний університет (м. Київ)*

Креативність у сучасній психології розглядається не як статична риса, а як динамічна характеристика особистості, форми вияву якої змінюються впродовж життя. Вона виявляється у здатності гнучко мислити, продукувати оригінальні ідеї, по-новому інтерпретувати досвід, знаходити нестандартні способи розв'язання проблем і створювати нові смисли в різних життєвих обставинах. Тому креативність доцільно аналізувати крізь призму вікових завдань розвитку, провідної діяльності, соціокультурного контексту та індивідуального досвіду, що дає змогу простежити зміну її психологічних механізмів, провідних чинників і форм вияву.

У дитинстві креативність пов'язана з грою, уявою, емоційною включеністю та спонтанним перетворенням досвіду. У підлітковому віці креативність набуває виразнішого особистісного змісту через самовизначення, становлення ідентичності та пошук індивідуального стилю самовираження. У юнацькому та дорослому віці креативність дедалі тісніше пов'язується з автономією, професійним самовизначенням і здатністю реалізовувати творчий потенціал у практичній діяльності. У пізній дорослості креативність не втрачає значущості, проте її форми зміщуються від орієнтації на новизну до смислової насиченості, повсякденної творчості, генеративності та культурної передачі досвіду.

Отже, креативність особистості у віковому вимірі постає як багаторівневе, контекстуально зумовлене утворення, що змінює свої джерела, механізми та форми вияву на різних етапах онтогенезу. У дитинстві її основу становлять гра та уява, у підлітковому віці – самовираження й ідентичність, у дорослості – досвід, самостійність і професійна реалізація, у пізньому віці – смислотворення та генеративність. Це дає підстави розглядати креативність у віковому вимірі як важливе підґрунтя для розроблення психологічних засобів її розвитку відповідно до потреб кожного етапу життєвого шляху людини.

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТСЬКОЇ  
МОЛОДІ В УМОВАХ ВІЙНИ: ГЕНДЕРНИЙ ВИМІР

*А. Ю. Атаманчук, здобувачка вищої освіти  
Хмельницький національний університет*

У умовах війни в Україні студенти перебувають у ситуації підвищеної вразливості, оскільки змушені поєднувати навчальну діяльність із адаптацією до умов невизначеності, небезпеки та соціальної нестабільності. Хронічний стрес, пов'язаний із воєнними подіями, супроводжується зростанням тривожності, емоційного виснаження та зниженням життєвої задоволеності. У цьому контексті особливого значення набуває гендерний аспект, оскільки чоловіки і жінки демонструють різні способи реагування на стрес і переживання кризових ситуацій.

Психологічне благополуччя відображає рівень задоволеності життям, здатність до самореалізації, ефективну взаємодію із соціальним середовищем та внутрішню гармонію особистості. У воєнних умовах ці характеристики зазнають трансформацій під впливом стресогенних факторів, що знижує адаптаційні можливості студентів і ускладнює їх професійне становлення.

Гендерні відмінності у переживанні психологічного благополуччя зумовлені як індивідуально-психологічними, так і соціокультурними чинниками. Жінки частіше демонструють підвищену емоційну чутливість, схильність до тривожності та орієнтацію на соціальну підтримку. Чоловіки, натомість, більш схильні до стримування емоцій, раціоналізації та використання активних стратегій подолання труднощів. У воєнних умовах ці відмінності посилюються: дівчата частіше переживають емоційне напруження, тоді як хлопці можуть недооцінювати власні емоційні труднощі.

Отже, психологічне благополуччя є складним і динамічним явищем, що залежить від взаємодії індивідуальних, соціальних і гендерних чинників. Врахування цих особливостей є необхідною умовою ефективної психологічної підтримки та збереження психічного здоров'я молоді.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ В УМОВАХ  
ВІЙНИ: ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ВНУТРІШНЬОГО  
ПЕРЕМІЩЕННЯ ТА ЕМІГРАЦІЇ

*Г. О. Балякіна, здобувачка вищої освіти*

*Науковий керівник: д. психол. н., Н. В. Акімова*

*Херсонський державний аграрно-економічний університет*

Внутрішнє переміщення є глибоко травматичним досвідом, у якому об'єктом втрати стає не лише фізичний дім, а й цілий комплекс соціальних зв'язків та власне місце у символічному полі. Напруга тут виникає через те, що загальний культурний каркас зберігається, але змінюється його інтонація. Інакшість переживається як ледь помітна, створюючи у суб'єкта болісне відчуття «чужинця у своїй власній країні». Крім того, суспільне очікування швидшої адаптації від ВПО лише посилює їхній внутрішній конфлікт та заважає повноцінному визнанню втрати.

Натомість еміграція за кордон, майже завжди супроводжується нарцисичним ударом, що руйнує звичну сцену соціального визнання. Емігрант стикається з труднощами через неможливість повного володіння новою мовою, що призводить до втрати попередньої версії свого «Я». Центральним афектом в еміграції часто стає фонові провина.

Важливим викликом для емігранта також стає подолання лінгвістичного розщеплення, коли рідна мова залишається простором автентичності, а іноземна - інструментом соціального виживання. Успішна адаптація, вимагає не відмови від минулого, а здатності відгорювати його, що дозволяє вивільнити психічну енергію для інвестування у нове середовище.

Таким чином, психологічний супровід має враховувати ці відмінності. Для ВПО ключовим є легалізація втрати попри перебування у «своєму» культурному полі. Для емігрантів критично важливою є робота з почуттям провини та проживання процесу горя задля формування нової, гібридної ідентичності. Загальною метою терапії в обох випадках стає зниження соціального тиску щодо «швидкої нормалізації» та обережна відбудова внутрішніх опор суб'єкта.

АЛГОРИТМИ ВІДПОВІДЕЙ І РЕАКЦІЙ ШТУЧНОГО  
ІНТЕЛЕКТУ НА ВЕРБАЛЬНУ АГРЕСІЮ КОРИСТУВАЧІВ

*В. М. Барабаш, здобувач вищої освіти*

*Херсонський державний аграрно-економічний університет*

У сучасному цифровому середовищі значна частина комунікації відбувається за участю віртуальних асистентів на базі штучного інтелекту. Вербальна агресія з боку користувачів перетворилася на системну проблему. Дослідження того, як ШІ реагує на такі прояви, важливе для розуміння психологічних механізмів комунікації з ШІ. Метою дослідження є аналіз алгоритмів відповідей ШІ на агресію, оцінка їх ефективності та визначення впливу на користувача.

Використано експеримент з фіксацією відповідей на агресивні запити. Аналіз даних підтверджує, що 12% запитів містять елементи вербальної агресії. У результаті дослідження виокремлено три основні алгоритми реакції ШІ: нейтрально-емпатійна відповідь, ігнорування агресії з переспрямуванням до конструктивного діалогу та гумористична відповідь. Нейтрально-емпатійна відповідь, яка визнає емоції користувача, є ефективною в 58% випадків. Ігнорування агресії з переспрямуванням діалогу приводило до зниження провокацій у 47% випадків. Найвищий потенціал для деескалації має стратегія гумористичної відповіді. Гумор ШІ виконує функцію психологічного буфера, перетворюючи конфронтацію на соціально прийнятну взаємодію. Експериментальні дані зафіксували, що гумористичні відповіді призводили до зниження ворожого тону в 72% випадків. Опитування показало, що 65% користувачів зазначили позитивні емоції після таких відповідей та сприйняття ШІ як більш «товариського» співрозмовника.

Отже, реакція ШІ на вербальну агресію є прямим наслідком його програмування, причому стратегії гумору та нейтральної емпатії демонструють найвищу ефективність для деескалації. Психологічна стійкість ШІ до агресії може слугувати корисним навчальним патерном для формування аналогічних навичок у людей у стресових комунікативних ситуаціях.

УДК 159.9

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ТА  
ПСИХІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЛЮДЕЙ ЗРІЛОГО ВІКУ

*В. Д. Беспалова, здобувачка вищої освіти*

*Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна*

*Навчально-науковий інститут «Українська інженерно-  
педагогічна академія»*

Метою дослідження є виявлення взаємозв'язку між рівнем емоційного вигорання та психічним благополуччям людей зрілого віку.

У дослідженні взяли участь 30 осіб віком від 25 до 60 років. Для дослідження було використано такі психодіагностичні методики: методику діагностики рівня емоційного вигорання В. Бойка, шкалу психологічного благополуччя К. Ріфф, методику діагностики рівня емпатійних здібностей В. Бойка та модифікований тест «Риси характеру та темпераменту».

Результати дослідження показали, що серед респондентів найбільш вираженою є фаза напруження емоційного вигорання, що може свідчити про наявність підвищеного рівня емоційного навантаження. Водночас показники психологічного благополуччя перебувають на достатньо високому рівні, зокрема за шкалами особистісного росту, управління середовищем та позитивних відносин з іншими.

Проведений кореляційний аналіз дозволив встановити наявність взаємозв'язку між фазами емоційного вигорання та окремими компонентами психологічного благополуччя. Отримані результати свідчать про те, що зі зростанням рівня емоційного напруження може знижуватися рівень психологічної стійкості та внутрішніх ресурсів особистості.

Таким чином, результати дослідження підтверджують наявність взаємозв'язку між емоційним вигоранням та психічним благополуччям людей зрілого віку. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на розроблення ефективних програм психологічної профілактики емоційного вигорання та підтримки психічного здоров'я.

ПОДОЛАННЯ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ ЯК УМОВА  
ВІДНОВЛЕННЯ ПСИХІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ТА  
УСПІШНОЇ АКУЛЬТУРАЦІЇ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ

*Ю. А. Бочарова, здобувачка вищої освіти*

*ХНПУ імені Г.С. Сковороди*

Найздоровішою стратегією адаптації за Дж. Беррі, є саме інтеграція, оскільки вона забезпечує збереження власної ідентичності за умови активного контакту з новою культурою. Проте тут постає руйнівна установка: «я не маю права на щасливе життя, поки інші страждають». Як наслідок, люди відмовляються від інтеграції, обираючи натомість деструктивні стратегії сепарації або маргіналізації.

Для того, щоб вийти з цього стану та розірвати замкнене коло, важливим є відновлення ключових компонентів психологічного благополуччя. До них відносять: по-перше, це самоприйняття: завдяки відмові від постійного болісного порівняння «як було» і «як є», знижується внутрішня напруга та опір змінам. По-друге, пошук нових спільнот зумовлює розбудову позитивних відносин. По-третє, через здійснення дрібних щоденних виборів запускається процес відновлення автономії. По-четверте, управління середовищем, а саме практичне опанування нового простору, дозволяє людині подолати страх перед невідомим та адаптуватися. По-п'яте, наявність мети формується завдяки постановці короткострокових цілей. Останнє – особистісне зростання, призводить до усвідомлення того, що здобуття нових навичок та вивчення мови роблять людину сильнішою.

Важливою умовою успішної акультурації та відновлення психічного благополуччя є подолання почуття провини, тому що таке пропрацювання стимулює у переселенця вибудову балансу між зовнішніми викликами і внутрішніми опорами, породжує розвиток інших життєво необхідних якостей і ресурсів. У той час як ігнорування і нехтування почуттям провини призводить до руйнування психіки та є перешкодою для повноцінного життя.

ПСИХОЛОГІЧНА ГНУЧКІСТЬ ЯК ЧИННИК  
ЖИТТЄСТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ  
В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

*В. О. Бутко, здобувач вищої освіти  
Національний аерокосмічний університет  
«Харківський авіаційний інститут»*

Сучасні умови життєдіяльності українського суспільства характеризуються високим рівнем невизначеності та постійним стресовим впливом через воєнні дії. Для студентської молоді, яка перебуває на етапі професійного та особистісного становлення, особливої актуальності набуває пошук внутрішніх ресурсів адаптації.

Одним із таких ключових ресурсів є психологічна гнучкість - здатність особистості залишатися у контакті з теперішнім моментом і діяти відповідно до своїх цінностей навіть у критичних обставинах.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування ролі психологічної гнучкості у структурі життєстійкості студентів. Психологічна гнучкість дозволяє не просто витримувати стрес, а й ефективно трансформувати травматичний досвід, уникаючи деструктивних стратегій когнітивного заціпеніння. Вона включає шість основних процесів: прийняття досвіду, когнітивну розтожність, контакт із теперішнім, селф-як-контекст, усвідомлення цінностей та цілеспрямовану дію.

Результати аналізу свідчать, що розвиток цих компонентів у межах психокорекційної роботи значно знижує рівень тривожності та підвищує суб'єктивне благополуччя здобувачів освіти.

Студенти з високим показником гнучкості демонструють кращу академічну успішність та соціальну інтегрованість у кризових умовах. Таким чином, впровадження програм з розвитку психологічної гнучкості є необхідною складовою психологічного супроводу студентів у сучасному цифровому та соціальному середовищі.

ВПЛИВ ХРОНІЧНОГО СТРЕСУ  
НА ПАМ'ЯТЬ ТА УВАГУ У ПІДЛІТКІВ  
*М. О. Винник, здобувачка вищої освіти*  
*Національний аерокосмічний університет*  
*«Харківський авіаційний інститут»*

Підлітковий вік є періодом високої пластичності мозку, коли активно формуються нейронні зв'язки. Це робить мозок підлітка водночас гнучким і вразливим до тривалого стресу.

Хронічний стрес є поширеним серед підлітків і зумовлюється навчальним навантаженням, соціальними взаєминами, сімейними труднощами та впливом зовнішніх подій. Він негативно впливає на психічне й когнітивне функціонування, зокрема погіршує пам'ять і увагу, що ускладнює навчання та посилює стрес.

Підлітки характеризуються підвищеною реактивністю на стрес через активну роботу гіпоталамо-гіпофізарно-надниркової системи, що спричиняє інтенсивніше й триваліше вивільнення кортизолу. Якщо короткочасно це може мобілізувати ресурси організму, то тривала дія гормону порушує баланс нейромедіаторів і негативно впливає на когнітивні процеси та емоційну регуляцію.

Хронічний стрес особливо негативно впливає на увагу підлітків. Знижується здатність до вибіркової уваги — концентрації на значущій інформації та ігнорування зайвих стимулів. У стресовому стані мозок стає більш чутливим до зовнішніх подразників, а контроль уваги послаблюється. Також ускладнюється переключення між завданнями та стримування імпульсивних реакцій. Це пов'язано зі змінами у префронтальній корі, яка відповідає за самоконтроль і планування. Зниження ефективності нейронних зв'язків у цій зоні призводить до труднощів із утриманням фокусу та керуванням когнітивними процесами.

Отже, хронічний стрес у підлітковому віці може мати довготривалий негативний вплив на розвиток мозку, спричиняючи стійкі когнітивні труднощі та впливаючи на подальше психічне здоров'я і благополуччя особистості.

ФЕНОМЕН ЕМПАТІЇ У СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

*А. А. Горобець, здобувачка вищої освіти*

*Науковий керівник: С. В. Кузьміна, старший викладач*

*Національний аерокосмічний університет*

*«Харківський авіаційний інститут»*

Емпатія у сучасній психології розглядається як складний і багатовимірний феномен, що не має єдиного загальноприйнятого визначення. Існують різні підходи до походження цього поняття: одні дослідники пов'язують його з працями Т. Ліппса, який розмежував емпатію та симпатію, інші — з Е. Тітченером, який увів термін як переклад німецького «*einfihlung*» і трактував його як складне емоційне переживання.

Подальший розвиток концепції емпатії пов'язаний із ідеями В. Дільтея, який підкреслював її творчий характер і значення у процесі розуміння інших через власний досвід. Важливим механізмом емпатії вважається ідентифікація, що передбачає здатність людини подолати егоїзм і ототожнити себе з іншою особистістю.

У загальному вигляді емпатію визначають як здатність розуміти емоційні стани інших людей і співпереживати їм. Виділяють дві основні форми: співпереживання (переживання аналогічних емоцій) і співчуття (власна емоційна реакція на стан іншого). Емпатія характеризується безпосередністю емоційного досвіду та відносно слабкою рефлексивністю, а її рівень зростає з життєвим досвідом особистості.

У різних психологічних напрямках емпатія трактується по-різному: як несвідомий процес (психоаналіз), емоційна реакція на середовище (біхевіоризм), внутрішній механізм інтуїтивного розуміння (структуралізм) або важлива особистісна риса (екзистенційна психологія). Сучасні підходи також виокремлюють когнітивний, емоційний і поведінковий компоненти емпатії.

Отже, емпатія є ключовою характеристикою особистості, що забезпечує ефективну міжособистісну взаємодію, сприяє розвитку гуманних відносин і відіграє важливу роль у сучасному суспільстві.

УДК 159.923

ОСОБИСТІСНІ ЯКОСТІ ПРАКТИКУЮЧИХ ПСИХОЛОГИНЬ  
НА ЕТАПІ ПРОФЕСІЙНОЇ СТАБІЛІЗАЦІЇ

*Н. М. Гречуха, здобувачка вищої освіти*

*О. В. Долгополова, канд. психол. наук*

*Національний аерокосмічний університет*

*«Харківський авіаційний інститут»*

У гендерній психології провідною є теорія Сандри Бем, яка пояснює гнучкість поведінки людини через поєднання маскулітних та фемінітних якостей. Найбільш адаптивним вважається андрогінний профіль, що сприяє стресостійкості, соціальній компетентності та ефективній самореалізації.

Особлива увага приділяється професійному розвитку, який трактується не лише як засвоєння професійних знань і навичок, а й як глибинний процес самопізнання, самоактуалізації та самоприйняття. Професійне становлення особистості тісно пов'язане з її самосприйняттям, зокрема з усвідомленням власного віку, статевої належності та гендерної ролі. Відповідно, вікова й гендерна самосвідомість виступають важливими регуляторами внутрішньої гармонії та суб'єктивного благополуччя людини.

Гендерна ідентичність є стабільною особистісною характеристикою, яка формується на ранніх етапах соціалізації та надалі зазнає лише незначних модифікацій під впливом життєвого досвіду, а не вікових факторів.

По-друге, специфіка професійної діяльності практикуючих психологинь передбачає високий рівень емоційної зрілості, емпатії, рефлексивності та гнучкості поведінки, що природно сприяє розвитку андрогінного типу статево-рольової ідентичності. Такий тип поєднує риси, традиційно притаманні як маскулітності, так і фемінітності.

Відсутність вікових відмінностей також може свідчити про професійну конвергенцію. У психологічній практиці важливими є такі якості, як баланс між раціональністю та емоційністю, здатність до співпереживання без втрати професійної дистанції, що відображає андрогінний стиль реагування.

ФУНКЦІЇ ПОВСЯКДЕННИХ  
РИТУАЛІВ МОЛОДІ В УМОВАХ  
СОЦІАЛЬНОЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

*М. Д. Демідов, здобувач вищої освіти*  
*Науковий керівник: канд. психол. н., доц. О. Д. Научитель*  
*Національний аерокосмічний університет*  
*«Харківський авіаційний інститут»*

Метою роботи було виявити специфіку функцій повсякденних ритуалів молоді в умовах соціальної невизначеності.

Аналіз результатів роботи показав, що молодь із високою схильністю до ритуалізації активно дотримується стабільних ритуальних практик, які охоплюють щоденну діяльність.

Особливе значення мають ритуальні дії перед важливими подіями, що виконують функцію «психологічного якоря» та сприяють зниженню тривожності і підтриманню відчуття контролю.

Треба відмітити, що порушення послідовності таких дій викликає дискомфорт, що свідчить про їх компенсаторний характер.

Натомість при низькому рівні ритуалізації ритуали мають ситуативний характер і не є жорстко структурованими. При цьому їх порушення не викликає значного дискомфорту, що свідчить про достатній рівень внутрішніх ресурсів особистості.

Названі ритуали скоріше виконують допоміжну функцію організації повсякденності та підтримання певної емоційної рівноваги.

Таким чином, ритуали можуть виступати як адаптивний механізм регуляції психоемоційного стану, ступінь вираженості якого залежить від рівня психологічного благополуччя та тривожності особистості.

УДК 159.9

СПЕЦИФІКА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ  
ТА САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У ФАХІВЦІВ  
СФЕРИ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ

*Л. І. Збишинська, здобувачка вищої освіти*

*К. М. Фаворова, канд. психол. наук, доц. каф. психології*

*Національний аерокосмічний університет*

*«Харківський авіаційний інститут»*

Рівень задоволеності професійною діяльністю та робочим середовищем виявився одним із ключових чинників, що визначають інтенсивність емоційного вигорання та загальний психоемоційний стан фахівців. Результати дослідження свідчать, що негативне сприйняття умов праці — зокрема, надмірне робоче навантаження, низька матеріальна винагорода, відсутність перспектив професійного розвитку чи підтримки з боку керівництва — істотно підвищує ризик виникнення хронічного стресу та емоційного виснаження. У таких умовах працівники частіше відчують демотивацію, розчарування, втрату інтересу до діяльності та сумніви у власній професійній спроможності.

Натомість сприятливе робоче середовище, яке характеризується адекватними умовами праці, можливістю кар'єрного зростання, професійним визнанням та підтримкою з боку колег і керівництва, виступає важливим ресурсом підтримання психологічного благополуччя. Воно сприяє розвитку внутрішнього потенціалу особистості, підвищує рівень залученості до професійної діяльності та формує відчуття значущості власного внеску. У таких умовах робота розглядається не лише як засіб заробітку, а як простір для самореалізації, творчого розвитку та особистісного зростання.

Таким чином, задоволеність професійною діяльністю та середовищем її здійснення виконує захисну функцію щодо розвитку емоційного вигорання. Створення комфортних умов праці, системи стимулювання та визнання досягнень, а також підтримка можливостей для розвитку фахівців є важливими напрямками профілактики виснаження та підвищення ефективності професійної діяльності.

УДК 159.92

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЖИВАННЯ ТРАВМАТИЧНОГО  
ДОСВІДУ МОЛОДШИМИ ПІДЛІТКАМИ

*П. С. Зубенко, здобувачка вищої освіти*

*Науковий керівник: Р. О. Гончаров, ас. каф. психології*

*Національний аерокосмічний університет*

*«Харківський авіаційний інститут»*

Молодший підлітковий вік зумовлює початок переходу від дитячої інфантильності до поміркованих рішень, що має індивідуальні позитивні та негативні наслідки. Можна погодитися, що він рідко буває простим, особливо у час, коли є бажання почувати себе дорослим, проте не відомо як це донести до інших.

Ускладнити і так непростий етап здатна стресова травматична ситуація, яку можна зустріти у будь-який час свого життя, проте саме молодші підлітки є вразливою групою, адже вони тільки починають вчитися розуміти себе та свої почуття.

Проживання травматичного досвіду може проявлятися як у фізичному, так і у психологічному стані. Фізично помітити зміни у молодій людині легше, адже характерними проявами зазвичай є підвищений тиск, прискорене серцебиття, проблеми зі шлунком тощо. Набагато складніше описати психологічні проблеми проживання стресу, адже вони носять переважно індивідуальний характер для кожної особи молодшого підліткового віку. Наприклад, деякі представники після травми можуть замикатися у собі, не мають бажання спілкуватися з однолітками та батьками, інша ж група навпаки – після проживання психотравми бажає «забутися» у великих компаніях, швидко змінюючи референтні групи та субкультури. Дуже важливо розуміти, що такі прояви можуть бути як конструктивними при подоланні проблем, так і деструктивними для подальшого формування особистості підлітка, тому важливо не ігнорувати їхні почуття, адже вони перебувають у доволі вразливому стані.

Таким чином, травматичний досвід може ускладнювати проживання і так кризового періоду молодшого підлітка, але здатний і посприяти становленню особистості в подальшому.

ГЕНДЕРНА СПЕЦИФІКА ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ  
ОСОБИСТОСТІ ДО КРИЗОВИХ УМОВ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

*А. О. Іщук, здобувачка вищої освіти*

*Науковий керівник: д.психол. н., професор Н. В. Акімова  
Херсонський державний аграрно-економічний університет*

У сучасних умовах розвитку суспільства спостерігається зростання кількості кризових явищ, серед яких — воєнні конфлікти, екологічна криза та вимушена міграція. За таких обставин проблема психологічної адаптації особистості набуває особливої актуальності. Психологічна адаптація — це складний процес, що охоплює когнітивні, емоційні та поведінкові механізми, які спрямовані на пристосування до умов життєдіяльності.

Окремої уваги заслуговує проблема гендерних особливостей психологічної адаптації. Гендерні відмінності впливають на характер емоційного реагування, способи інтерпретації подій та вибір стратегій подолання труднощів.

Згідно з сучасними дослідженнями, жінки частіше демонструють виражені емоційні реакції та схильність до глибшого аналізу кризових ситуацій. Водночас відкритість у вираженні емоцій сприяє більш ефективній інтеграції травматичного досвіду та прискорює процес адаптації. Натомість чоловіча модель адаптації часто базується на механізмах раціоналізації. Намагання втримати контроль над ситуацією нерідко призводить до емоційного виснаження, що в довгостроковій перспективі спричиняє психологічну декомпенсацію. Разом із тим успішна адаптація виявляється у подоланні труднощів і, як наслідок, підвищення рівня самооцінки.

Отже, дослідження гендерних особливостей психологічної адаптації є важливим напрямом сучасної психологічної науки. Воно дозволяє поглибити розуміння механізмів подолання кризових ситуацій і створює підґрунтя для розробки ефективних програм психологічної підтримки населення.

ОСОБЛИВОСТІ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ  
У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ  
В УМОВАХ ХРОНІЧНОГО ВОЄННОГО СТРЕСУ

*Н. Л. Калайтан, канд. психол. наук, доцент*

*А. В. Колеснік, здобувачка вищої освіти*

*Національний аерокосмічний університет*

*«Харківський авіаційний інститут»*

Копінг-стратегії розглядаються як способи, за допомогою яких людина долає труднощі, знижує внутрішнє напруження та пристосовується до складних умов життя. Для здобувачів вищої освіти вони мають особливе значення, оскільки допомагають зберігати емоційну рівновагу та працездатність в умовах тривалого стресу.

Хронічний воєнний стрес негативно впливає на психологічний стан студентської молоді, зумовлюючи тривожність, втому, емоційне виснаження та труднощі в навчанні. Особливо вразливими є здобувачі освіти, які пережили вимушене переселення, втрату звичного середовища та постійну невизначеність.

Вибір копінг-стратегій значною мірою залежить від особистісних ресурсів, зокрема від рівня емоційного інтелекту. Вищий рівень емоційного інтелекту сприяє кращому самоконтролю, усвідомленню власних переживань і використанню більш конструктивних способів подолання труднощів.

Серед основних копінг-стратегій здобувачів вищої освіти виокремлюють вирішення проблем, пошук соціальної підтримки та уникнення. Результати досліджень показують, що в умовах війни частина студентів орієнтується на підтримку та активне подолання труднощів, тоді як інші частіше вдаються до дистанціювання або уникнення. Особливості копінг-стратегій у здобувачів визначаються рівнем хронічного воєнного стресу, емоційного інтелекту та адаптаційними можливостями особистості. Чим вищими є внутрішні ресурси та соціальна підтримка, тим більш імовірним є використання конструктивних способів подолання труднощів.

УДК 159.9

ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ  
ПЕРЕЖИВАННЯ ЩАСТЯ ЗДОБУВАЧАМИ ВИЩОЇ ОСВІТИ

*К. Каліберда, здобувач вищої освіти*

*К. М. Фаворова, канд. психол. наук, доц. каф. психології*

*Національний аерокосмічний університет*

*«Харківський авіаційний інститут»*

Мета роботи – дослідити індивідуально-психологічні особливості переживання щастя здобувачами вищої освіти.

Методи дослідження: теоретичний аналіз літератури; методики: авторська анкета самооцінки, Оксфордський інвентар щастя (ОНИ), шкала психологічного благополуччя К. Ріфф та CISS. Для статистичної обробки застосовано: критерій Колмогорова–Смірнова, описову статистику, кореляційний аналіз Спірмена та U- критерій Манна–Уїтні (обчислення виконано в SPSS та Excel).

Висновки: у ході дослідження встановлено, що більшість здобувачів вищої освіти демонструють середній і високий рівень переживання щастя, що пов'язано з оптимізмом, сімейною підтримкою, достатньою задоволеністю життєвими сферами та позитивним самосприйняттям. Психологічне благополуччя учасників переважно перебуває на середньому рівні, з найкращими показниками за шкалами управління середовищем і мета в житті, що свідчить про наявність життєвих орієнтирів і здатність контролювати власну діяльність. Водночас певні труднощі простежуються у сфері позитивних міжособистісних стосунків. Емоційний стан більшості характеризується низькою вираженістю емоційно-орієнтованого копінгу та загалом раціональним стилем подолання стресу. Виявлено, що самоприйняття та проблемно-орієнтований копінг мають позитивний зв'язок із рівнем щастя. Загалом результати свідчать, що конструктивні стратегії подолання труднощів, внутрішня зрілість і наявність життєвих цілей є ключовими предикторами суб'єктивного благополуччя студентської молоді.

СПЕЦИФІКА СІМЕЙНИХ ЦІННОСТЕЙ  
В СИСТЕМІ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ  
МОЛОДІ ТА ОСІБ СЕРЕДНЬОГО ВІКУ

*Г. В. Карімова, здобувачка вищої освіти*

*Науковий керівник: канд. психол. наук, О. В. Долгополова*

*Національний аерокосмічний університет*

*«Харківський авіаційний інститут»*

На сьогодні традиційна модель сім'ї поступається місцем новим формам партнерства, гнучкості у виконанні ролей та індивідуальним життєвим шляхам. Молоде покоління більш обережно ставиться до шлюбу, віддаючи перевагу кар'єрі, саморозвитку та відтермінуванню шлюбу. У контексті швидких соціокультурних змін, що впливають на інститут сім'ї, спостерігається переорієнтація цінностей у різних поколінь. Молодь дедалі більше цінує особистісний розвиток, самореалізацію та свободу вибору, тоді як старше покоління переважно дотримується традиційних уявлень про сім'ю.

Розуміння того, які цінності залишаються незмінними, а які трансформуються, дозволяє не лише виявляти сучасні тенденції, а й сприяти створенню міцніших і гармонійніших сімейних відносин у сучасному суспільстві.

Для старших поколінь сім'я традиційно асоціювалася зі стабільністю, обов'язками та чітко визначеними соціальними ролями. Проте молодь дедалі частіше переосмислює ці уявлення, формуючи власне бачення того, що означає бути сім'єю. У сучасних умовах особистий вибір, свобода та самореалізація стають ключовими аспектами життя молодих людей. Вони становить особливу соціальну групу, яка перебуває на етапі активного формування ідентичності та вироблення особистих цінностей. Цей період характеризується високою соціальною мобільністю, прагненням до самовираження, сприйнятливістю до нової інформації та чутливістю до суспільних змін. З одного боку, молоді люди ще засвоюють суспільні цінності, з іншого — вони вже готові передавати власні погляди та установки наступним поколінням.

СОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА ЯК РЕСУРС  
ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ТА  
ВІДНОВЛЕННЯ САМООЦІНКИ  
ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ  
ОСІБ У КРИЗОВИХ УМОВАХ

*О. В. Качура, здобувач вищої освіти  
ХНПУ ім. Г. С. Сковороди*

Внутрішньо переміщені особи (ВПО) вимушені адаптуватися до нових умов життя, часто втрачаючи звичне середовище, соціальні зв'язки та відчуття стабільності. Усе це відображається на їхньому емоційному стані, рівні суб'єктивного благополуччя та самооцінці.

Наявність стабільного кола спілкування та відчуття підтримки з боку оточення допомагає зменшити тривожність, підвищити впевненість у собі та поступово сформуванню більш адаптивне уявлення про себе. У цьому контексті самооцінка розглядається як змінне утворення, яке залежить від соціального середовища та досвіду взаємодії з іншими людьми.

Варто зазначити, що найбільш ефективною є комплексна соціальна підтримка, яка поєднує сімейний, міжособистісний та інституційний рівні. Не менш важливою є не лише кількість отриманої підтримки, а й те, як саме вона сприймається самою людиною — як щира, доступна та справді корисна.

У випадках недостатньої соціальної підтримки може посилюватися відчуття ізоляції, знижуватися самооцінка та ускладнюватися процес адаптації до нових умов. Натомість наявність підтримувального середовища сприяє формуванню стресостійкості та розвитку психологічної резильєнтності.

Таким чином, соціальна підтримка є важливим ресурсом відновлення самооцінки внутрішньо переміщених осіб і відіграє значну роль у процесі їхньої психологічної адаптації. Отримані результати можуть бути корисними для розробки програм психологічної та соціальної допомоги ВПО, а також у практиці кризового консультування.

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРИЧИНИ ВИНИКНЕННЯ ФАБІНГУ

*Д. В. Кобзар, здобувачка вищої освіти*

*А. О. Харченко, к. психол. н., доцент кафедри психології*

*Національний аерокосмічний університет*

*«Харківський авіаційний інститут»*

У сучасному суспільстві смартфон є невід'ємною складовою повсякденного життя: цифровізація державних послуг, соціальні мережі, постійний доступ до інформації та онлайн-навчання стали нормою. Однак, попри нові можливості, надмірне користування гаджетами негативно позначається на психічному здоров'ї та створює нові комунікативні бар'єри.

Одним із таких бар'єрів є фабінг – ігнорування співрозмовника через використання смартфона. Наукові дані свідчать про його стійкий зв'язок із психологічним дистресом, депресією, тривожністю та самотністю. Поширеність цього явища серед українських студентів сягає понад 80%.

Фабінг та суміжні з ним явища (номофобія, синдром втрачених можливостей, думскролінг, кіберзалежність) є предметом досліджень як зарубіжних (Е. Карадаг, Дж. Робертс, Н. Не, А. Блахніо та ін.), так і вітчизняних (Н. Вітюк, О. Гурова, Л. Шатирко) науковців. Водночас триває дискусія щодо природи фабінгу: його розглядають як форму адиктивної поведінки або як дезадаптивну копінг-стратегію.

За результатами теоретичного огляду виокремлено основні причини фабінгу: кіберзалежність, зокрема від соцмереж; високий рівень особистісної тривожності та синдром втрачених можливостей, що зумовлюють компульсивну перевірку гаджетів; ненадійні типи прив'язаності (пошук значущості онлайн при тривожному типі та уникнення близькості при унікаючому); поведінкове віддзеркалювання дій співрозмовника.

Наявність дискусій щодо природи фабінгу актуалізує потребу в подальших емпіричних дослідженнях. Зокрема, актуальним є проведення лонгітюдних досліджень для встановлення причинно-наслідкових зв'язків.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЖІНОК,  
ЩО СХИЛЬНІ ДО АКТИВНОГО  
ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ

*Н. В. Кондакова, здобувачка вищої освіти*  
*К. М. Фаворова, канд. психол. наук, доц. каф. психології*  
*Національний аерокосмічний університет*  
*«Харківський авіаційний інститут»*

Об'єкт дослідження – психологічні особливості особистості жінок.

Предмет дослідження – психологічні особливості жінок, схильних до активного використання соціальних мереж.

Мета роботи – вивчити психологічні особливості жінок, схильних до активного використання соціальних мереж.

Методи дослідження: теоретичний аналіз літератури, методика «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера, П'ятифакторний особистісний опитувальник (5PFQ), шкала GPIUS-3, кореляційний аналіз Спірмена.

Висновки:

Встановлено, що жінки з високою активністю в соціальних мережах характеризуються підвищеним нейротизмом, зовнішнім локусом контролю та схильністю до проблемного використання інтернету. Виявлено значущі відмінності за емоційністю та інтернальністю у сімейних стосунках.

Соціальні мережі виконують компенсаторну функцію емоційної підтримки.

У сукупності ці особистісні характеристики створюють психологічний профіль підвищеного ризику формування залежної поведінки, що виражається у прагненні до постійної онлайн-присутності, контролю за реакціями інших і неможливості відмовитися від цифрової взаємодії навіть за умови втоми чи зниження мотивації.

Отже, проблемне використання інтернету можна розглядати як механізм емоційної компенсації та водночас ознаку дефіциту внутрішніх ресурсів саморегуляції.

ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ  
ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ВЧИТЕЛІВ  
В УМОВАХ ОНЛАЙН-НАВЧАННЯ  
ТА ЗМІШАНОГО ФОРМАТУ

*О. В. Коріненко, здобувач вищої освіти  
Харківський національний педагогічний  
університет ім. Г. С. Сковороди*

Проблема професійного вигорання педагогів залишається однією з найбільш актуальних у сучасній організаційній та педагогічній психології. Цифровізація освіти, яка різко прискорилась в умовах пандемії COVID-19 та продовжилась у воєнний час в Україні, суттєво трансформувала характер педагогічної праці, породивши нові стресогенні чинники та загостривши ризики емоційного виснаження вчителів. Перехід до онлайн-навчання та змішаних форматів змінює організаційні аспекти праці, характер взаємодії з учнями, структуру професійних вимог і способи отримання емоційного зворотного зв'язку, що може змінювати як прояви вигорання, так і чинники, що його зумовлюють.

Специфіка педагогічної діяльності в цифрову епоху характеризується принципово новими викликами: технологічним перевантаженням, розмиванням меж між робочим і особистим часом, втратою живого контакту з учнями та необхідністю постійного опанування нових цифрових інструментів. Додатковим чинником в українському контексті є умови воєнного стану, які посилюють психологічне навантаження на педагогів.

Теоретичний аналіз засвідчує, що вигорання вчителів в умовах онлайн-навчання та змішаного формату є багатодетермінованим феноменом, зумовленим взаємодією організаційних, ситуативних та особистісних чинників. Вивчення ролі психологічних предикторів - перфекціонізму, трудової залежності, пристрасі до роботи, емоційного інтелекту та внутрішньої мотивації - у формуванні емоційного виснаження, цинізму та депрофесіоналізації педагогів стало предметом емпіричного дослідження, результати якого представлено у магістерській роботі.

ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ, ЯКІ  
ВПЛИВАЮТЬ НА ВИБІР КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ В  
ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

*І. В. Коротецька, здобувачка вищої освіти  
Національний аерокосмічний університет  
«Харківський авіаційний інститут»*

Соціальна тривожність у юнацькому віці є поширеним психологічним феноменом, що пов'язаний зі страхом негативної оцінки, підвищеною самокритичністю та уникненням соціальних ситуацій. У цей період особистість перебуває на етапі активного формування ідентичності, самооцінки та системи міжособистісних взаємин, що зумовлює особливу чутливість до соціальних стресорів.

Однією з особливостей соціальної тривожності в юності є нестабільність самооцінки та залежність від думки ровесників і значущих дорослих. Навіть нейтральні соціальні ситуації можуть сприйматися як потенційно загрозливі. Когнітивні спотворення впливають на суб'єктивну оцінку ситуації як такої, що перевищує можливості індивіда.

Рівень соціальної тривожності визначає вибір копінг-стратегій. За високої тривожності переважають емоційно-орієнтовані та уникаючі стратегії, спрямовані на тимчасове зниження напруження. Такі стратегії сприяють закріпленню тривожності та формуванню замкненого кола уникнення.

Водночас за нижчого рівня тривожності та більш сформованих навичок емоційної регуляції частіше використовуються проблемно-орієнтовані стратегії, зокрема планування, когнітивна переоцінка ситуації та конструктивний пошук соціальної підтримки, що сприяють адаптації, підвищенню впевненості та зниженню тривожних проявів.

Отже, специфічними особливостями соціальної тривожності у юнацькому віці є сенситивність до оцінки, когнітивні спотворення та емоційна реактивність, що визначають характер копінг-поведінки. Формування адаптивних стратегій подолання є важливою умовою психологічного благополуччя та гармонійного особистісного розвитку молоді.

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ  
СОЦІАЛІЗАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ  
ВИЩОЇ ОСВІТИ В КРИЗОВИХ УМОВАХ

*Д. О Косенко, здобувач вищої освіти  
Національний аерокосмічний університет  
«Харківський авіаційний інститут»*

Актуальність даної роботи зумовлена тим, що повномасштабна війна радикально змінила умови соціалізації здобувачів вищої освіти в усіх закладах вищої освіти України. Зруйновані звичні соціальні зв'язки, масова релокація та перехід на дистанційні формати створюють нові психологічні і адаптаційні бар'єри.

Метою роботи є розкриття психологічних механізмів соціалізації особистості студентів у кризових умовах та окреслити шляхи ефективної підтримки.

Головне завдання - це проаналізувати теоретичні засади соціалізації в екстремальних умовах, попутно виявивши ключові психологічні виклики і сформулювати напрями оптимізації процесу.

Основні ідеї та ключові думки на цей рахунок. Соціалізація в кризових умовах залежить від емоційного навантаження, порушення професійної ідентичності та обмеженої соціальної взаємодії. Стрес війни викликає ризик вигорання, ізоляцію та втрату мотивації, але водночас може стимулювати розвиток психологічної стійкості через внутрішню мобілізацію та патріотичні мотиви. Традиційні підходи вже не відповідають реаліям — потрібна інтеграція психологічних практик безпосередньо в освітній процес.

Висновок. Ефективна соціалізація можлива лише за умови системної психологічної трансформації у всіх ЗВО. Впровадження програм розвитку стійкості, віртуальних спільнот та елементів кризової підтримки дозволить зберегти психічне здоров'я студентів, зміцнити їхню професійну ідентичність і забезпечити якісну підготовку спеціалістів для роботи в умовах невизначеності.

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ  
ТРИВОЖНОСТІ І ОСОБИСТІСНОЇ  
ЕФЕКТИВНОСТІ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

*Д. С. Косілова, здобувачка вищої освіти*  
*Науковий керівник: канд. психол. наук, О. В. Долгополова*  
*Національний аерокосмічний університет*  
*«Харківський авіаційний інститут»*

Існують різні зовнішні й внутрішні чинники, які можуть впливати на особисту ефективність. До внутрішніх чинників можна віднести психічні стани людини, такі як тривожність, депресія, рівень стресу, а також її когнітивні та емоційні ресурси. Зовнішні чинники включають умови, у яких перебуває людина, підтримку з боку оточення і соціальне середовище, включно з колективом і суспільними нормами. Психологічна атмосфера в сім'ї, на роботі, а також рівень соціальної підтримки можуть істотно впливати на здатність людини проявляти особисту ефективність.

Особиста ефективність тісно пов'язана з такими категоріями, як емоційний інтелект, стресостійкість і самореалізація. Емоційний інтелект допомагає людям правильно розпізнавати й керувати своїми емоціями, що, своєю чергою, сприяє кращому управлінню своєю діяльністю та взаєминами з оточенням. Стресостійкість дозволяє не лише справлятися зі складними ситуаціями, а й використовувати їх як ресурс для зростання і розвитку. Самореалізація, як центральне поняття гуманістичної психології, передбачає максимально повне розкриття особистісного потенціалу й активний рух до особистих цілей.

Вплив тривожності на особисту ефективність є однією з перспективних тем сучасних досліджень. На підставі узагальнення різних наукових даних можна зробити висновок, що тривожність чинить негативний вплив на низку когнітивних процесів.

Ці функції відіграють фундаментальну роль у професійній діяльності, і їхнє порушення може істотно вплинути на виконання робочих обов'язків.

СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ТА ЇЇ ЗНАЧУЩІСТЬ ДЛЯ ЖІНОК

*К. С. Кошулько, здобувачка вищої освіти  
Національний аерокосмічний університет  
«Харківський авіаційний інститут»*

Стресостійкість є комплексною рисою особистості, що поєднує вроджені та набуті психофізіологічні якості й забезпечує здатність ефективно функціонувати в умовах стресу без шкоди для здоров'я.

Актуальність теми стресостійкості зумовлена зростанням психологічних навантажень на жінок в умовах соціально-економічної нестабільності та воєнного часу.

Ресурси подолання стресу поділяють на психологічні — навички, мотивація, самоконтроль — та соціальні, що охоплюють підтримку оточення, матеріальні можливості й доступ до правового захисту.

Основні теоретичні підходи до стресостійкості представлені психоаналітичним, біхевіоральним та екзистенційно-гуманістичним напрямками. Вони по-різному пояснюють механізми її формування.

Психоаналітичний підхід трактує стійкість як здатність долати внутрішні конфлікти, що формуються з дитинства.

Біхевіоральний розглядає її через підкріплення адаптивних поведінкових моделей.

Екзистенційно-гуманістичний пов'язує з самоактуалізацією та пошуком сенсу.

Хронічний стрес завдає жінкам серйозної фізичної та психологічної шкоди: порушення менструального циклу, імунodefіцити, ендокринні розлади й прискорене старіння.

В умовах війни жінки зазнають багаторівневого стресового навантаження, пов'язаного з доглядом за родиною, вимушеною зміною зайнятості та емоційною відповідальністю за близьких.

Знаходження балансу між власними потребами й зовнішніми викликами є основою формування високого рівня стресостійкості та збереження психологічного благополуччя жінки.

ДИНАМІКА ОСОБИСТІСНИХ  
ХАРАКТЕРИСТИК ПОЛІЦЕЙСЬКИХ  
В ВОЄННИЙ ЧАС

ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА

*А. С. Кузьміна, здобувачка вищої освіти  
Національний аерокосмічний університет  
«Харківський авіаційний інститут»*

В умовах війни спостерігається зміщення акцентів у структурі особистості, таких як: гранична емоційна витривалість; світоглядна стійкість - формування національної ідентичності та етичних фільтрів для аналізу екстремальних ситуацій; адаптивність - здатність миттєво переходити від рутинної роботи до кризового менеджменту.

Постійна експозиція до чинників стресу воєнного часу провокує негативну динаміку станів, таких як: професійна деформація, а саме - розвиток «емоційного оніміння» як захисної реакції та специфічне вигорання - поєднання хронічної втоми з гострим бойовим стресом, що призводить до деперсоналізації та цинічного ставлення до оточуючих; ефекти «тунельного зору» - виникнення когнітивних звужень та панічних атак в моменти пікових навантажень. Щодо ресурсного потенціалу особистості, можна сказати, що протидією деструктивним змінам виступають «буферні» якості, на розвиток яких має бути спрямована підготовка: Резилієнтність та життєстійкість (hardiness): здатність не лише витримувати тиск, а й трансформувати травматичний досвід у посттравматичне зростання; Не менш значущим фактором є - інтелектуальний контроль, тобто навички саморегуляції, що дозволяють зберігати ефективність в умовах невизначеності.

Отже, можна зробити висновки, що динаміка особистісних характеристик поліцейських у воєнний час потребує переходу від моделі «діагностики відхилень» до моделі «превентивного зміцнення ресурсів». Ключовим завданням є впровадження програм психологічної декомпресії та використання новітніх технологій (VR-симуляцій) для безпечного відпрацювання алгоритмів дій у стресових сценаріях.

РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ СТУДЕНТІВ-ВИМУШЕНИХ  
ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ ЯК РЕСУРС СОЦІАЛІЗАЦІЇ В  
ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

*Н. В. Кузьмічова, здобувачка вищої освіти*

*М. А. Майборода, ас. каф. соціальних та поведінкових наук  
Херсонський державний аграрно-економічний університет*

Повномаштабне вторгнення спричинило безпрецедентну кількість внутрішньо переміщених осіб. У цьому контексті ключовим ресурсом, що дає змогу не просто виживати, а повноцінно соціалізуватися й навчатися, стає резильєнтність — здатність особистості зберігати стійкість та ефективно функціонувати, попри стрес.

У структурі резильєнтності виділяють дві складові: фізичну та психологічну. Резильєнтні люди вирізняються трьома характеристиками: стійким прийняттям реальності, вірою в сенсовність життя, підкріпленою цінностями, та здатністю до імпровізації.

Резильєнтність складається з кількох рівнів. Перший — здоровий мозок і фізичне здоров'я, які регулярно підтримуються. Другий — регуляція тілесних реакцій на стрес та управління сильними емоціями. І третій — розвиток вдячності, реалістичного оптимізму, почуття гумору. Важливо, що резильєнтність не є вродженою й незмінною рисою: вона залежить від особливостей нервової системи, виховання, типу прив'язаності, але водночас піддається тренуванню. Це процес, який охоплює увагу, мислення й поведінку, а отже — те, що кожен здатен розвинути.

Для студентів-вимушених переселенців резильєнтність є необхідною умовою адаптації до навчання та соціалізації в новому освітньому середовищі. Однак цей зв'язок має двосторонній характер: нові соціальні контакти, що виникають у процесі навчання, стають зовнішнім ресурсом для розвитку резильєнтності. Так утворюється позитивне коло — чим вища стресостійкість, тим успішніша інтеграція в академічну спільноту, а чим більше соціальних зв'язків, тим більше ресурсів для зміцнення резильєнтності.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ТРИВОЖНОСТІ  
СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

*В. Ю. Купрєєва, здобувачка вищої освіти  
Національний аерокосмічний університет  
«Харківський авіаційний інститут»*

Умови воєнного стану суттєво трансформують психоемоційний стан студентської молоді, підвищуючи рівень тривожності та внутрішньої напруги.

Постійна загроза безпеці, нестабільність майбутнього та порушення звичного способу життя зумовлюють необхідність дослідження цих змін для розуміння механізмів психологічної адаптації.

Тривожність у студентів проявляється як у когнітивній, так і в емоційній та поведінкових сферах. Вона супроводжується нав'язливими думками, труднощами концентрації, очікуванням негативних подій.

Часто спостерігається зниження навчальної мотивації, прокрастинація та відчуття виснаження.

У ситуації постійної невизначеності тривожність набуває хронічного характеру, що впливає на загальну ефективність діяльності.

Особливістю студентського віку є поєднання навчальних вимог із процесом особистісного становлення, що підсилює вразливість до стресу. Наприклад, під час повітряної тривоги студент може одночасно намагатися продовжувати навчання, відслідковувати новини та підтримувати зв'язок із близькими, що створює перенавантаження психіки та знижує здатність до саморегуляції.

Водночас тривожність може виконувати і адаптивну функцію, мобілізуючи ресурси особистості. За наявності підтримки, чітких життєвих орієнтирів і навичок саморегуляції вона сприяє підвищенню відповідальності та концентрації.

Таким чином, розуміння психологічних особливостей тривожності студентів у кризових умовах є необхідним для розробки ефективних підходів до їх ефективної психологічної підтримки.

СТРЕСОГЕННІ ФАКТОРИ, ЯКІ МАЮТЬ  
ВПЛИВ НА ВИКОНАННЯ  
ПРОФЕСІЙНИХ ОБОВ'ЯЗКІВ ПРАЦІВНИКАМИ,  
РОБОТА ЯКИХ ПОВ'ЯЗАНА  
З УПРАВЛІННЯМ ПЕРСОНАЛОМ

*О. М. Могілко, здобувачка вищої освіти*  
*Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя*

В умовах війни основними стресогенними факторами, що впливають на професійну діяльність працівників робота яких пов'язана з управлінням персоналом респонденти зазначають поєднання впливу об'єктивних загроз та високого організаційного і емоційного навантаження. Суттєвий вплив на самопочуття має постійна загроза ракетно-дронових ударів по об'єктах залізничної інфраструктури, що формує хронічне відчуття небезпеки та підвищений рівень тривоги. Другим по інтенсивності впливу стресогенним чинником є інтенсивність емоційного навантаження, що викликане необхідністю комунікації щодо загибелі, поранення або зникнення безвісти працівників, які проходять військову службу, що актуалізує переживання втрати та часто є причинами професійного вигорання. Ще одним значним фактором стресу є робота в умовах відсутності базових ресурсів, зокрема електроенергії та опалення у період низьких температур, що знижує працездатність і підвищує фізичне виснаження.

Оскільки управлінська діяльність має на меті високе функціонування всієї системи в умовах постійних змін та ситуаціях високої невизначеності у керівників кадрових підрозділів зростає необхідність оперативного реагування на кризові ситуації, відповідальність за психоемоційний стан працівників, що впливає на результати роботи та сприяє збереженню кадрового потенціалу.

Таким чином, сукупність зазначених факторів формує комплексний стресогенний вплив, який вимагає від працівників високого рівня психологічної стійкості, розвинених навичок саморегуляції та ефективних копінг-стратегій для виконання професійної діяльності під час війни.

УДК 159.9

СПЕЦИФІКА ОСОБИСТІСНОГО ОПОСЕРЕДКУВАННЯ  
СПОСОБІВ КОПІНГОВОЇ ПОВЕДІНКИ В ОСІБ ІЗ РІЗНИМИ  
ПЕРЕКОНАННЯМИ ЩОДО СТРЕСУ

*К. В. Остапов, здобувач вищої освіти*

*К. М. Фаворова, канд. психол. наук, доц. каф. психології*

*Національний аерокосмічний університет*

*«Харківський авіаційний інститут»*

Мета роботи – вивчити специфіку особистісного опосередкування способів копінгової поведінки в осіб із різними переконаннями щодо стресу.

Методи дослідження: теоретичний аналіз літератури; комплекс психодіагностичних методик: GSES для оцінки самоефективності, SMM-G - переконань щодо стресу, BRS - резилентності, PVS III-R - життєстійкості, BFI-2-S- рис особистості, COPE - копінг-стратегій. Статистична обробка включала описову статистику, тест Шапіро-Уїлка, кореляційний аналіз (Пірсона, Спірмена) та порівняльні тести (t-критерій, U-критерій).

Висновки: рівень самоефективності учасників переважно середній: вони загалом вірять у власні можливості та застосовують активні копінг-стратегії. Низька самоефективність пов'язана з униканням і пасивністю. Переконавання щодо стресу розподілилися рівномірно: підсилюючий тип мислення пов'язаний з конструктивними копінгами, виснажливий — з емоційним реагуванням, униканням і вищою тривожністю. Установки щодо стресу значною мірою визначають стиль реагування. Резилентність та життєстійкість переважно середні: учасники здатні відновлюватися та контролювати поведінку, але уникають ризику. Обидва показники позитивно пов'язані з самоефективністю та сприяють використанню адаптивних копінг-стратегій. Особистісний профіль характеризується добросовісністю, доброзичливістю та екстраверсією; нейротизм підвищений і пов'язаний із менш ефективним копінгом. Активні копінг-стратегії переважають, тоді як емоційно-реактивні частіше трапляються у більш емоційно вразливих учасників.

УДК 159.9

ВПЛИВ РАННІХ ДЕЗАДАПТИВНИХ СХЕМ НА ПОВЕДІНКУ  
В КОНФЛІКТАХ ПОДРУЖНЬОЇ ПАРИ

*Н. О. Перетяцько, здобувач вищої освіти*

*К. М. Фаворова, канд. психол. наук, доц. каф. психології*

*Національний аерокосмічний університет*

*«Харківський авіаційний інститут»*

Об'єкт дослідження – поведінка подружньої пари в умовах міжособистісних конфліктів.

Предмет дослідження – особливості впливу ранніх дезадаптивних схем на поведінку в конфліктах подружньої пари

Мета роботи – вивчити особливості впливу ранніх дезадаптивних схем на поведінку в конфліктах подружньої пари.

Методи дослідження: метод теоретичного аналізу літератури; психодіагностичні методики: тест Томаса–Кілмана, методику «Задоволеності шлюбом» Є. Альошиної та опитувальник ранніх дезадаптивних схем Дж. Янга. Для опрацювання результатів застосовано описову статистику, кореляційний та порівняльний аналіз.

Висновки: в учасників дослідження найчастіше проявляються ранні дезадаптивні схеми з доменів «порушення зв'язку та відкидання» та «надмірна спрямованість на інших», що пов'язано з раннім дефіцитом емоційної підтримки та прийняття. У дорослому житті ці схеми спричиняють страх покинутості, потребу в схваленні, уникання конфліктів або надмірну поступливість, що погіршує якість взаємодії, ускладнює відкритий діалог і сприяє накопиченню прихованого невдоволення. Більшість учасників загалом задоволені шлюбом, однак емоційна близькість, побутові ролі та підтримка залишаються потенційними джерелами напруги. Вищий рівень задоволеності шлюбом пов'язаний із використанням конструктивних стратегій — співпраці та компромісу, тоді як нижчий — із униканням, поступливістю або конфронтацією.

Найпоширенішими стратегіями поведінки в конфліктах є співпраця й компроміс, тоді як уникання та поступливість частіше зустрічаються у партнерів із вираженими дезадаптивними схемами.

ВІЙСЬКОВА СОЦІАЛІЗАЦІЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ  
ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА

*В. В. Рютін, к. пед. н., доцент, зав. каф. 803*

*здобувач другого рівня вищої освіти кафедри психології (704)*

*Національний аерокосмічний університет*

*«Харківський авіаційний інститут»*

Військова соціалізація є процес засвоєння, відтворення і розвитку військово-соціального досвіду а саме військових знань, навичок і вмій, необхідних для захисту країни і суспільства від зовнішньої агресії.

З введенням у навчальний процес ЗВО дисципліни «Базова загальна військова підготовка» стало очевидним, що процес військової професіоналізації студентів стає складовою їхньої військової соціалізації.

На п'ятому році війни проблема військової професіоналізації студентської молоді не є остаточно вирішеною. Розглянемо деякі суперечності, як формулюють проблему військової професіоналізації, як частину військової соціалізації студентів.

Перша, між нормативно-правовими вимогами щодо військової професіоналізації і готовністю студентів оволодіти військової професією та стати на захист України.

Друга, між вимогами військового соціуму до психологічних і фізичних якостей військовослужбовця і характерними психологічними якостями і фізичними характеристиками студентства як потенційних захисників України.

Третя, між вимогами володіння сучасним озброєнням і технікою і готовністю студентства до вивчення і ефективного застосування озброєння і техніки під час бойових дій.

Таким чином, виникає проблема формування психологічної готовності студентства до військової професіоналізації як складової військової соціалізації. Є необхідність проведення подальшого наукового пошуку, психологічних досліджень, щодо формування психологічної готовності студентської молоді до військової професіоналізації, психологічної готовності до захисту України.

УДК 159.923

ЕФЕКТ «УЛЮБЛЕНОГО ВЧИТЕЛЯ» ЯК ВПЛИВ НА  
НАВЧАЛЬНУ МОТИВАЦІЮ Й УСПІШНІСТЬ УЧНІВ

*К. В. Савченко, здобувачка освіти*

*Комунальний заклад «Харківський ліцей №78  
Харківської міської ради»*

*І. А. Бідюк, канд. психол. наук, доцент*

*Національний аерокосмічний університет  
«Харківський авіаційний інститут»*

Сучасна дитина, проводить приблизно 8 годин за навчанням, що сприяє зниженню когнітивної продуктивності. Мозок дитини після 8-ми годинного робочого дня потребує щонайменше 2 години повного розвантаження. Проте одним із ключових аспектів того, скільки дитина буде тримати фокус на уроці чи матеріалі є вчитель.

Дитина завжди буде прагнути бути схожою на ту людину, яка їй до вподоби. Причому, це буде абсолютно свідомо. Учень починає копіювати фрази, міміку (наскільки це можливо), пози, логіку, спосіб мислення, ставлення до інших людей.

З точки зору нейробіології це сприяє зниження кортизолу та викид дофаміну і серотоніну. Якщо такий вчитель похвалить учня – це буде сприяти підвищенню мотивації в 2 рази, буде працювати ефективніше ніж зазвичай. Для вчителя це буде педагогічна фасилітація та професійною сатисфакцією при індивідуальній роботі з цим учнем.

В цій тематиці також працює механізм афіліації. В дитини та дорослого, якщо говорити про студента завжди буде психологічна потреба в визнанні або піднятті самооцінки таким чином, особливо якщо інші джерела виключні, при тих чи інших життєвих обставинах.

Візьмемо до прикладу ситуацію є вчитель англійської мови який симпатизує учню та методиці викладання та вчитель з математики. Є два домашніх завдання. Дитина свідомо обере першою робити англійську, бо там «вчитель краще».

IDENTITY DISTURBANCE  
IN VICTIMS OF PROLONGED VIOLENCE  
IN CONDITIONS OF CAPTIVITY

*M. Said, higher education student*

*Scientific Supervisor: Cand. Psychology Sc., Assoc. Prof., I. Bidiuk  
National Aerospace University  
«Kharkiv Aviation Institute»*

Disturbances in psychological functioning among victims of prolonged violence in conditions of captivity manifest across multiple domains, including emotional regulation, consciousness, identity, and interpersonal relationships.

Impairments in affect regulation are particularly salient and may involve persistent dysphoric states, chronic suicidal ideation, self-injurious behaviors, as well as fluctuations between explosive and inhibited anger, and between compulsive and suppressed sexuality.

Survivors frequently re-experience traumatic events through intrusive memories or persistent cognitive preoccupation, which hinders the integration of traumatic experiences and disrupts a coherent perception of reality.

In the domain of interpersonal relationships, these disturbances are reflected in social withdrawal, emotional detachment, and pervasive mistrust toward others.

Individuals often develop a profound sense of helplessness and diminished initiative, accompanied by intensified feelings of shame, guilt, and self-blame. Additionally, survivors may experience a sense of “contamination,” internalized stigma, and a perceived fundamental difference from others, which reinforces feelings of isolation and the belief that their experiences are incomprehensible to others.

Recognition of identity-related alterations resulting from captivity is essential for enhancing the effectiveness of psychological interventions and provides a foundation for the development of comprehensive rehabilitation and social reintegration programs.

РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ  
ЯК ОСНОВА ПОВНОЦІННОГО ЖИТТЯ  
В ЧАСИ ГЛОБАЛЬНОЇ НЕСТАБІЛЬНОСТІ

*К. В. Салтикова, здобувачка вищої освіти  
Національний аерокосмічний університет  
«Харківський авіаційний інститут»*

У доповіді розглядається феномен резильєнтності як ключового психологічного ресурсу, що забезпечує здатність особистості адаптуватися, зберігати внутрішню рівновагу та ефективно функціонувати в умовах глобальної нестабільності.

Поняття резильєнтності, запозичене з екології, у психології розглядається як динамічний процес адаптації до стресу та травматичних подій (М. Раттер, А. Мастен, Дж. Бонанно, Д. Флетчер, М. Саркар).

Класичні дослідження (Е. Вернер, Р. Сміт) показали, що навіть у складних умовах частина людей демонструє стійкість завдяки поєднанню особистісних ресурсів і соціальної підтримки.

Інші дослідження (Д. Чіккетті, Ф. Рогош) підкреслюють роль внутрішніх механізмів адаптації, особливо в умовах травматичного досвіду.

Сучасні підходи розглядають резильєнтність як поширену здатність, що базується на природних адаптаційних механізмах і забезпечує збереження стабільності у складних умовах.

Виділяються різні компоненти резильєнтності, зокрема індивідуальні, сімейні, соціальні та культурно-екологічні чинники, а також когнітивні, поведінкові та емоційні механізми, що забезпечують адаптацію особистості.

Отже, резильєнтність є багатокомпонентним і динамічним процесом, що формується у взаємодії внутрішніх ресурсів і зовнішнього середовища.

Вона забезпечує цілісність, ефективність і розвиток особистості навіть у кризових умовах.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ  
ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ  
НА САМООЦІНКУ ТА СПРИЙНЯТТЯ  
ВЛАСНОЇ ЗОВНІШНОСТІ У МОЛОДІ

*Д. В. Сердюк, здобувачка вищої освіти*  
*І. А. Бідюк, канд. психол. наук, доцент*  
*Національний аерокосмічний університет*  
*«Харківський авіаційний інститут»*

У психологічній науці самооцінка розглядається як складне утворення, що формується у процесі взаємодії особистості із соціальним середовищем. У працях З. Фрейда, К. Роджерса, Р. Бернса підкреслюється значення співвідношення “Я-реального” та “Я-ідеального” у становленні особистості. В умовах активного використання соціальних мереж це співвідношення ускладнюється через постійну взаємодію з ідеалізованими образами, що транслуються медіапростором.

Одним із ключових механізмів впливу соціальних мереж є соціальне порівняння, внаслідок якого молодь співвідносить власну зовнішність із візуальними стандартами, представленими в цифровому середовищі. Іншим важливим чинником є інтерналізація нав’язаних ідеалів краси, що може призводити до формування викривлених уявлень про норму. Орієнтація на зовнішню оцінку та схвалення з боку інших користувачів також відіграє значну роль у процесі формування самооцінки.

Зазначені процеси можуть зумовлювати зниження рівня самоприйняття, підвищення емоційної чутливості до соціальних оцінок та формування незадоволеності власною зовнішністю. Водночас соціальні мережі виконують і позитивні функції, надаючи можливості для самовираження, підтримки соціальних зв’язків та розвитку особистісної ідентичності.

Отже, вплив соціальних мереж на самооцінку та самоприйняття молоді має суперечливий характер і потребує подальшого теоретичного осмислення та психологічного супроводу з метою збереження психічного благополуччя особистості.

ОЧІКУВАННЯ ТА РЕАЛЬНІСТЬ  
В ПРОФЕСІЙНОМУ САМОВИЗНАЧЕННІ  
МАЙБУТНІХ МЕДИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ

*І. В. Скульська, здобувачка вищої освіти*  
*Буковинський державний медичний університет*

Знайти професію, яка стане справою до душі, непросто, що обумовлює потребу проаналізувати інтереси та навички молоді й зрозуміти, якими переконаннями вона керується, обираючи свій професійний шлях.

Мета роботи – проаналізувати чинників впливу та виявити пріоритети при професійному самовизначенні майбутніх психологів шляхом проведення опитування з використанням платформи Google Forms.

Дослідження показало, що основним стимулом для вступу став високий рівень усвідомлення важливості обраної професії (72,7%). Виявлено певну статистичну закономірність: 63,6% студентів прийняла рішення та вважали себе поінформованими, проте рівно стільки ж зіткнулися з невідповідністю навчання своїм очікуванням. Інформаційне забезпечення розділилося між офіційними сайтами університетів (45,5%), соціальними мережами (36,4%) та впливом батьків (36,4%). Парадоксальною є ситуація, що 77,3% респондентів щиро подобається обрана професія і вони готові рекомендувати її іншим, проте пов'язати з нею життя планують менше половини (45,5%). Така дезорієнтація створює групу ризику, де понад половина здобувачів (59,1%) інколи замислюється над зміною спеціальності. Показник 9,1% виявився спільним для трьох важливих аспектів: студенти серйозно розглядають зміну фаху, непокояться через низьку зарплату та планують покинути навчання. Головні деструктивні чинники: розчарування у професії (31,8%) та зміна життєвих обставин (22,7%). Як бачимо, існує значний ціннісний розрив: більшість студентів зробили свідомий вибір, проте відчують суттєве розчарування саме в процесі навчання. Таким чином, при стійкому інтересі до фаху, існує необхідність системного підходу до професійного самовизначення.

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ  
СПРИЙНЯТТЯ ЕКОЛОГІЧНИХ РИЗИКІВ  
У ПРОЦЕСАХ ВІДНОВЛЕННЯ ДОВКІЛЛЯ  
ПІСЛЯ ТЕХНОГЕННИХ КАТАСТРОФ

*В. Г. Слободяник, канд. тех. наук, доцент*  
*Національний університет «Львівська політехніка»*

Сучасні техногенні катастрофи спричиняють не лише екологічні втрати, а й психологічні наслідки для населення. Відновлення довкілля потребує врахування як технічних параметрів, так і особливостей сприйняття екологічних ризиків.

Сприйняття екологічних ризиків є складним когнітивно-емоційним процесом, що формується під впливом індивідуального досвіду, рівня екологічної обізнаності, інформаційного середовища та соціальних факторів. У посткатастрофічних умовах воно часто характеризується підвищеним рівнем тривожності, недовірою до офіційної інформації, а також схильністю до переоцінки або недооцінки реальних загроз. Такі спотворення можуть ускладнювати процеси відновлення територій, знижувати ефективність екологічних заходів і гальмувати впровадження інноваційних технологій очищення та рекультивації.

Особливу роль у формуванні сприйняття ризиків відіграє інформаційне середовище, зокрема засоби масової комунікації та цифрові платформи. Надмірна або некоректна інформація може посилювати екологічний дистрес, формувати відчуття небезпеки та безвиході, що негативно впливає на психоемоційний стан населення та його готовність до участі у відновлювальних процесах.

У контексті відновлення довкілля важливим є врахування психологічних механізмів адаптації, зокрема формування довіри до екологічної політики, підвищення рівня екологічної свідомості та залучення населення до прийняття рішень. Психологічна підтримка, екологічна просвіта та ефективна комунікація ризиків сприяють зниженню рівня тривожності та підвищенню ефективності відновлювальних заходів.

PSYCHOLOGICAL FEATURES  
OF PERCEPTION OF FOREIGN LANGUAGE  
LEARNING BY PEOPLE  
OF DIFFERENT AGE GROUPS

*V. H. Slobodianyuk, Cand. Tech. Sci., Assoc. Prof.*

*A. V. Slobodianyuk*  
*Lviv Polytechnic National University*

In the modern globalized world, proficiency in a foreign language, particularly English, is an important factor of professional development, academic mobility, and personal growth. At the same time, the process of language learning is perceived differently by representatives of various age groups, which necessitates consideration of the psychological characteristics of learning.

Younger learners are typically characterized by higher cognitive flexibility, faster information processing, and easier adaptation to new linguistic structures. However, their motivation to learn a foreign language is not always sufficiently developed and often depends on external factors such as educational requirements or career prospects. In contrast, adults and older learners tend to demonstrate more conscious intrinsic motivation associated with self-development, career change, or the expansion of communicative opportunities.

At the same time, with increasing age, the speed of memorization and the efficiency of acquiring new vocabulary and grammatical structures may decrease, which complicates the learning process. This may be accompanied by increased anxiety, fear of making mistakes, or reduced self-confidence. However, life experience, established learning strategies, and goal-oriented behavior of adult learners can compensate for these difficulties and contribute to achieving stable results.

An important factor in successful foreign language acquisition is the motivational component, which varies across age groups. For younger learners, awareness of the practical value of language skills plays a key role, whereas for older learners, the internal need for development and self-realization becomes more significant.

РІВЕНЬ ТРИВОЖНОСТІ У МОЛОДІ  
ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ

*М. С. Стародубцева, здобувачка вищої освіти*  
*Науковий керівник: С. В. Кузьміна, старший викладач*  
*Національний аерокосмічний університет*  
*«Харківський авіаційний інститут»*

Сучасний стан українського суспільства зумовлює безпрецедентний рівень стресогенності для молоді (18–25 років), чії когнітивні та особистісні структури перебувають на етапі завершення формування.

Тривожність у цих умовах трансформується зі стійкої реакції на небезпеку у складний деструктивний стан, що виснажує інтелектуальні ресурси особистості.

Згідно з нейропсихологічним підходом О. Р. Лурії, високий рівень тривожності «паралізує» виконавчі функції мозку (блок програмування та контролю), що унеможлиблює ефективне життєве планування.

Дослідження М. Зінгаретті (2026) та Марца Янгуеза (2025) підтверджують, що тривожність виступає «когнітивним фільтром», який поглинає до 70% оперативної пам'яті, фактично зупиняючи розвиток творчих здібностей.

Окрім когнітивного дефіциту воєнний стан провокує соматизацію стресу - «молодіжну астенію» та психосоматичні розлади, що є ціною за підтримання постійної тривожної пильності.

Коли тривога стає хронічною та невідповідною реальним тригерам, вона може перетворитися на функціональний нейрофізіологічний розлад.

Вживання специфічної термінології війни формує у молоді «тривожну ментальну карту», яка посилює екзистенційний біль та відчуття соціальної нестабільності.

Отже, тривожність молоді в умовах війни є системним феноменом, який потребує розробки нових стратегій психологічної підтримки для збереження когнітивного потенціалу майбутніх фахівців.

ВПЛИВ ТРИВАЛОЇ ТРАВМИ НА САМОЦІННІСТЬ  
ЯК БАЗОВУ СТРУКТУРУ SELF

*Ю. Л. Суділовська, здобувачка вищої освіти*

*Науковий керівник: д. психол. н., проф. Н. В. Акімова*

*Херсонський державний аграрно-економічний університет*

Самоцінність особистості формується під впливом індивідуального досвіду, соціального середовища та значущих взаємин і є одним із ключових елементів структури Self. В умовах тривалої травматизації, зокрема війни, відбувається трансформація цієї структури, що супроводжується змінами у сприйнятті себе, зниженням внутрішньої стабільності та посиленням залежності від зовнішніх оцінок.

Self розглядається як багатовимірна система, що включає когнітивний, емоційний, поведінковий і ціннісно-смісловий компоненти. Самоцінність виконує інтегруючу функцію, забезпечуючи цілісність особистості та виступаючи основою психологічної стійкості.

У межах дослідження було проведено опитування осіб, які проживають в умовах тривалої соціальної напруги. Вибірка включала респондентів різного віку та соціального статусу. Аналіз результатів виявив зниження рівня самоцінності у більшості учасників, що проявляється у підвищеній тривожності, внутрішній невпевненості та залежності від зовнішнього схвалення. Також було зафіксовано труднощі у прийнятті рішень та нестабільність у самосприйнятті. Водночас у частини респондентів зберігається відносна цілісність Self, що пов'язано з наявністю сформованих внутрішніх опор та більш адаптивних стратегій подолання стресу.

Таким чином, самоцінність є ключовим структурним елементом Self, який забезпечує його інтеграцію та стійкість в умовах тривалої травматизації. Її підтримка є важливим напрямом психологічної допомоги в сучасних кризових умовах. Це підкреслює необхідність розгляду самоцінності не лише як особистісної характеристики, а як ключового ресурсу психологічного виживання в умовах тривалої травми.

ВПЛИВ ЖИТТЄВИХ СЦЕНАРІЇВ  
НА ВЗАЄМОВІДНОСИНИ МІЖ ЛЮДЬМИ

*О. М. Тиньков, канд. психол. наук, доцент*

*К. А. Глебова, здобувачка вищої освіти*

*Національний аерокосмічний університет*

*«Харківський авіаційний інститут»*

Життєвий сценарій – це несвідомий план життя, який формується в ранньому дитинстві під впливом батьківських настанов, емоційного досвіду та соціального оточення. Цей план визначає, як людина буде стосунки, яких партнерів обирає, як реагує на конфлікти та які моделі поведінки відтворює у взаємодії з іншими. Концепція життєвих сценаріїв, розроблена Еріком Берном, дозволяє зрозуміти глибинні механізми, що керують міжособистісними зв'язками.

Людина рідко усвідомлює власний життєвий сценарій, проте він проявляється у повторюваних патернах поведінки. Одні люди несвідомо обирають роль «рятівника», беручи на себе відповідальність за інших, інші ж – роль «жертви», постійно відчуваючи себе вразливими та залежними від оточення. Ці ролі формуються ще в дитинстві через взаємодію з батьками та переносяться на дорослі стосунки, незалежно від того, дружні, романтичні чи професійні вони. Так виникає «драматичний трикутник» Карпмана, де учасники взаємовідносин циклічно змінюють позиції жертви, переслідувача та рятівника, створюючи деструктивну динаміку.

Особливо яскраво вплив сценаріїв проявляється у виборі партнера та побудові сімейних стосунків. Людина підсвідомо шукає того, хто підтвердить її сценарні переконання. Якщо в дитинстві було засвоєно настанову «не довіряй нікому», доросла людина схильна обирати ненадійних партнерів або провокувати ситуації зради, щоб підтвердити своє внутрішнє переконання. Цей механізм можна порівняти з самоздійснюваним пророцтвом, де очікування людини формують реальність її стосунків.

Ключ до гармонійних стосунків полягає у створенні нової, усвідомленої моделі взаємодії, яка поєднує розуміння власних глибинних потреб із повагою до потреб іншої людини.

ОСОБЛИВОСТІ ЗВ'ЯЗКУ РІВНІВ САМООЦІНКИ  
ЗІ СПІВЗАЛЕЖНІСТЮ В СТОСУНКАХ

*О. М. Тиньков, канд. психол. наук, доцент*

*Є. В. Кобзар, здобувачка вищої освіти*

*Національний аерокосмічний університет*

*«Харківський авіаційний інститут»*

Сучасні дослідження у психології стосунків розглядають співзалежність як чинник дестабілізації міжособистісної взаємодії. Вона проявляється у надмірній емоційній, соціальній і матеріальній залученості до життя іншого та тісно пов'язана із самооцінкою особистості.

Самооцінка визначає, як людина сприймає себе, наскільки вона цінує власні потреби, особистісні межі та право на власні переживання. Від її рівня значною мірою залежить спосіб побудови близьких стосунків і роль, яку людина в них займає. Занижена самооцінка сприяє формуванню залежної позиції: зростає страх втрати партнера, потреба у схваленні, схильність до самопожертви.

У таких випадках орієнтація на зовнішню оцінку підвищує вразливість до маніпуляцій і емоційного виснаження. Натомість адекватна самооцінка забезпечує здатність зберігати особистісні межі, підтримувати автономію та будувати більш рівноправні взаємини. Водночас навіть зовні висока самооцінка не завжди є показником внутрішньої стабільності: за її крихкості співзалежність може проявлятися через прагнення контролю або постійне потребування підтвердження власної значущості.

Співзалежність — це патологічний стан, що характеризується глибокою емоційною, соціальною або фізичною залежністю від іншої людини. Співзалежна особа ігнорує власні потреби, повністю зосереджуючись на контролі чи «порятунку» партнера, що часто зустрічається в сім'ях із залежними, але може виникати в будь-яких близьких стосунках. Розуміння цього зв'язку відкриває можливості для психологічної допомоги, спрямованої на розвиток самоприйняття та формування більш здорових моделей взаємодії.

СОЦІАЛЬНІ МЕРЕЖІ ЯК ФАКТОР РИЗИКУ РОЗВИТКУ  
ТРИВОЖНИХ СТАНІВ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

*О. М. Тиньков, канд. психол. наук, доцент*

*Є. Є. Легац, здобувачка вищої освіти*

*Національний аерокосмічний університет*

*«Харківський авіаційний інститут»*

Останнім часом усе більше уваги приділяється тому, як соціальні мережі впливають на емоційний стан і самооцінку молоді. Хоча науковці ще не встановили прямий причинно-наслідковий зв'язок між використанням соцмереж і психічним здоров'ям, збільшення кількості тривожних і депресивних станів серед молоді збігається з активним розвитком цифрових платформ. Порівняння з ідеалізованими образами, прагнення до схвалення у вигляді лайків і підписок можуть спричинити емоційне напруження, внутрішній дискомфорт і відчуття меншовартості. Час проведення у соціальних мережах є однією з найбільш популярних дозвільних практик для здобувачів вищої освіти.

Соціальні мережі допомагають встановлювати і підтримувати відносини з однолітками у вигляді спілкування, полегшують пошук різної інформації (зокрема з навчання), розширюють кругозір. З іншого боку, у просторі соціальних мереж зосереджено багато різних ризиків і загроз: шахрайство, негативний контент, що впливає на тривожність особистості. Надмірне перебування у соціальних мережах загрожує проявами залежності від цього виду ресурсів. Тим не менш, соціальні мережі допомагають реалізовувати різні потреби молодих людей, пов'язані з комунікацією з референтною групою однолітків.

Існує значна кількість досліджень, що вказують на неоднозначний вплив соціальних мереж на психоемоційний стан молоді. З одного боку, ці платформи можуть стати простором для підтримки та розвитку, де молодь може знайти однодумців і висловлювати себе. З іншого боку, соціальні мережі можуть стати джерелом стресу, тривожності, депресії та соціальної ізоляції через порівняння себе з іншими, зловживанням анонімністю та іншими факторами.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ  
РЕФЛЕКСІЇ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

*О. М. Тиньков, канд. психол. наук, доцент*  
*Н. Ю Соловіченко-Соловйова, здобувачка вищої освіти*  
*Національний аерокосмічний університет*  
*«Харківський авіаційний інститут»*

Сучасне суспільство перебуває в умовах стрімкого розвитку цифрових технологій та постійного інформаційного тиску. Одним із проявів цих змін є те, що молоді люди все частіше стикаються з труднощами у прийнятті важливих рішень, визначенні своїх цінностей та життєвих орієнтирів. Юнацький вік є активним періодом розвитку, коли критичної значущості набуває рефлексія – здатність оцінювати власні вчинки та критично аналізувати свій досвід. Значну увагу вивченню механізмів рефлексії та самосвідомості у своїх дослідженнях приділяли такі вчені, як В.О. Моляко, Т.М. Титаренко та Ж. Піаже.

У процесі зіткнення з новими соціальними ролями юнаки та дівчата переглядають свої уявлення про себе, що призводить до активного формування ідентичності та образу власного майбутнього. Емоційний аспект самопізнання показує, що характерна для цього віку мінливість настроїв та інтенсивність переживань виступають каталізатором глибшого осмислення себе. Орієнтація на майбутнє та прагнення до самовираження – це головні риси, які надають сенсу процесу дорослішання. Соціально-комунікативний аспект відкриває у молодих людей бажання зрозуміти, як їх сприймають оточуючі, поступово звільняючись від нав'язаних установок та створюючи свою долю власними зусиллями.

Дослідження показали, що самопізнання в юнацькому віці є складним процесом, який часто тісно пов'язаний із кризою ідентичності.

Цей процес включає переосмислення власних цінностей, побудову цілісного образу «Я», гармонізацію емоційного ставлення до майбутнього та, на основі цього, закладання міцного фундаменту для усвідомленого дорослого життя.

ВПЛИВ ІНФОРМАЦІЙНОГО  
ПЕРЕВАНТАЖЕННЯ НА РОЗВИТОК СТРЕСУ

*О. М. Тиньков, канд. психол. наук, доцент*

*В. Ю. Теплова, здобувачка вищої освіти*

*Національний аерокосмічний університет*

*«Харківський авіаційний інститут»*

Натепер існує проблема впливу інформаційного перевантаження, що супроводжує життя сучасної людини, яке призводить до виникнення у неї проявів стресу та страху.

Зазначено, що страх індивіда має екзогенні та ендогенні екстраполяції. Перші пов'язані з конкретними та усвідомленими проявами, а другі – ірраціонально комбінуються з негативними емоціями та почуттями, та суб'єктивним перебільшенням їхнього значення.

Визначено, що схильність сучасної людини породжувати екзогенні страхи сприяє виникненню відповідного реагування в ситуації стресових викликів, а сам стрес виступає джерелом формування страху щодо потрапляння у певну стресову ситуацію. З'ясовано, що екзогенні страхи пов'язані зі свідомим сприйняттям небезпек, що виникають у просторово-часових і предметно-об'єктних межах. Такі страхи можуть бути мінімально експліцитними, через необхідність індивідам швидко діяти та усувати загрози, що можливо за наявний у них практичний досвід, здатність до саморегуляції та розвинутої ціннісно-сміслової сфери особистості.

Ендогенні страхи для подолання потребують максимізації внутрішніх ресурсів особистості. Там, де превалюють такі страхи, детермінується реакція зціплення, що глибинно пов'язано з загрозами особистісній та соціальній самооцінці, прийняттям, досягненнями тощо.

Інформаційне перевантаження впливає на свідомість, переломлюється через її афективну, когнітивну, мотиваційно-вольову сфери та породжує стреси. Психологічні параметри модулюють стресову реакцію, породжують екзогенні та ендогенні страхи, які у свою чергу посилюють стресові прояви, а індивід потрапляє у замкнуте коло деструктивних взаємовпливів.

ОСОБЛИВОСТІ КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ  
В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

*О. М. Тиньков, канд. психол. наук, доцент*  
*А. О. Чупріна, здобувачка вищої освіти*  
*Національний аерокосмічний університет*  
*«Харківський авіаційний інститут»*

Підлітковий вік є одним із найскладніших і визначальних етапів життя людини. В цей період починається формування ідентичності. За Еріксоном цей етап супроводжується кризою “ідентичність проти розмиття ролей”. В цей період підлітку треба визначитися зі своїм місцем у суспільстві. Підліток починає активно замислюватись над тим ким він хоче бути, це нерідко супроводжується невпевненістю та тривожністю. Водночас формується самосвідомість та самооцінка, які можуть бути ще нестійкими та залежними від зовнішніх оцінок. Також підлітку належить відокремитися від батьків та утвердити власну позицію. Дуже часто через протестну поведінку, через що можуть виникати конфлікти з батьками.

Відповідно до концепції Джеймса Марсія процес формування ідентичності може відбуватись у різних фазах.

Розмита ідентичність (дифузна) – стан, коли індивід ще не зробив відповідального вибору, наприклад, професії або світобачення, що робить його образ Я розпливчати і невизначеним.

Передчасна ідентичність – характеризується тим, що людина формально робить вибір цілей, цінностей, але у неї відсутня внутрішня впевненість у правильності вибору, тому що цей вибір зробила не сама людина, а її оточення.

Мораторій – стосується людини, яка знаходиться у кризовому стані ідентичності й активно намагається вирішити його, пробуваючи та досліджуючи різноманітні альтернативні варіанти. Як правило, люди від мораторію переходять до здобутої ідентичності.

Отже, криза ідентичності в підлітковому віці є необхідним етапом розвитку, що сприяє становленню зрілої особистості.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ  
ЕМПАТІЇ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

*Є. А. Тихонов, здобувач вищої освіти*

*Глухівський національний педагогічний університет імені  
Олександра Довженка*

Емпатія, як здатність розуміти та відчувати емоції іншої людини, є ключовим чинником соціальної адаптації та міжособистісних взаємодій, особливо у підлітковому віці, коли відбуваються значні психологічні, когнітивні та соціальні зміни.

Д. Гоулман висвітлював роль емоційного інтелекту, у якому емпатія виступає центральним компонентом соціальної компетентності. О. Бандура та І. Козлова підкреслювали, що рівень емпатії тісно пов'язаний з соціальною адаптацією та психоемоційним благополуччям. Також сучасні дослідження показують, що емпатійні здібності підлітків формуються під впливом як особистісних характеристик, так і соціального середовища, включаючи сім'ю, школу та групу однолітків.

Взаємодія з ровесниками у школі та поза навчальним середовищем дозволяє підліткам навчатися розпізнавати емоції інших людей, відпрацьовувати навички співпереживання та адекватної реакції у конфліктних ситуаціях. Крім того, позитивний мікроклімат у класі та участь у групових активностях сприяють розвитку емоційної чутливості, толерантності та комунікативної компетентності.

І. Rubin та К. Bukowski вказують, що соціальні взаємодії та підтримка однолітків є критично важливими для розвитку як когнітивної, так і емоційної емпатії. Школа виступає своєрідним «тренувальним майданчиком» для формування соціально значущих навичок, де підлітки вчаться співпрацювати, вирішувати конфлікти та проявляти співчуття у колективі.

У підсумку, дослідження психологічних особливостей емпатії у підлітковому віці є актуальним та перспективним, оскільки отримані результати можуть стати основою для розробки ефективних психолого-педагогічних стратегій підтримки підлітків у формуванні соціальної компетентності, розвитку моральної свідомості та емоційної зрілості.

АКТУАЛЬНІ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ  
ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ ОСВІТИ

*Т. В. Топоріна, здобувачка вищої освіти  
Національний аерокосмічний університет  
«Харківський авіаційний інститут»*

Станом на сьогодні освіта в Україні переживає кризу. Перед учасниками освітнього процесу повстає чимало проблем: дистанційне навчання, навчання в умовах хронічного стресу та небезпеки, внутрішнє переселення, надзвичайно мала кількість дітей у класах та ін. Ці обставини впливають педагогічно-психологічну складову освітнього процесу та вимагають нового підходу.

За для забезпечення освітнього процесу необхідно облаштувати безпечний простір. Це часто стає проблемою. Постійний стрес та мінлива ситуація у країні впливає на емоційний стан як здобувачів освіти так і педагогів. Сильний стрес негативно впливає на когнітивні здібності, мотивацію та здатність до навчання.

Психологічне виснаження учасників освітнього процесу знижує його ефективність. Дистанційне навчання вимагає від здобувачів сильного самоконтролю, дисципліни, не сприяє розвитку соціальних навичок.

У педагогів мало засобів контролю над освітнім процесом, вони мають застосовувати нові педагогічні підходи. За для забезпечення психологічної підтримки здобувачів освіти потрібні фахівці, яких не вистачає.

Якщо ігнорувати проблеми ми залишимо здобувачів освіти без належної підтримки. Буде погіршуватися компетентність майбутніх фахівців, рівень освіти буде знижуватися.

Система не дасть навичок підтримки психологічного здоров'я в умовах війни. Тож важливо забезпечити педагогів необхідним навчанням, методами, які б допомагали їм ефективно працювати, а також дбати про психологічний стан самих педагогів.

ВПЛИВ ВИВЧЕННЯ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ  
НА РОЗВИТОК КОГНІТИВНИХ  
НАВИЧОК ОСОБИСТОСТІ

*А. О. Шапар, здобувачка вищої освіти*

*Науковий керівник: С. В. Кузьміна, старший викладач*

*Національний аерокосмічний університет*

*«Харківський авіаційний інститут»*

Сучасне інформаційне суспільство ставить перед особистістю безпрецедентні виклики: щоденне зростання обсягів даних, необхідність швидкої орієнтації в різномірних інформаційних потоках та прийняття рішень в умовах невизначеності. Здатність ефективно опрацьовувати інформацію, виділяти суттєве та ігнорувати другорядне стає необхідною умовою успішної життєдіяльності.

Ще Б. Л. Уорф, Е. Сепір, Л. С. Виготський та А. Лурія довели, що функція мови не лише в комунікації між людьми, а й в формуванні світогляду та розвитку пам'яті, мислення. А. Діамонд виділяє три основні виконавчі функції: інгібіторний контроль, робочу пам'ять та когнітивну гнучкість.

Дж. Швітер, З. Вен, А. де Хувер, підкреслюють значення білінгвізму для розвитку цих функцій і, відповідно, когнітивних навичок. Інше сучасне дослідження канадської психологині та вченої Елени Бялисток про когнітивний резерв доводить, що білінгвізм допомагає утримувати когнітивні процеси при нейродегенеративних розладах на нормальному рівні приблизно на 4-5 років довше, ніж в монолінгвів. А пілотне дослідження Зінгареті показало, що навіть короткий період вивчення іноземної мови може покращити селективну увагу та інгібіторний контроль.

Підводячи підсумки, мова є важливим елементом не лише певної культури та засобом комунікації між її носіями, її вивчення є потужним тренуванням для розвитку певних функцій мозку. Вона виступає тренажером для пам'яті та мислення, а також розширює світогляд, адже за гіпотезою Сепіра-Уорфа саме через призму мови, її понять, людина сприймає весь інший світ.

СТРУКТУРНА ОРГАНІЗАЦІЯ МЕХАНІЗМІВ  
ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ  
В УМОВАХ ВОЄННОГО КОНФЛІКТУ

*В. Ю. Шаповаленко, здобувачка вищої освіти*

*Науковий керівник: канд. психол. наук, доцент, О. Д. Научитель*  
*Національний аерокосмічний університет*  
*«Харківський авіаційний інститут»*

Метою дослідження було виявлення специфіки структури механізмів психологічного захисту військовослужбовців у контексті воєнного конфлікту.

Було з'ясовано, що структурна організація механізмів психологічного захисту має багатоплановий характер і реалізується у різних формах. Психіка військових застосовує як свідомі, так і несвідомі способи протидії зовнішнім викликам, що спрямовані на зниження впливу травматичних подій, які виникають у контексті військового конфлікту. Це проявляється у перебільшенні значущості протилежних прагнень, запереченні реальності, перенесенні агресії на доступні об'єкти, зверненні до минулого чи фантазуванні як компенсації втрат. Ключовими для тимчасового уникнення болісних переживань є приписування власних емоцій іншим, витіснення та надмірна раціоналізація. У сукупності ці механізми утворюють складну систему адаптивних реакцій, що забезпечує внутрішню рівновагу та мінімізує руйнівний вплив екстремальних умов військової служби.

У ході дослідження виявлено, що заперечення реальності та раціоналізація є універсальними механізмами психологічного захисту у військовослужбовців. Прояви інших захисних механізмів в значній мірі є варіативними в залежності від індивідуально-психологічних особливостей, що відображає різний рівень адаптивності та специфіку реагування людини на екстремальні умови служби.

Найменш вираженими були відмічені реактивні утворення, заперечення реальності та заміщення, тоді як найбільш поширеними і значущими показали себе витіснення та раціоналізація, які відіграють провідну роль у підтриманні психологічної стійкості військовослужбовців.

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ  
СУБ'ЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ІЗ ПОТРЕБОЮ В  
ПОШУКУ ВІДЧУТТІВ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

*М. В. Щегольковський, здобувач вищої освіти*

*Харківський національний університет ім. В. Н. Каразіна*

Потреба в пошуку відчуттів (ППВ) визначена М. Цукерманом як “риса, що характеризується прагненням до різноманітних, нових та складних відчуттів і досвіду та готовністю піти на фізичні та соціальні ризики заради такого досвіду” . Дана риса визначає широкий спектр поведінки індивіда щодо пошуку нового досвіду, а як її психофізіологічне підґрунтя дослідник розглядає оптимальний рівень стимуляції.

Оскільки потреба в пошуку відчуттів спрямовує поведінку на досягнення оптимуму стимуляції, то логічним є припущення, що суб'єктивне благополуччя (СБ), як результат якісної оцінки індивідом власного життя, може певною мірою залежати від успішності задоволення індивідуальної потреби в інтенсивній та нетиповій стимуляції. Особливо актуальною подібна залежність є для юнацького віку, де ця риса має найбільшу вираженість: як зазначає R. Ravert, ця риса може виступати ресурсом для періоду дорослішання, оскільки виявляє зв'язок із відкритістю до нового досвіду та стимулює активний пошук нових вражень. Це надалі віднайшло підтвердження в низці емпіричних досліджень СБ у молодих людей з різною вираженістю ППВ: R. Ravert та M. Donnellan, виявили позитивну кореляцію ППВ із загальним рівнем евдемоністичного суб'єктивного благополуччя, T. Yoneda, M. Ames та B. Leadbeater констатували зв'язок високої вираженості фактору особистісного зростання за К. Ріфф з високою ППВ.

Отже, попри поширену негативну конотацію потреби в пошуку відчуттів через її зв'язок із імпульсивністю та потенційними ризиками, варто відзначити перспективність її розгляду як певного позитивного чинника суб'єктивного благополуччя, ресурсу для набуття нового досвіду, що є особливо важливим для юнацького віку, де значну роль відіграє набуття психологічного ресурсу та дослідження життєвих перспектив.

ОСОБЛИВОСТІ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ У  
ПРАКТИКУЮЧИХ ПСИХОЛОГІВ З ВИСОКИМ РІВНЕМ  
ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ

*Є. М. Якушева, к. психол. н.; К. Татаурова*  
*Національний аерокосмічний університет*  
*«Харківський авіаційний інститут»*

У досліджуваних найбільш вираженими є риси: «Самоприйняття», «Контактність», що свідчить про їхню здатність до ефективної взаємодії та позитивного ставлення до себе, при цьому високі показники «Глибинності переживань», «Автономності» й «Толерантності» вказують на емоційну чутливість, незалежність у прийнятті рішень і відкритість до різноманітних поглядів. Водночас виявлено нижчі показники «Відповідальності», «Креативності» та «Життєвої філософії», що можуть свідчити про недостатню сформованість цих рис і вказувати на труднощі в усвідомленні відповідальності, формуванні життєвих орієнтирів та реалізації творчого потенціалу.

Провідними ж термінальними цінностями виступають «Активне діяльне життя», «Здоров'я» та «Життєва мудрість». Для реалізації цих орієнтирів вони керуються такими цінностями, як «Акуратність», «Непримиренність до недоліків у собі та інших», «Чуйність», «Виконавськість», «Освіченість» та «Самоконтроль», що відображає орієнтацію на високі внутрішні стандарти, відповідальність, етичність, уважність деталям, емоційну чутливість і прагнення до постійного самовдосконалення.

У практикуючих психологів виявлено взаємоузгоджені фактори ціннісної структури. Фактор 1 «Соціально-гуманістичний вектор цінностей» (31,78%), Фактор 2 «Індивідуалістично-експресивний вектор цінностей» (16,7%) Таким чином, соціально-гуманістичний та індивідуалістично-експресивний вектори взаємодоповнюють один одного, поєднуючи орієнтацію на моральні й соціальні норми з прагненням до самореалізації та новизни.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ  
СТРЕСОСТІЙКОСТІ ТА ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У  
ПРАЦІВНИКІВ СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ В УМОВАХ  
ВОЄННОГО ЧАСУ

*Я. С. Ярошенко, здобувачка вищої освіти  
Харківський національний педагогічний  
університет ім. Г. С. Сковороди*

У сучасних умовах воєнного стану в Україні значно зростає психологічне навантаження на працівників соціальної сфери, діяльність яких пов'язана з постійною взаємодією з людьми, що перебувають у складних життєвих обставинах.

Емоційне вигорання розглядається як синдром, що включає емоційне виснаження, деперсоналізацію та зниження професійної ефективності. Одним із ключових ресурсів, що протидіє розвитку вигорання, є стресостійкість – здатність особистості ефективно адаптуватися до стресових ситуацій, зберігаючи психологічну рівновагу та продуктивність діяльності.

В умовах воєнного часу працівники соціальної сфери стикаються з підвищеним рівнем стресу, що зумовлено такими специфічними чинниками, як хронічна загроза безпеці, переживання втрат, вимушене переміщення населення, робота з траватизованими клієнтами, а також вторинна траватизація та обмеженість ресурсів допомоги. Це підвищує ризик емоційного виснаження та розвитку вигорання.

Високий рівень стресостійкості сприяє більш ефективному подоланню труднощів, збереженню емоційної стабільності та зменшенню ризику розвитку емоційного вигорання. Це свідчить про наявність оберненого взаємозв'язку між рівнем стресостійкості та проявами емоційного вигорання у працівників соціальної сфери.

Отже, розвиток стресостійкості виступає важливим напрямом профілактики емоційного вигорання, що має враховуватися при розробці програм психологічної підтримки фахівців допомагаючих професій в умовах воєнного часу.

УДК 159.9

МЕТАКОГНІТИВНА РЕГУЛЯЦІЯ МУЗИЧНОГО  
СПРИЙНЯТТЯ ЯК ІНСТРУМЕНТ ПІДТРИМКИ  
ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ В УМОВАХ КРИЗИ

*І. С. Агапова, здобувачка вищої освіти  
ХНПУ імені Г. С. Сковороди*

Актуальність практики психокорекції в умовах тривалого кризового впливу зумовлює пошук внутрішніх когнітивних ресурсів стабілізації особистості. В межах даного дослідження музичне сприйняття розглядається не як пасивний процес, а як усвідомлена метакогнітивна стратегія, спрямована на рефлексію та трансформацію емоційного досвіду особистості.

Метою роботи є розкриття потенціалу метапізнання у структурі музичного впливу як чинника збереження психологічного благополуччя. У процесі консультування важливо зміщувати фокус із емоційного реагування на метакогнітивний аналіз: усвідомлення того, як саме музика впливає на ментальний стан. Це дозволяє особистості формувати стійкі алгоритми саморегуляції, де музичний контент виступає «ресурсним об'єктом» для інтелектуалізації та контейнування тривоги. Навчання клієнтів технікам метакогнітивного моніторингу під час прослуховування музики сприяє зміцненню когнітивної гнучкості та запобігас депресивним проявам у кризових ситуаціях. Розширення інструментарію практикуючих психологів через залучення методів метакогнітивної терапії в поєднанні з музичним впливом є перспективним для реабілітації населення у прифронтових зонах. Важливим аспектом практичної реалізації даного підходу є розробка індивідуальних музичних медіа-планів, які базуються на метакогнітивному моніторингу емоційних реакцій клієнта. Використання технік «усвідомленого слухання» дозволяє стабілізувати психологічний стан через когнітивне опанування афективних проявів кризового досвіду.

Такий підхід забезпечує не лише тимчасове полегшення стану, а й формування довготривалої стратегії підтримки суб'єктивного благополуччя та ментальної гігієни.

УДК 159.923

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ЖІНОК  
СЕРЕДНЬОГО ВІКУ В УМОВАХ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ:  
МІШЕНІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ

*І. І. Багалова, здобувачка вищої освіти*

*Південноукраїнський національний педагогічний університет  
імені К. Д. Ушинського*

Сучасні умови воєнного стану в Україні зумовлюють масову вимушену міграцію, що супроводжується суттєвими змінами у життєвому просторі особистості. Особливої уваги потребують жінки середнього віку, для яких вимушена міграція часто поєднується з високим рівнем відповідальності за родину, необхідністю швидкої соціальної інтеграції та переживанням множинних втрат.

Аналіз наукових підходів і практичного досвіду роботи з жінками-біженками дозволяє виокремити ключові психологічні мішені, на які має бути спрямована психологічна допомога.

Когнітивна сфера: когнітивна реструктуризація дисфункційних базових переконань, розвиток більш гнучких і реалістичних інтерпретацій подій та самосприйняття.

Емоційно-регуляторна сфера: розвиток навичок усвідомлення, прийняття та регуляції емоцій, зокрема через техніки майндфулнес, емоційної ідентифікації та толерантності до внутрішнього досвіду.

Поведінковий компонент адаптації: формування проактивної поведінки, поступове включення у діяльність, що забезпечує відчуття ефективності та контролю.

Соціально-реляційна сфера: розвиток комунікативної компетентності, активізація соціальної підтримки та формування нових соціальних зв'язків.

Смисложиттєвий вимір адаптації: переосмислення власного досвіду, інтеграцією травматичних подій у життєву історію та відновлення відчуття життєвої перспективи.

Виокремлення зазначених мішеней психологічної допомоги дозволяє підвищити адресність і результативність психокорекційних інтервенцій, спрямованих на відновлення адаптаційного потенціалу жінок в умовах воєнного стану.

ПСИХОДІАГНОСТИЧНИЙ ПОТЕНЦІАЛ  
МЕТАКОГНІТИВНОЇ АКТИВНОСТІ ЯК РЕСУРСУ  
ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

*М. В. Бевз, здобувач вищої освіти  
ХНПУ імені Г. С. Сковороди*

Сучасна психодіагностика стикається із викликом пошуку внутрішніх предикторів адаптивності особистості до тривалих кризових станів. Теоретико-методологічні засади вивчення метакогнітивної сфери та її зв'язку з емоційною стабільністю представлені у працях багатьох науковців. В умовах високої невизначеності метакогнітивна активність виступає як регуляторний механізм, що дозволяє особистості аналізувати власні когнітивні стратегії та коригувати емоційні реакції на зовнішні загрози.

Метою роботи є обґрунтування необхідності діагностики метакогнітивних процесів як індикатора емоційної стійкості особистості. Психодіагностичне вивчення метакогнітивної активності дозволяє виявити здатність індивіда до моніторингу та контролю власних переживань, що є фундаментом резильєнтності.

У практиці діагностичної роботи важливо враховувати рівні метакогнітивного усвідомлення, оскільки вони визначають вибір між деструктивною тривою та конструктивним плануванням. Застосування стандартизованих опитувальників метакогнітивної включеності у поєднанні з методиками оцінки емоційної стабільності дає змогу сформувати цілісний профіль психологічної опірності.

Розробка та адаптація інструментарію для вимірювання метакогнітивних ресурсів є пріоритетним завданням для сучасної клінічної та вікової психології.

Впровадження метакогнітивного підходу в діагностичну практику підсилює наукову обґрунтованість психологічної допомоги в умовах воєнної та соціальної турбулентності.

УДК 339.138:316.6:355.01

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ КОМУНІКАЦІЙ ЗІ  
СПОЖИВАЧЕМ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВИХ ВИКЛИКІВ

*С. Ю. Боліла, здобувачка вищої освіти*

*Науковий керівник: Н. В. Акімова, д. психолог. н., професор  
Херсонський державний аграрно-економічний університет*

У періоди радикальної соціальної нестабільності комунікація між виробником та клієнтом трансформується з інструменту збуту в механізм психологічної підтримки та соціальної ідентифікації. Військові виклики актуалізують базові потреби особистості у безпеці та приналежності, що докорінно змінює архітектуру споживчої лояльності.

Ключовим аспектом сучасної комунікації стає емпатійна валідність-здатність бренду розділяти емоційний стан клієнта без ознак маніпуляції. Психологічна стійкість виробника, що транслюється через стабільність постачання та незмінність якості, виконує роль «когнітивного якоря» для споживача, даруючи йому ілюзію контролю над повсякденністю. Лояльність у кризових умовах формується через декілька соціально-психологічних ефектів: ефект солідаризації, коли споживач надає перевагу виробнику, чия ціннісна позиція збігається з його власною (підтримка ЗСУ, волонтерство, тощо). Це перетворює акт купівлі на акт патріотичного самоствердження. До того ж переважає архетип «Опікуна», тобто бренд, що забезпечує клієнта турботою (укриття в магазинах, безперебійна робота), сприймається на підсвідомому рівні як фігура, що дарує захист. Відзначається мінімізація когнітивного дисонансу: прозора та чесна комунікація щодо труднощів (зміна ціни чи логістики) знижує рівень тривожності клієнта, зміцнюючи довіру до виробника.

Таким чином, формування довгострокової лояльності в умовах війни базується не на раціональних перевагах продукту, а на глибинному емоційному зв'язку. Виробник, який стає частиною системи психологічного захисту клієнта, забезпечує собі сталу прихильність, що виходить за межі суто ринкових відносин.

УДК 159.9

РЕСУРСНИЙ ПІДХІД У КОНСУЛЬТУВАННІ  
МЕШКАНЦІВ ПРИФРОНТОВИХ РЕГІОНІВ:  
ЖИТТЕСТІЙКІСТЬ ТА КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ

*Ван Ялі, здобувачка вищої освіти*

*Південноукраїнський національний педагогічний  
університет імені К. Д. Ушинського*

Практика психологічного консультування в умовах тривалої кризової життєдіяльності потребує пошуку нових копінг-ресурсів для підтримки ментального здоров'я цивільного населення. Теоретико-методологічне підґрунтя дослідження стратегій подолання криз закладено у працях С. Мадді, Р. Лазаруса, С. Фолкман, а серед вітчизняних фахівців - О. Кокуна, Н. Афанасьєвої, В. Панченко та інших. В умовах «нормалізації» воєнного стресу особливого значення набуває життєстійкість як фундамент емоційної опірності мешканців прифронтових територій.

Метою роботи є обґрунтування напрямків психокорекційної допомоги особистості через актуалізацію її внутрішніх опор та адаптивних копінг-механізмів. У процесі консультування важливо враховувати, що висока життєстійкість сприяє вибору активних стратегій подолання, тоді як її дефіцит призводить до психоемоційного виснаження. Особливу увагу слід приділити підготовці психологів-практиків до роботи з мешканцями зон збройного конфлікту. Навчання фахівців методам діагностики індивідуальних профілів стійкості та технікам когнітивного переструктурування є пріоритетним завданням для сучасної психологічної практики. Розвиток професійних компетентностей консультантів у сфері кризової психології дозволить ефективно впроваджувати програми зміцнення резильєнтності та запобігати розвитку відстрочених травматичних станів у населення.

Впровадження спеціалізованих програм супервізії та навчання консультантів методам екстреної психологічної стабілізації є необхідною умовою для забезпечення професійної стійкості самих фахівців, що працюють у зонах активних бойових дій.

УДК 159.9

ПСИХОДІАГНОСТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ  
ВПЛИВУ БУЛІНГУ ТА КІБЕРБУЛІНГУ НА  
САМОСТАВЛЕННЯ ПІДЛІТКІВ

*В. В. Власов, здобувач вищої освіти  
ХНПУ імені Г. С. Сковороди*

Проблема діагностики наслідків булінгу та кібербулінгу в підлітковому середовищі набуває особливої ваги у зв'язку з трансформацією форм соціальної агресії в цифровий простір. Психодіагностика самоствавлення підлітків, що зазнали цькування, є складним завданням, оскільки потребує виявлення як явних, так і латентних змін у структурі «Я-концепції», зумовлених специфікою віртуальної взаємодії.

Метою роботи є обґрунтування діагностичних маркерів деформації самоствавлення підлітків під впливом різних форм булінгу.

Встановлено, що кібербулінг спричиняє глибшу ерозію самоповаги через анонімність агресора та постійну публічність приниження, що вимагає специфічного інструментарію для оцінки рівнів депресивності та соціальної тривожності.

У практиці психодіагностичної роботи пріоритетним є використання комплексних методик, що дозволяють диференціювати внутрішню самоцінність та зовнішню самовпевненість особистості.

Важливим аспектом є розробка та валідація опитувальників, адаптованих до виявлення наслідків саме кібервіктимізації, оскільки традиційні тести на булінг часто не охоплюють специфіку цифрового тиску.

Своєчасна діагностика змін у самоствавленні дозволяє прогнозувати ризики суїцидальної поведінки та розробляти стратегії корекції «Я-образу». Впровадження інноваційних діагностичних підходів у роботу шкільних психологів є необхідною умовою для створення безпечного освітнього середовища та збереження ментального здоров'я підлітків у цифрову епоху.

Traditional psychotherapy methods (CBT, exposure therapy) have limitations: difficulty imagining fearful situations for some patients (in sensu exposure), and the high cost and logistical complexity of real-life exposures (in vivo). Virtual reality (VR) offers an alternative - in virtuo exposure - allowing patients to safely interact with phobic stimuli in a controlled environment. The central therapeutic mechanism is presence: the subjective feeling of being located in the virtual space, despite awareness of its artificiality.

VR exposure therapy (VRET) is effective for specific phobias (fear of heights, flying, spiders, social anxiety disorder), with outcomes comparable to real-life exposure. For post-traumatic stress disorder (PTSD), VR allows safe processing of traumatic experiences (combat trauma, violence, road traffic accidents) through real-time adjustment of stimulus intensity. In eating disorders, VR is used to correct distorted body image and reduce weight- and food-related anxiety. Additionally, VR is effective for distraction in chronic and procedural pain, as well as for cognitive rehabilitation following stroke and in neurodegenerative diseases.

The most common adverse effect is cybersickness (nausea, dizziness, disorientation), caused by sensory conflict between visual and vestibular systems. Transient dissociative symptoms (derealization, depersonalization) may occur but resolve within minutes. In PTSD, uncontrolled exposure risks retraumatization, requiring strict graded protocols. Absolute contraindications: acute psychotic states with delusions of control and severe vestibular disorders. Relative contraindications: first trimester of pregnancy, severe cardiovascular disease, age under 7 years, and claustrophobia.

VR is an effective tool in modern psychotherapy, overcoming limitations of traditional methods, increasing patient engagement, and providing high control over the therapeutic process. Promising directions include standardization of clinical protocols, long-term follow-up studies, investigation of neurobiological mechanisms, and integration of biofeedback (heart rate, GSR, EEG) into VR sessions.

UDC 159.923

PROACTIVE COPING AS A RESOURCE FOR THE  
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF WOMEN - IDPs

*S. B. Zharikova, Associate Professor  
of the Department of Psychology  
National Aerospace University  
«Kharkiv Aviation Institute»*

In conditions of war and forced displacement, coping with stress is of particular relevance for internally displaced women (IDPs). The loss of housing, social ties, resources, and perceived safety creates pronounced emotional strain, making the study of coping strategies essential for maintaining mental health (MH) and psychological well-being (PWB). MH is understood as a state that enables the realization of personal potential, effective stress management, productive functioning, and social contribution. PWB is closely linked to life satisfaction and is largely determined by effective coping behavior, particularly proactive coping, which is future-oriented and preventive.

The findings showed that proactive coping is associated with well-being (WB) in different ways depending on its level. In women with an average level of WB, proactive coping enhances internal resources, including autonomy, self-acceptance, competence in managing life circumstances, goal setting, and effective interaction with the environment. Strategic planning, preventive coping, and emotional and instrumental support are especially significant. In women with low WB, proactive coping functions differently. Its main positive effect is improved relations with the environment, whereas other resources, especially autonomy, remain limited. Greater dependence on external support is associated with lower independence, and reflexivity is linked to a more negative emotional state rather than improved self-regulation.

Thus, in the first group, proactive coping serves as a resource for resilience and personal development. In the second group, it mainly supports social connectedness rather than internal stability. The findings indicate that proactive coping contributes to PWB in IDP women, although its effects depend on the initial level of WB. This highlights the importance of strengthening proactive strategies to support MH and recovery.

УДК 159.922.7

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ВІДПОВІДАЛЬНОЇ  
ПОВЕДІНКИ У ПІДЛІТКІВ ТА МОЖЛИВОСТІ ТРЕНІНГУ  
ВІДПОВІДАЛЬНОГО ВИБОРУ

*В. А. Засць, здобувачка вищої освіти*

*Бердянський державний педагогічний університет*

Підлітковий вік – це час формування стійких форм поведінки, характеру і засобів емоційного реагування, які в подальшому визначають життя дорослої людини, її фізичне і психічне здоров'я. Це період створення власної думки, створення якісних новоутворень та трансформації у спілкуванні з дорослими та однолітками.

З урахуванням того, що перехід до дорослості формується через соціальне навчання, засвоєння цінностей і розвиток свідомої поведінки, виникає потреба у цілеспрямованому впливі на становлення відповідального вибору в підлітковому віці. Це передбачає створення умов для розвитку здатності формувати власну позицію, виражати думки, реалізовувати волю та закладати риси характеру, які забезпечують незалежність у прийнятті рішень і стійкість до зовнішнього тиску. У цьому напрямі доцільним є використання тренінгових форм роботи.

Застосування тренінгу як інструменту соціального навчання сприяє розвитку навичок відповідального вибору завдяки активним методам взаємодії, роботі в груповому форматі, послідовній організації процесу та можливості практичного відпрацювання знань, умінь і поведінкових стратегій. Такий підхід поєднує комунікативну активність із навчальним змістом, виступає засобом формування поведінкових моделей, розширює досвід учасників і забезпечує досягнення конкретних цілей у визначений проміжок часу.

Тренінг також передбачає інтенсивну психологічну взаємодію між ведучим і учасниками групи, що створює умови для швидкого отримання зворотного зв'язку, спостереження за змінами в поведінці та засвоєння нових моделей дії. Така форма роботи найбільшою мірою узгоджується з віковими особливостями підлітків і сприяє ефективному сприйняттю нового досвіду.

ПСИХОЛОГІЧНІ БАР'ЄРИ ПРОФЕСІЙНОГО  
САМОВИЗНАЧЕННЯ В УМОВАХ ВІЙНИ  
ТА ШЛЯХИ ЇХ ПОДОЛАННЯ

*К. В. Кальченко-Зубак, здобувач вищої освіти  
Бердянський державний педагогічний університет*

В умовах війни процес професійного самовизначення суттєво ускладнюється внаслідок соціально-економічної нестабільності, вимушеного переміщення населення, втрати роботи та необхідності швидкої адаптації до нових умов життя і праці.

Професійне самовизначення розглядається у психології як важливий етап розвитку особистості, пов'язаний із формуванням життєвих цілей, професійних намірів і мотивації. Водночас сучасні реалії воєнного часу створюють додаткові бар'єри, що потребують окремого наукового осмислення.

У межах дослідження проведено опитування осіб молодого та середнього віку (n=32). Встановлено, що найбільш поширеними бар'єрами є страх змін (62%), невпевненість у власних можливостях (59%), зниження мотивації (47%), а також обмежений доступ до ринку праці. Частина респондентів відзначає вплив сімейних обставин і необхідність поєднання професійної діяльності з доглядом за дітьми.

Отримані результати свідчать, що зазначені бар'єри мають комплексний характер і поєднують когнітивні, емоційні та соціальні чинники.

Встановлено, що ефективним засобом їх подолання є використання тренінгових технологій, які сприяють розвитку впевненості, формуванню навичок самопрезентації, підвищенню адаптивності та готовності до професійних змін.

Отже, застосування тренінгових програм у практиці психологічної підтримки є доцільним і сприяє більш ефективному професійному самовизначенню особистості.

У цьому контексті професійне самовизначення доцільно розглядати не лише як вибір професії, а як динамічний процес адаптації особистості до умов невизначеності, що виступає ключовим чинником її психологічної стійкості.

УДК 159.9

ФЕНОМЕНОЛОГІЯ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ  
ЖІНОК У ВИМУЩЕНІЙ ЕМІГРАЦІЇ:

ДІАГНОСТИЧНИЙ ТА РЕСУРСНИЙ АСПЕКТИ

*Н. А. Карташова, здобувачка вищої освіти*

*ХНПУ імені Г. С. Сковороди*

Вивчення посттравматичного зростання жінок, які опинилися в умовах вимушеної еміграції, є одним із найбільш актуальних завдань сучасної кризової психології. В умовах психодіагностичної практики особливого значення набуває виявлення не лише симптомів травматизації, а й позитивних особистісних змін, що виникають як результат подолання критичних життєвих обставин.

Метою роботи є обґрунтування діагностичних маркерів посттравматичного зростання у жінок-емігранток як підґрунтя для розробки програм психологічного супроводу. Складність психодіагностики ПТЗ у цій групі зумовлена необхідністю розмежування ілюзорного копінгу та реальної трансформації ціннісно-смісловій сфері особистості. Використання стандартизованого інструментарію (зокрема Опитувальника посттравматичного зростання) потребує врахування соціокультурного контексту та динаміки адаптаційних процесів у країні перебування. У практиці діагностики важливо фокусуватися на таких показниках, як переоцінка життєвих пріоритетів, зміцнення міжособистісних стосунків та відкриття нових можливостей самореалізації. Отримані діагностичні дані дозволяють диференціювати ресурсні стани особистості та прогнозувати успішність інтеграції жінок у нове соціокультурне середовище.

Розширення психодіагностичного фокусу на користь пошуку потенціалу зростання є необхідною умовою для переходу від стратегій «виживання» до стратегій «розвитку» в умовах вимушеної еміграції.

УДК 159.922.7:159.942.5:159.944

КЕЙС-АНАЛІЗ ЧИННИКІВ ЕФЕКТИВНОСТІ АРТ-ТЕРАПІЇ У  
ДІТЕЙ З ТРИВОЖНІСТЮ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

*О. Є. Лебедько, здобувачка вищої освіти*

*Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя*

Психологічне благополуччя дітей в умовах воєнного стану зазнає суттєвого впливу через хронічний стрес, що спричиняє потребу вивчення індивідуальних чинників ефективності терапії. Кейс-аналіз дозволяє виявити механізми, що впливають на рівень тривожності.

Проведено аналіз трьох індивідуальних кейсів (діти 8–10 років, м. Чернігів) у межах чотиритижневої програми, що включала ізотерапію, глінотерапію, дихальні вправи та психологічно підтримувальну бесіду. Рівень тривожності вимірювався за SCARED – до і після програми.

Кейс 1 (дівчинка, 8 р., SCARED: з 53 до 37): позитивна динаміка за наявності сімейної підтримки, творчого потенціалу дитини. Кейс 2 (дівчинка, 9 р., SCARED: з 45 до 32): часткова адаптація після корекційної роботи з батьками та обмеження зовнішніх тригерів. Кейс 3 (хлопчик, 10 р., SCARED: з 48 до 34): вбачається ризик для позитивної динаміки через відсутність сімейної підтримки та неконтрольований вплив стресорів.

Визначено чотири ймовірні чинники ефективності: 1) рівень внутрішніх ресурсів дитини (здатність до саморегуляції та творчого самовираження); 2) підтримка з боку дорослих; 3) відчуття контролю та безпеки; 4) інтенсивність зовнішніх тригерів. Отримані дані узгоджуються з концепцією резилієнсу А. S. Masten – адаптація формується через поєднання індивідуальних ресурсів та соціального середовища.

Ефективність арт-терапії в умовах воєнного стану визначається не лише набором методик, а й системою чинників: наявністю підтримки дорослих, рівнем внутрішніх ресурсів дитини, контрольованістю зовнішнього середовища. Це обумовлює необхідність комплексного підходу, що включає роботу з батьками як обов'язковий компонент програми.

ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ КОМПЛЕКСНОГО  
ЗАСТОСУВАННЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИХ МЕТОДИК У  
ПІДГРУПАХ ДІТЕЙ З РІЗНИМ РІВНЕМ ТРИВОЖНОСТІ

*О. Є. Лебедько, здобувачка вищої освіти*

*Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя*

В рамках дослідження чинників психологічного благополуччя дитини в умовах воєнного стану проводилось комплексне застосування арт-терапії для групи дітей міста Чернігів у кількості 35 осіб. Для поглибленого аналізу сформовано дві підгрупи по 10 осіб: П1 – з високим рівнем тривожності (SCARED  $\geq$  36), П2 – з умовно помірним підвищеним рівнем (SCARED 25–35) (таб. 1).

*Таблиця 1.*

Ефективність комплексної терапії

Під група	Ефективність	
	Висока	Слабка
П1	Ізотерапія, глінотерапія, дихальні вправи, прості релаксаційні техніки, підготовчі (рухові) вправи	Психологічно підтримувальна бесіда, творче самовираження
П2	Ізотерапія, глінотерапія, дихальні вправи, прості релаксаційні техніки, підготовчі (рухові) вправи	Психологічно підтримувальна бесіда, творче самовираження

В результаті дослідження встановлено: комплексне застосування ізотерапії та глінотерапії у поєднанні з дихальними і підготовчими (руховими) вправами є ефективним підходом для зниження рівня тривожності у дітей 8–14 років в умовах воєнного стану.

Подальші дослідження мають зосередитись на диференціації програм для підгруп з різним ступенем тривожності та включенні контрольної групи.

УДК 159.9.072.433

ПРОГНОЗУВАННЯ ГРУПОВОЇ СТІЙКОСТІ ПІДРОЗДІЛУ ДО БОЙОВОГО СТРЕСУ (за методикою „АДАПТИВНІСТЬ-200”)

*С. Ю. Лукашевич, к. ю. н., проф., професор кафедри права (702), здобувач другого рівня вищої освіти кафедри психології (704)*

*Національний аерокосмічний університет*

*«Харківський авіаційний інститут»*

У сучасній війні високої інтенсивності боєздатність підрозділу визначається не лише вогневою потужністю, а й інтегральною витривалістю особистості. Фундаментом цієї витривалості є інтегральний показник «особистісний адаптаційний потенціал» (ОАП), що поєднує рівень психічного та соціального розвитку бійця.

На основі аналізу профілів за методикою „Адаптивність-200”, командуванню рекомендується впровадити наступні управлінські рішення:

Функціонально-рольовий розподіл: *групи прориву та розвідка*: призначати виключно осіб з високою ПР (10-8 стенив). Тільки вони здатні до тривалої автономної діяльності без психічного зриву. *Командні ланки та логістика*: потребують осіб з високими показниками МН та КП для забезпечення «залізної дисципліни» та ефективної координації. *Резерв/Тилові служби*: бійці з 4-м рівнем ОАП мають бути виведені з підрозділів першої лінії, оскільки їхній рівень стійкості не відповідає бойовим вимогам.

Прогноз лояльності та дисципліни: поєднання низьких показників МН та ВПС є критичним сигналом. Такі бійці потребують особливого нагляду, оскільки вони першими підуть на дезертирство або відкрити непокору.

Верифікація даних за шкалою достовірності (Д): будь-які кадрові рішення на основі профілю з  $D \geq 10$  балів є управлінською помилкою. Результати таких осіб вважати недійсними, а самих бійців направляти на поглиблене обстеження.

Таким чином, психологічне профілювання — це не формальність, а інструмент мінімізації втрат. Врахування показників ОАП дозволяє створити монолітний підрозділ, здатний зберігати керованість у хаосі війни.

УДК 159.9

МУЗИЧНЕ НАВЧАННЯ ЯК РЕСУРС ПСИХОКОРЕКЦІЇ  
ТА ФОРМУВАННЯ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ  
ПІДЛІТКІВ У КРИЗОВИХ УМОВАХ

*А. В. Новікова, здобувачка вищої освіти  
ХНПУ імені Г. С. Сковороди*

В умовах сучасної кризової життєдіяльності особливої актуальності набуває пошук дієвих засобів психокорекції емоційних станів підлітків. Теоретичне підґрунтя дослідження ролі мистецтва у розвитку особистісної стійкості закладено у працях таких науковців, як К. Роджерс, В. Панченко, О. Кокун, Г. Побережна та інших. Музичне навчання у цьому контексті розглядається не лише як освітній процес, а як механізм структурування внутрішнього досвіду та розвитку академічної саморегуляції.

Метою роботи є обґрунтування потенціалу музичної діяльності як чинника зміцнення резильєнтності підлітків у ситуації пролонгованого стресу. Процес опанування музичного інструменту сприяє формуванню вольового самоконтролю та здатності до концентрації, що є фундаментом академічної адаптивності. У практиці психологічного консультування музичне навчання може виступати як допоміжний психокорекційний інструмент, що дозволяє підлітку трансформувати тривожність у творчу продуктивність. Особливу увагу варто приділити підготовці консультантів до використання ресурсів артпедагогіки у роботі з кризовими станами. Розвиток навичок саморегуляції через музичну активність підвищує загальну життєстійкість особистості та запобігає дезадаптації в освітньому просторі. Впровадження інтегрованих підходів, що поєднують музичне навчання з техніками емоційної стабілізації, є перспективним напрямком сучасної психологічної практики в умовах війни.

Систематизація методів музичної саморегуляції в арсеналі практикуючих психологів сприятиме формуванню навичок подолання кризових станів, що є необхідною умовою збереження ментального здоров'я підростаючого покоління в умовах тривалої військової агресії.

УДК 159.9

ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ТА ПРЕВЕНЦІЯ  
СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ  
У ЛІТНОГО СКЛАДУ

*Е. Д. Осінов, здобувач вищої освіти  
Національний аерокосмічний університет  
«Харківський авіаційний інститут»*

У сучасних умовах підвищення вимог до безпеки польотів особливого значення набуває дослідження людського фактора як складової функціонування соціотехнічних систем авіації.

Однією з актуальних проблем є синдром емоційного вигорання серед льотного складу, який негативно впливає на професійну ефективність і надійність діяльності пілотів.

Синдром емоційного вигорання розглядається як наслідок хронічного професійного стресу, що виникає в умовах дисбалансу між індивідуальними ресурсами особистості та вимогами професійного середовища. У межах концепції людського фактора дане явище може бути інтерпретоване через модель SHELL.

Результати досліджень із застосуванням методики Maslach Burnout Inventory свідчать, що ключовими проявами вигорання у пілотів є деперсоналізація та зниження відчуття професійних досягнень. Значущими чинниками виступають порушення циркадних ритмів і сенсорна депривація під час нічних перельотів.

Важливим напрямом профілактики є впровадження програм Crew Resource Management, спрямованих на підвищення ефективності командної взаємодії та зниження когнітивного навантаження.

Перспективним підходом є розвиток психологічної резильєнтності та використання методів психофізіологічної саморегуляції, що сприяють стабілізації емоційного стану.

Таким чином, інтеграція психологічного моніторингу є необхідною умовою зниження ризиків у професійній діяльності льотного складу.

УДК 159.9

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЯК РЕСУРС  
АКАДЕМІЧНОЇ АДАПТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ У КРИЗОВИХ  
УМОВАХ: ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ МОНІТОРИНГУ

*А. В. Пономарьов, здобувач вищої освіти  
ХНПУ імені Г. С. Сковороди*

Проблема збереження ресурсів академічної адаптивності студентської молоді набуває особливої гостроти в умовах пролонгованих кризових змін та соціальної нестабільності.

В умовах дистанційного навчання та воєнних загроз благополуччя особистості виступає не лише показником якості життя, а й ключовим чинником, що зумовлює здатність студента до ефективної інтеграції в академічне середовище.

Метою роботи є обґрунтування ролі психологічного благополуччя у забезпеченні успішної адаптації здобувачів освіти до екстремальних умов життєдіяльності.

Використання психодіагностичного інструментарію для оцінки таких показників, як автономія, екологічна майстерність та наявність життєвих цілей, дозволяє оперативно прогнозувати ризики дезадаптації.

У практиці психологічної служби закладів вищої освіти пріоритетним є впровадження систем регулярного моніторингу, що дають змогу диференціювати суб'єктивне відчуття щастя та об'єктивну здатність до саморегуляції в кризових ситуаціях. Своєчасне виявлення змін у структурі благополуччя стає підґрунтям для розробки таргетованих програм підтримки резильєнтності та психокорекції емоційних станів.

Розширення фокусу на позитивні аспекти психічного здоров'я сприяє трансформації освітнього простору в ресурсне середовище, що підтримує особистісне зростання майбутніх фахівців навіть за умов соціальної турбулентності. Впровадження валідизованих методів оцінки адаптаційного потенціалу підсилює наукову обґрунтованість психологічного супроводу та дозволяє ефективно реагувати на виклики сучасної освітньої парадигми в поствоєнний період.

УДК 159.9

ВІДЧУТТЯ БЕЗПЕКИ В МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКАХ  
У ВОЄННИЙ ЧАС: МОЖЛИВОСТІ ПРОЕКТИВНОГО  
МАЛЮНКУ ЯК ДІАГНОСТИЧНОГО МЕТОДУ

*Н. О. Разумєєва, здобувачка вищої освіти*

*Херсонський державний аграрно-економічний університет*

Відчуття безпеки є базовою психологічною потребою людини і ключовою умовою емоційного благополуччя партнерів у стосунках. Хронічний стрес та соціальна нестабільність ставлять сучасне українське суспільство перед значними викликами, підвищуючи загальний рівень тривоги та детермінуючи дисфункційні, травматичні стосунки, в яких порушується відчуття безпеки.

Для збору емпіричних даних було застосовано спостереження – аналіз поведінкових одиниць в процесі проведення малюнкових тестів; тестування – проєктивний тест «Дім, дерево, людина» та стандартизований тест «Експрес-діагностика психологічної безпеки особистості І. І. Приходько»; аналіз продуктів діяльності – «Малюнок на вільну тему» для з'ясування суб'єктивного відчуття безпеки. Статистичні зв'язки встановлено за допомогою критерію Пірсона. Наукова новизна: вперше було розроблено методiku дослідження потенціалу малюнку на основі співставлення результатів «Малюнку на вільну тему», тесту «Дім, дерево, людина» та тесту «Експрес-діагностика психологічної безпеки особистості І. І. Приходько». За допомогою кореляційного аналізу визначено специфіку відображення браку відчуття безпеки в стосунках.

В результаті дослідження було з'ясовано високий потенціал проєктивних методик в діагностуванні відчуття безпеки.

Загальний коефіцієнт кореляції складає 0,71, що свідчить про високу валідність методу. При аналізі малюнку для виявлення браку відчуття безпеки варто звертати увагу на такі особливості, як зміщення від центру; слабкий, нерівномірний нагиск; порушення пропорцій в деталях; наявність літер та написів; штриховку, наведення, гостроту зображень та відсутність обов'язкових елементів малюнку.

УДК 159.923

ПСИХОКОРЕКЦІЯ РЕПРОДУКТИВНИХ УСТАНОВОК  
БЕЗДІТНИХ ЖІНОК У КРИЗОВИХ УМОВАХ

*В. О. Селегей, здобувачка вищої освіти  
Харківський національний педагогічний  
університет ім. Г. С. Сковороди*

Сучасні умови життя пов'язані підвищенням рівня невизначеності, загрозою безпеці та порушенням усталених життєвих сценаріїв, що суттєво впливає на систему життєвих орієнтацій особистості. Однією з чутливих до таких трансформацій сфер є репродуктивна, оскільки рішення щодо народження дітей безпосередньо пов'язане з уявленнями про оптимістичне майбутнє та відчуттям стабільності.

Репродуктивні установки розглядаються як інтегративне утворення, що включає когнітивні уявлення про батьківство, емоційне ставлення до нього та поведінкову готовність до народження дітей. У ситуації пролонгованої кризи рішення щодо народження дитини постає як складний екзистенційний вибір, що здійснюється в умовах невизначеності та обмеженого контролю над подіями. Відповідно, психокорекційна робота має бути спрямована не лише на зміну окремих переконань або емоційних реакцій, але й на глибше осмислення клієнткою власного життєвого шляху, цінностей і образу майбутнього.

У цьому контексті можна виокремити низку ключових напрямів психокорекції репродуктивних установок: робота зі смисложиттєвими орієнтаціями; корекція образу майбутнього; робота з екзистенційною тривогою; опрацювання переконань, пов'язаних із відповідальністю за життя і благополуччя майбутньої дитини.

Таким чином, психокорекція репродуктивних установок бездітних жінок у кризових умовах має базуватися на інтеграції екзистенційного та когнітивно-поведінкового підходів і бути спрямованою на осмислення майбутнього, розвиток толерантності до невизначеності та формування внутрішньо узгодженого репродуктивного вибору. Такий підхід дозволяє розглядати репродуктивні установки як прояв глибинних процесів конструювання життєвої перспективи особистості.

УДК 159.9

ТРАНСФОРМАЦІЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ  
ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИК ПОДОЛАННЯ НАСЛІДКІВ  
БОЙОВОЇ ТРАВМИ: ДИНАМІЧНИЙ АСПЕКТ

*І. Р. Скірка, здобувач вищої освіти*

*ХНПУ імені Г. С. Сковороди*

Проблема переструктурування ціннісно-сислової сфери особистості після пережитого травматичного досвіду бойових дій є однією з найбільш складних у сучасній кризовій психології.

В умовах подолання наслідків бойової травми цінності виступають не лише як статичні утворення, а як динамічні регулятори, що визначають вектор відновлення та особистісної реінтеграції потерпілих.

Метою роботи є обґрунтування динамічних змін у структурі цінностей як індикатора успішності проходження етапів посттравматичної адаптації. Виявлення зсувів у ієрархії життєвих пріоритетів - від виживання до пошуку нових сенсів - дозволяє прогнозувати потенціал посттравматичного зростання особистості.

У практиці психологічного супроводу пріоритетним є використання методів моніторингу, що дають змогу зафіксувати перехід від термінальних цінностей особистого добробуту до цінностей соціальної залученості та екзистенційної значущості. Своєчасна фіксація цих змін стає підґрунтям для розробки індивідуальних стратегій реабілітації, спрямованих на зміцнення внутрішніх опор. Розширення фокусу на ціннісну динаміку сприяє глибшому розумінню механізмів саморегуляції особистості в поствоєнний період.

Впровадження валідизованих підходів до оцінки смисложиттєвих орієнтацій підсилює наукову обґрунтованість допомоги ветеранам та особам, що зазнали впливу бойових дій. Аналіз індивідуальних траєкторій ціннісних змін дозволяє ефективно реагувати на виклики ресоціалізації та запобігати розвитку деструктивних форм поведінки через актуалізацію нових життєвих конструктів.

УДК 159.923.2

СИНДРОМ РЕЛІГІЙНОЇ ТРАВМИ У ВИХІДЦІВ  
З РЕЛІГІЙ ВИСОКОГО КОНТРОЛЮ

*В. М. Слободянюк, здобувачка вищої освіти*

*Науковий керівник: Н. В. Акімова, доктор психологічних наук  
Херсонський державний аграрно-економічний університет*

Синдром релігійної травми (Religious Trauma Syndrome) розглядається як специфічний психічний стан, що формується внаслідок тривалого перебування особистості в релігіях високого контролю. Після виходу з релігії особи часто демонструють симптоматику, подібну до посттравматичного стресового розладу, тривожних і депресивних розладів.

Механізми впливу в релігіях високого контролю доцільно аналізувати через модель ВІТЕ, яка охоплює контроль поведінки, інформації, мислення та емоцій. Регламентация повсякденного й особистого життя, обмеження доступу до альтернативних джерел інформації, придушення критичного мислення та маніпуляція почуттями страху і провини формують залежність особистості від групи. Особливо деструктивним чинником виступає практика остракізму, що спричиняє соціальну ізоляцію, втрату значущих міжособистісних зв'язків і поглиблення психологічної дезадаптації. Доктрина Армагеддону та системний контроль над життям людей поступово руйнують здатність до самостійного мислення й автономного вибору, формуючи «ідентичність свідка», повністю підпорядковану інтересам організації. Хронічний страх перед демонічним впливом та Армагеддоном є потужним тригером виникнення психічних розладів.

Психологічна реабілітація вихідців передбачає поєднання кількох підходів: нейропослідовної терапії для регуляції нервової системи, когнітивно-поведінкової терапії для подолання ірраціональних страхів, формування здорових кордонів, а також наративної терапії для переосмислення власної ідентичності. Кінцевою метою допомоги є відновлення здатності людини до функціонування поза групою та побудови ідентичності, що ґрунтується на власних цінностях, а не на страху чи груповому тиску.

УДК 159.923

ПЕРЕОЦІНКА ЖИТТЄВИХ ЦІННОСТЕЙ  
ЯК ФУНДАМЕНТ ВНУТРІШНЬОЇ САМОПІДТРИМКИ  
В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

*І. В. Телелим, к. п. н., здобувачка II рівня вищої освіти  
Бердянський державний педагогічний університет*

У ситуації екзистенційної загрози, спричиненої воєнними діями, відбувається примусова деконструкція звичної життєвої моделі. Психологічна стабільність втрачає свою функціональність. У цей момент самопідтримка переходить у площину внутрішніх смислів. Переоцінка цінностей виступає активним інструментом подолання кризи, виконуючи роль «фільтра», що відсікає неактуальні цілі та зосереджує психічну енергію на життєво важливих ресурсах.

На основі аналізу досвіду осіб, що перебувають у зоні воєнного конфлікту або в умовах вимушеного переміщення, можна виділити три ключові рівні ціннісної опори:

Сенсотворчий рівень: перехід від стратегії «виживання» до стратегії «життя заради сенсу». Наявність надцілі стає потужним антидепресивним чинником.

Соціально-ідентифікаційний рівень: переоцінка значення людських взаємин. Солідарність та приналежність до спільноти нівелюють відчуття ізоляції та безпорадності, перетворюючи соціальний капітал на інструмент індивідуальної стійкості.

Суб'єктивно-символічний рівень: повернення цінності повсякденним ритуалам та «малим справам». Створення побутового затишку в тимчасових умовах або збереження звичок довоєнного часу маркує перемогу особистості над хаосом зовнішніх обставин.

Переоцінка цінностей стає фундаментом для формування «екзистенційного імунітету». Замість симптоматичного лікування, робота психолога має бути спрямована на ідентифікації клієнтом оновлених ціннісних орієнтирів. Це дозволяє інтегрувати травматичний досвід війни, що веде до посттравматичного зростання. Самопідтримка виявляється найбільш стійкою до тривалої невизначеності, оскільки її джерело знаходиться всередині самої особистості.

ШТУЧНИЙ ІНТЕЛЕКТ  
ЯК ІНСТРУМЕНТ ОПТИМІЗАЦІ  
ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ  
У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

*І. Є. Тихонова, здобувачка вищої освіти  
Національний аерокосмічний університет  
«Харківський авіаційний інститут»*

Використання технологій штучного інтелекту в освітньому процесі закладів вищої освіти сприяє підвищенню ефективності навчання та його адаптації до потреб студентів. Одним із ключових напрямів є персоналізація навчання: інтелектуальні системи аналізують рівень знань і темп засвоєння матеріалу, пропонуючи адаптований зміст і складність завдань, що підвищує якість навчання.

Штучний інтелект також оптимізує освітні процеси. Системи можуть перевіряти тестові завдання, формувати рекомендації та аналізувати типові помилки, зменшуючи навантаження на викладачів і дозволяючи їм зосередитися на розвитку критичного мислення та творчих здібностей студентів.

Практичним прикладом є використання студентами генеративних моделей, таких як ChatGPT, Gemini та аналогічних сервісів, для пошуку та узагальнення інформації, пояснення складних тем, підготовки до занять і написання навчальних робіт.

Це забезпечує швидкий доступ до знань, сприяє кращому розумінню матеріалу та економить час.

Водночас застосування ШІ має виклики: ризик зниження самостійності, залежність від готових підказок та етичні питання, пов'язані з академічною доброчесністю та захистом даних.

Отже, штучний інтелект є потужним інструментом оптимізації навчання, підвищуючи його гнучкість, ефективність і індивідуалізацію, водночас потребуючи усвідомленого впровадження та збереження активної ролі студента у процесі навчання.

## ЗМІСТ

Секції та тематичні напрямки роботи науково-практичної конференції здобувачів вищої освіти та молодих вчених «Психологія в сучасному світі» .....	3
---	---

### **СЕКЦІЯ 1. Теоретичні та методологічні проблеми сучасної психології**

*Акімова Н. В.; Брикайло І. М.*

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ЯК ЧИННИК АДАПТАЦІЇ ТА ПОДОЛАННЯ ПСИХОСОМАТИЧНИХ РОЗЛАДІВ.....	4
---	---

*Алєєва С. С.*

БУЛІНГ У ПІДЛІТКОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА .....	5
---	---

*Аннеков В. М.*

КРЕАТИВНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ У ВІКОВОМУ ВИМІРІ .....	6
--	---

*Атаманчук А. Ю.*

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ВІЙНИ: ГЕНДЕРНИЙ ВИМІР .....	7
---	---

*Балякіна Г. О.*

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ В УМОВАХ ВІЙНИ: ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ВНУТРІШНЬОГО ПЕРЕМІЩЕННЯ ТА ЕМІГРАЦІЇ.....	8
--	---

*Барабаш В. М.*

АЛГОРИТМИ ВІДПОВІДЕЙ І РЕАКЦІЙ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА ВЕРБАЛЬНУ АГРЕСІЮ КОРИСТУВАЧІВ ....	9
--	---

*Беспалова В. Д.*

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ТА ПСИХІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЛЮДЕЙ ЗРІЛОГО ВІКУ ...	10
--	----

*Бочарова Ю. А.*

ПОДОЛАННЯ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ ЯК УМОВА ВІДНОВЛЕННЯ ПСИХІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ТА УСПІШНОЇ АКУЛЬТУРАЦІЇ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ .....	11
--	----

*Бутко В. О.*

ПСИХОЛОГІЧНА ГНУЧКІСТЬ ЯК ЧИННИК	
----------------------------------	--

ЖИТТЄСТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ .....	12
<i>Винник М. О.</i>	
ВПЛИВ ХРОНІЧНОГО СТРЕСУ НА ПАМ'ЯТЬ ТА УВАГУ У ПІДЛІТКІВ .....	13
<i>Горобець А. А.</i>	
ФЕНОМЕН ЕМПАТІЇ У СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЇ.....	14
<i>Гречуха Н. М.; Долгополова О. В.</i>	
ОСОБИСТІСНІ ЯКОСТІ ПРАКТИКУЮЧИХ ПСИХОЛОГИНЬ НА ЕТАПІ ПРОФЕСІЙНОЇ СТАБІЛІЗАЦІЇ.....	15
<i>Демідов М. Д.</i>	
ФУНКЦІЇ ПОВСЯКДЕННИХ РИТУАЛІВ МОЛОДІ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНОЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ.....	16
<i>Збішинська Л. І.; Фаворова К. М.</i>	
СПЕЦИФІКА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ТА САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У ФАХІВЦІВ СФЕРИ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ .....	17
<i>Зубенко П. С.</i>	
ОСОБЛИВОСТІ ПРОЖИВАННЯ ТРАВМАТИЧНОГО ДОСВІДУ МОЛОДШИМИ ПІДЛІТКАМИ.....	18
<i>Іщук А. О.</i>	
ГЕНДЕРНА СПЕЦИФІКА ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ДО КРИЗОВИХ УМОВ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ .....	19
<i>Калайтан Н. Л.; Колеснік А. В.</i>	
ОСОБЛИВОСТІ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ХРОНІЧНОГО ВОЄННОГО СТРЕСУ .....	20
<i>Каліберда К.; Фаворова К. М.</i>	
ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ЩАСТЯ ЗДОБУВАЧАМИ ВИЩОЇ ОСВІТИ .....	21
<i>Карімова Г. В.</i>	
СПЕЦИФІКА СІМЕЙНИХ ЦІННОСТЕЙ В СИСТЕМІ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ МОЛОДІ ТА ОСІБ СЕРЕДНЬОГО ВІКУ.....	22
<i>Качура О. В.</i>	
СОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА ЯК РЕСУРС ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ТА ВІДНОВЛЕННЯ САМООЦІНКИ	

ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ У КРИЗОВИХ УМОВАХ .....	23
<i>Кобзар Д. В.; Харченко А. О.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНІ ПРИЧИНИ ВИНИКНЕННЯ ФАБІНГУ .....	24
<i>Кондакова Н. В.; Фаворова К. М.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЖІНОК, ЩО СХИЛЬНІ ДО АКТИВНОГО ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ.....	25
<i>Корнієнко О. В.</i>	
ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ВЧИТЕЛІВ В УМОВАХ ОНЛАЙН-НАВЧАННЯ ТА ЗМІШАНОГО ФОРМАТУ .....	26
<i>Коротецька І. В.</i>	
ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ, ЯКІ ВПЛИВАЮТЬ НА ВИБІР КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	27
<i>Косенко Д. О.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В КРИЗОВИХ УМОВАХ .....	28
<i>Косілова Д. С.</i>	
ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ТРИВОЖНОСТІ І ОСОБИСТІСНОЇ ЕФЕКТИВНОСТІ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ .....	29
<i>Кошулько К. С.</i>	
СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ТА ЇЇ ЗНАЧУЩІСТЬ ДЛЯ ЖІНОК.....	30
<i>Кузьміна А. С.</i>	
ДИНАМІКА ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ПОЛІЦЕЙСЬКИХ В ВОЄННИЙ ЧАС ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА .....	31
<i>Кузьмічова Н. В.; Майборода М. А.</i>	
РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ СТУДЕНТІВ-ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ ЯК РЕСУРС СОЦІАЛІЗАЦІЇ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ ..	32
<i>Купрєєва В. Ю.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ТРИВОЖНОСТІ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ .....	33
<i>Могілко О. М.</i>	
СТРЕСОГЕННІ ФАКТОРИ, ЯКІ МАЮТЬ ВПЛИВ НА ВИКОНАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ ОБОВ'ЯЗКІВ ПРАЦІВНИКІВ	

РОБОТА ЯКИХ ПОВ'ЯЗАНА З УПРАВЛІННЯМ ПЕРСОНАЛОМ.....	34
<i>Останов К. В.; Фаворова К. М.</i>	
СПЕЦИФІКА ОСОБИСТІСНОГО ОПОСЕРЕДКУВАННЯ СПОСОБІВ КОПІНГОВОЇ ПОВЕДІНКИ В ОСІБ ІЗ РІЗНИМИ ПЕРЕКОНАННЯМИ ЩОДО СТРЕСУ .....	35
<i>Перетяцько Н. О.; Фаворова К. М.</i>	
ВПЛИВ РАННІХ ДЕЗАДАПТИВНИХ СХЕМ НА ПОВЕДІНКУ В КОНФЛІКТАХ ПОДРУЖНЬОЇ ПАРИ.....	36
<i>Рютін В. В.</i>	
ВІЙСЬКОВА СОЦІАЛІЗАЦІЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА .....	37
<i>Савченко К. В.; Бідюк І. А.</i>	
ЕФЕКТ «УЛЮБЛЕНОГО ВЧИТЕЛЯ» ЯК ВПЛИВ НА НАВЧАЛЬНУ МОТИВАЦІЮ Й УСПІШНІСТЬ УЧНІВ .....	38
<i>Said M.</i>	
IDENTITY DISTURBANCE IN VICTIMS OF PROLONGED VIOLENCE IN CONDITIONS OF CAPTIVITY .....	39
<i>Салтикова К. В.</i>	
РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ЯК ОСНОВА ПОВНОЦІННОГО ЖИТТЯ В ЧАСИ ГЛОБАЛЬНОЇ НЕСТАБІЛЬНОСТІ.....	40
<i>Сердюк Д. В.; Бідюк І. А.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА САМООЦІНКУ ТА СПРИЙНЯТТЯ ВЛАСНОЇ ЗОВНІШНОСТІ У МОЛОДІ .....	41
<i>Скульська І. В.</i>	
ОЧІКУВАННЯ ТА РЕАЛЬНІСТЬ В ПРОФЕСІЙНОМУ САМОВИЗНАЧЕННІ МАЙБУТНІХ МЕДИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ.....	42
<i>Слободяник В. Г.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ СПРИЙНЯТТЯ ЕКОЛОГІЧНИХ РИЗИКІВ У ПРОЦЕСАХ ВІДНОВЛЕННЯ ДОВКІЛЛЯ ПІСЛЯ ТЕХНОГЕННИХ КАТАСТРОФ .....	43
<i>Slobodianyuk V.; Slobodianyuk A.</i>	
PSYCHOLOGICAL FEATURES OF PERCEPTION OF FOREIGN LANGUAGE LEARNING BY PEOPLE OF DIFFERENT AGE GROUPS .....	44

<i>Стародубцева М. С.</i> РІВЕНЬ ТРИВОЖНОСТІ У МОЛОДІ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ .....	45
<i>Суділовська Ю. Л.</i> ВПЛИВ ТРИВАЛОЇ ТРАВМИ НА САМОЦІННІСТЬ ЯК БАЗОВУ СТРУКТУРУ SELF .....	46
<i>Тиньков О. М.; Глебова К. А.</i> ВПЛИВ ЖИТТЄВИХ СЦЕНАРІЇВ НА ВЗАЄМОВІДНОСИНИ МІЖ ЛЮДЬМИ .....	47
<i>Тиньков О. М.; Кобзар Є. В.</i> ОСОБЛИВОСТІ ЗВ'ЯЗКУ РІВНІВ САМООЦІНКИ ЗІ СПІВЗАЛЕЖНІСТЮ В СТОСУНКАХ .....	48
<i>Тиньков О. М.; Легач Є. Є.</i> СОЦІАЛЬНІ МЕРЕЖІ ЯК ФАКТОР РИЗИКУ РОЗВИТКУ ТРИВОЖНИХ СТАНІВ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	49
<i>Тиньков О. М.; Соловіченко-Соловійова Н. Ю.</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ РЕФЛЕКСІЇ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	50
<i>Тиньков О. М.; Теплова В. Ю.</i> ВПЛИВ ІНФОРМАЦІЙНОГО ПЕРЕВАНТАЖЕННЯ НА РОЗВИТОК СТРЕСУ .....	51
<i>Тиньков О. М.; Чуприна А. О.</i> ОСОБЛИВОСТІ КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	52
<i>Тихонов Є. А.</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМПАТІЇ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	53
<i>Топоріна Т. В.</i> АКТУАЛЬНІ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ ОСВІТИ .....	54
<i>Шапар А. О.</i> ВПЛИВ ВИВЧЕННЯ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ НА РОЗВИТОК КОГНІТИВНИХ НАВИЧОК ОСОБИСТОСТІ.....	55
<i>Шаповаленко В. Ю.</i> СТРУКТУРНА ОРГАНІЗАЦІЯ МЕХАНІЗМІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО КОНФЛІКТУ .....	56
<i>Щегольковський М. В.</i> ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ	

СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ІЗ ПОТРЕБОЮ В ПОШУКУ ВІДЧУТТІВ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	57
<i>Якушева С. М.; Татаурова К.</i>	
ОСОБЛИВОСТІ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ У ПРАКТИКУЮЧИХ ПСИХОЛОГІВ З ВИСОКИМ РІВНЕМ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ.....	58
<i>Ярошенко Я. С.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ТА ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПРАЦІВНИКІВ СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ .....	59

## **СЕКЦІЯ 2. Актуальні питання прикладної психології**

<i>Аганова І. С.</i>	
МЕТАКОГНІТИВНА РЕГУЛЯЦІЯ МУЗИЧНОГО СПРИЙНЯТТЯ ЯК ІНСТРУМЕНТ ПІДТРИМКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ В УМОВАХ КРИЗИ.....	60
<i>Багалова І. І.</i>	
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ЖІНОК СЕРЕДНЬОГО ВІКУ В УМОВАХ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ: МІШЕНІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ .....	61
<i>Бевз М. В.</i>	
ПСИХОДІАГНОСТИЧНИЙ ПОТЕНЦІАЛ МЕТАКОГНІТИВНОЇ АКТИВНОСТІ ЯК РЕСУРСУ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ..	62
<i>Боліла С. Ю.</i>	
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ КОМУНІКАЦІЙ ЗІ СПОЖИВАЧЕМ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВИХ ВИКЛИКІВ.....	63
<i>Ван Ялі</i>	
РЕСУРСНИЙ ПІДХІД У КОНСУЛЬТУВАННІ МЕШКАНЦІВ ПРИФРОНТОВИХ РЕГІОНІВ: ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ТА КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ.....	64
<i>Власов В. В.</i>	
ПСИХОДІАГНОСТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ БУЛІНГУ ТА КІБЕРБУЛІНГУ НА САМОСТАВЛЕННЯ ПІДЛІТКІВ.....	65
<i>Yechina D.</i>	
VIRTUAL REALITY IN PSYCHOTHERAPY .....	66

<i>Zharikova S.</i> PROACTIVE COPING AS A RESOURCE FOR THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF WOMEN — IDPs.....	67
<i>Заєць В. А.</i> ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ВІДПОВІДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ У ПІДЛІТКІВ ТА МОЖЛИВОСТІ ТРЕНІНГУ ВІДПОВІДАЛЬНОГО ВИБОРУ .....	68
<i>Кальченко-Зубак К. В.</i> ПСИХОЛОГІЧНІ БАР'ЄРИ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ В УМОВАХ ВІЙНИ ТА ШЛЯХИ ЇХ ПОДОЛАННЯ.....	69
<i>Карташова Н. А.</i> ФЕНОМЕНОЛОГІЯ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ ЖІНОК У ВИМУШЕНІЙ ЕМІГРАЦІЇ: ДІАГНОСТИЧНИЙ ТА РЕСУРСНИЙ АСПЕКТИ.....	70
<i>Лебедько О. Є.</i> КЕЙС-АНАЛІЗ ЧИННИКІВ ЕФЕКТИВНОСТІ АРТ-ТЕРАПІЇ У ДІТЕЙ З ТРИВОЖНІСТЮ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ .....	71
<i>Лебедько О. Є.</i> ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ КОМПЛЕКСНОГО ЗАСТОСУВАННЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИХ МЕТОДИК У ПІДГРУПАХ ДІТЕЙ З РІЗНИМ РІВНЕМ ТРИВОЖНОСТІ.....	72
<i>Лукашевич С. Ю.</i> ПРОГНОЗУВАННЯ ГРУПОВОЇ СТІЙКОСТІ ПІДРОЗДІЛУ ДО БОЙОВОГО СТРЕСУ (ЗА МЕТОДИКОЮ «АДАПТИВНІСТЬ-200») .....	73
<i>Новікова А. В.</i> МУЗИЧНЕ НАВЧАННЯ ЯК РЕСУРС ПСИХОКОРЕКЦІЇ ТА ФОРМУВАННЯ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ПІДЛІТКІВ У КРИЗОВИХ УМОВАХ .....	74
<i>Осінов Е. Д.</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ТА ПРЕВЕНЦІЯ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ЛІТНОГО СКЛАДУ.....	75
<i>Пономарьов А. В.</i> ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЯК РЕСУРС АКАДЕМІЧНОЇ АДАПТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ У КРИЗОВИХ УМОВАХ: ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ МОНІТОРИНГУ.....	76

<i>Разумеева Н. О.</i>	
ВІДЧУТТЯ БЕЗПЕКИ В МІЖСОБИСТІСНИХ СТОСУНКАХ У ВОЄННИЙ ЧАС: МОЖЛИВОСТІ ПРОЕКТИВНОГО МАЛЮНКУ ЯК ДІАГНОСТИЧНОГО МЕТОДУ .....	77
<i>Селегей В. О.</i>	
ПСИХОКОРЕКЦІЯ РЕПРОДУКТИВНИХ УСТАНОВОК БЕЗДІТНИХ ЖІНОК У КРИЗОВИХ УМОВАХ .....	78
<i>Скірка І. Р.</i>	
ТРАНСФОРМАЦІЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИК ПОДОЛАННЯ НАСЛІДКІВ БОЙОВОЇ ТРАВМИ: ДИНАМІЧНИЙ АСПЕКТ .....	79
<i>Слободянюк В. М.</i>	
СИНДРОМ РЕЛІГІЙНОЇ ТРАВМИ У ВИХІДЦІВ З РЕЛІГІЙ ВИСОКОГО КОНТРОЛЮ .....	80
<i>Телелим І. В.</i>	
ПЕРЕОЦІНКА ЖИТТЄВИХ ЦІННОСТЕЙ ЯК ФУНДАМЕНТ ВНУТРІШНЬОЇ САМОПІДТРИМКИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ .....	81
<i>Тихонова І. Є.</i>	
ШТУЧНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ІНСТРУМЕНТ ОПТИМІЗАЦІ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ....	82

**ДЛЯ ПОДАТОК**

**Наукове видання**

**Всеукраїнська науково-практична  
конференція здобувачів вищої освіти та молодих вчених  
«Психологія в сучасному світі»**

Тези доповідей  
Українською та англійською мовами

Відповідальність за зміст матеріалів та достовірність  
викладених фактів несуть автори публікацій

Відповідальний за випуск – Гулий Ю. І.

Технічна редакція:  
Гончаров Р. О.

Комп'ютерна верстка:  
Гончаров Р. О.

Підписано до друку 07.05.2026 р. Формат 60x84 1/16.  
Папір офсетний. Ум. друк. арк. 5,75. Обл. – вид. арк. 5,1.  
Наклад 30 прим. Замовлення № 114-26. Ціна вільна

---

Видавець і виготовлювач  
Національний аерокосмічний університет  
«Харківський авіаційний інститут»  
61070, Харків-70, вул. Вадима Манька, 17  
<http://www.khai.edu>

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до  
Державного реєстру видавців, виготовлювачів і  
розповсюджувачів видавничої продукції  
сер. ДК № 391 від 30.03.2001