МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

«КЛІНІЧНА ПСИХОЛОГІЯ ТА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я»

Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції

23 квітня 2026 року

Харків – 2026

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

«КЛІНІЧНА ПСИХОЛОГІЯ ТА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я»

Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції

23 квітня 2026 року

Харків
ХНМУ
2026

УДК 159.9:616.89

Редакційна колегія:

М'ясоєдов В. В. – голова, ректор Харківського національного медичного університету, д.мед.н., професор, заслужений діяч науки і техніки України;

Савєльєва Н. М. – перший проректор з науково-педагогічної роботи Харківського національного медичного університету, д. мед. н., професор;

Кривошапка О. В. – проректор з науково-педагогічної роботи Харківського національного медичного університету, к.мед.н., доцент;

Наконечна О. А. – проректор з наукової роботи Харківського національного медичного університету, д. мед. наук, професор;

Кадикова О. І. – декан І медичного факультету Харківського національного медичного університету, д. мед. наук, професор;

Абасалієва О. М. – в.о.зав кафедри загальної та клінічної психології Харківського національного медичного університету, к. психол. н.;

Соколова І. М. – професор кафедри загальної та клінічної психології Харківського національного медичного університету, д. психол. н.;

Забєліна О. С. – викладач кафедри загальної та клінічної психології Харківського національного медичного університету.

Клінічна психологія та психічне здоров'я: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (Харків, 23 квітня 2026 р.). Харків : Харківський національний медичний університет, 2026. 116 с.

У збірнику представлено матеріали науковців, практичних психологів, викладачів, здобувачів вищої освіти та фахівців у сфері психічного здоров'я з різних регіонів України. Доповіді присвячено актуальним проблемам клінічної психології, психічного здоров'я, психотерапії, психологічної реабілітації, кризової та травмофокусованої допомоги, психосоціальної підтримки в умовах війни, а також сучасним підходам до професійної підготовки фахівців психологічного профілю.

Наукове видання рекомендовано науково-педагогічним працівникам, психологам-практикам, психотерапевтам, докторантам, аспірантам, магістрантам, здобувачам вищої освіти та всім, хто цікавиться сучасними проблемами клінічної психології та збереження психічного здоров'я.

Автори публікацій несуть відповідальність за дотримання авторського права, точність цитування, достовірність наведених фактологічних даних, а також за граматичні й стилістичні помилки.

УДК 159.9:616.89

ТРАВМА ТА ПОСТТРАВМАТИЧНИЙ СТРЕС У КОНТЕКСТІ СУЧАСНИХ ПІДХОДІВ ДО ДІАГНОСТИКИ І ПСИХОТЕРАПІЇ *Лебедєва А. О., Абасалієва О. М., Лейман В. О.*	70
ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я У ЦИФРОВУ ЕПОХУ (ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ, ІНФОРМАЦІЙНОГО ПЕРЕВАНТАЖЕННЯ ТА ЦИФРОВОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ НА ПСИХІКУ) *Лейман В. О.*	71
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЖІНОК ЯК МОДУЛЯТОР ЗДОРОВОГО ТА НАДМІРНОГО (КОМПУЛЬСИВНОГО) ДОГЛЯЛУ ЗА ЗОВНІШНІСТЮ *Лісняк О. О.*	73
ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ У СУЧАСНОЇ МОЛОДІ ПІД ВПЛИВОМ ТРАВМАТИЧНИХ ПОДІЙ *Мирошниченко Я.В., Віденєєв І.О.*	74
КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД ДО ПРОФІЛАКТИКИ ТРИВОЖНИХ СТАНІВ: СИНЕРГІЯ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ ТА ТЕХНІК МАЙНДФУЛНЕС *Мушинська Г.О.*	75
СОЦІАЛЬНА СТИГМАТИЗАЦІЯ ТА САМОСТИГМАТИЗАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ *Недайхліб С.С.*	76
САМОРЕГУЛЯЦІЯ ЯК ВНУТРІШНІЙ РЕСУРС ФОРМУВАННЯ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ *Омельчук В.С., Зайцева О.О.*	77
ВПЛИВ ПАРЕНТИФІКАЦІЇ НА ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ДІТЕЙ, ЩО ПРОЖИВАЮТЬ У СЕРЕДОВИЩІ ЗЛОВЖИВАННЯ БАТЬКАМИ ПАР *Павловська А. І.*	78
ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ З РІЗНОЮ САМООЦІНКОЮ *Пилипенко В. Р.*	79
ВПЛИВ ТРАВМАТИЧНИХ ВОЄННИХ ПОДІЙ НА ГОТОВНІСТЬ ЖІНОК ЮНАЦЬКОГО ВІКУ ДО ВСТАНОВЛЕННЯ ДОВГОТРИВАЛИХ РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКІВ *Притула Є. О.*	81
ПРОКРАСТИНАЦІЯ ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА СУЧАСНОЇ МОЛОДІ *Радіонова В.І.*	82
ПСИХОСОМАТИЧНІ РЕАКЦІЇ У СПОРТСМЕНІВ В УМОВАХ ЗМАГАЛЬНОГО СТРЕСУ *Радько О.В., Олефіренко С.С.*	83
ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ТРИВОГИ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ *Радько О.В., Соловей І.В.*	84
РОЗВИТОК РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ЯК ЗАСІБ ПРОФІЛАКТИКИ САМОТНОСТІ *Романовська О.О.*	85
ВПЛИВ СТРЕСУ НА ФІЗІОЛОГІЮ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНИХ ТВАРИН ЗА МАТЕРІАЛАМИ ДИСЕРТАЦІЇ О.В. РЕПРЬОВА (1988 Р.) *Рябоконь Є.М., Рябоконь Р.Є.*	85
ДО 150-РІЧЧЯ Ю.М. ГОФУНГА – ЗАСНОВНИКА КАФЕДРИ КОНСЕРВАТИВНОГО ЗУБОЛІКУВАННЯ ХАРКІВСЬКОГО МЕДИЧНОГО ІНСТИТУТУ. ПРОФІЛАКТИКА ПСИХОЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ЛІКАРІВ-ОДОНТОЛОГІВ *Рябоконь Є.М., Рябоконь Р.Є.*	86
ОСОБИСТІСНІ ЧИННИКИ САМОПОШКОДЖУВАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ У КОНТЕКСТІ СУЇЦИДАЛЬНОГО РИЗИКУ *Рябуха К. О.*	87

може свідчити про дію адаптивного захисного механізму: уникнення близьких стосунків як стратегія запобігання повторній травматизації.

Таким чином, воєнна травма має вибірковий вплив на готовність юнок до встановлення романтичних стосунків. Оскільки досвід переживання травматичних подій негативно впливає на психоемоційний стан, знижує рівень довіри, самооцінку та ускладнює побудову близьких стосунків, існує потреба у впровадженні спеціалізованих тренінгових програм, спрямованих на відновленню адаптивного функціонування, підвищенню рівня емоційної стабільності та розвитку здатності до встановлення довірливих міжособистісних стосунків.

ПРОКРАСТИНАЦІЯ ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

Радіонова В.І.

Харківський національний медичний університет, м. Харків, Україна

Проблема прокрастинації набуває особливої уваги у сучасному суспільстві, особливо серед представників молодого покоління, чиє становлення відбувається в умовах інтенсивної цифровізації та постійного інформаційного тиску. Помилково розглядати це явище лише як дефіцит самодисципліни або вольових зусиль. Для сучасної молоді систематичне відкладання справ на потім часто стає наслідком високих соціальних очікувань та страху припуститися помилки. Насамперед цей стан виступає складним психологічним механізмом захисту особистості від емоційного перенавантаження та хронічного стресу.

Одним із ключових чинників виникнення прокрастинації є специфічний стан тривожності, який може бути пов’язаний із невмінням особистості надавати собі право на повноцінний і якісний відпочинок. Нерідко вільний від навчання чи роботи час сприймається як джерело внутрішньої напруги або навіть паніки через відчуття непродуктивності. Це призводить до парадоксальної реакції: замість справжнього відновлення сил людина обирає виснажливу псевдодіяльність, таку як бездумне споживання швидкого контенту в соціальних мережах (наприклад, TikTok). Такий механізм дозволяє лише тимчасово замаскувати тривогу, проте створює ілюзію зайнятості, не приносячи реального емоційного розвантаження та лише поглиблюючи втому.

Крім того, значну роль відіграє мотиваційний аспект та наявність значущої мети для особистості. Відсутність глибокого інтересу до завдання перетворює його на важкий обов’язок, що викликає природний внутрішній опір. У такому контексті прокрастинація виступає сигналом про необхідність перегляду умов праці та пошуку методів підвищення власного комфорту у середовищі.

Ефективна профілактика прокрастинації має базуватися на переході від суворої самокритикидо стратегій самопідтримки. По перше, важливо впроваджувати практику справжнього відпочинку, де час на відновлення сприймається як обов'язкова частина робочого циклу. По-друге, дієвим є створення комфортного, стимулюючого середовища та використання ігрових елементів для підвищення цікавості до процесу. Нарешті, критично важливим є розвиток навичок цифрової гігієни та свідоме обмеження часу розважальних мережах, що дозволяє зберегти ресурс для досягнення дійсно важливих цілей. Таким чином, подолання прокрастинації є не просто боротьбою з собою, а процесом створення гармонійних стосунків між власними потребами та зовнішніми вимогами.

Отже, прокрастинація сьогодні – це не стільки про лінь, скільки про наш емоційний стан і вміння справлятися з тиском. Головний крок до подолання цієї проблеми – це вибір на користь самопідтримки, а не самокритики. Навчившись вчасно відкладати телефон та давати собі право на справжній, а не тривожний відпочинок, молода людина може знайти той самий баланс, який дозволить досягати успіху і водночас дбати про збереження власного ментального здоров’я.