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

МЕТОДИ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ТРИВОЖНОСТІ ЯК ЗАСІБ ЗБЕРЕЖЕННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ *Зеленська Д.О., Кондрацька Л.В.*	50
РОЛЬ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ У ВИНИКНЕННІ ТА ПІДТРИМЦІ ПОРУШЕНЬ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ У МОЛОДИХ ЖІНОК *Золотоверх К.В.*	51
ІННОВАЦІЙНІ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНІ ПІДХОДИ У РОБОТІ З ВЕТЕРАНАМИ ІЗ ПОСТТРАВМАТИЧНИМ СТРЕСОВИМ РОЗЛАДОМ: ІНТЕГРАЦІЯ ПОЗИТИВНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ ТА ГІПНОТЕРАПІЇ *Ігнатович О.М.*	52
ПСИХОЛОГІЧНІ МОТИВИ ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦІВ НА КРИЗОВИХ ТЕЛЕФОННИХ ЛІНІЯХ ДОПОМОГИ *Кіяшко Н.В.*	53
ТОКСИЧНА ПРОДУКТИВНІСТЬ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН МОЛОДИХ СПЕЦІАЛІСТІВ І СТУДЕНТІВ *Коваль М.О.*	54
ПРОФІЛАКТИКА ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ФАХІВЦІВ ДОПОМАГАЮЧИХ ПРОФЕСІЙ *Коростій В. І., Лебедєва А. О., Забєліна О. С.*	55
ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ДІТЕЙ З РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРА В УМОВАХ ІНКЛЮЗИВНОГО СЕРЕДОВИЩА *Коханевич М. В.*	56
ВПЛИВ НЕГАТИВНИХ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ НА РІВЕНЬ АГРЕСИВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ *Красін С.А., Алексєєнко М. О.*	57
ОСОБЛИВОСТІ ЦІННІСНОЇ СТРУКТУРИ ЮНАКІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ *Куцобіна А. В.*	58
ЕТИЧНІ ПРОТОКОЛИ ТА ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА ОСОБИСТОСТІ В ПРОЦЕСІ РЕКОНФІГУРАЦІЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У VR/AR ПРОСТОРІ *Лавлінський Р. О.*	60
МЕТОД «НОВИЙ СЦЕНАРІЙ» У РОБОТІ ЗІ СЦЕНАРІЄМ ЗАЛЕЖНОСТІ ЖІНКИ В СТОСУНКАХ *Лахай Н.І.*	61
ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ У ПРОЦЕСІ АДАПТАЦІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ *Лебедєва А. О.*	62
ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ВІЙНИ ЯК ВИКЛИК СУЧАСНОСТІ ТА РЕСУРСИ ВІДНОВЛЕННЯ *Лебедєва А. О., Забєліна О. С., Заїка Є. В.*	63
ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ І ПІДЛІТКІВ У КРИЗОВИХ УМОВАХ ТА ФАКТОРИ РИЗИКУ І ЗАХИСТУ *Лебедєва А. О., Заїка Є. В.*	64
ПСИХОЛОГІЧНА ГНУЧКІСТЬ ЯК КЛЮЧОВИЙ ЧИННИК ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я *Лебедєва А. О., Заїка Є. В., Глущенко Т. В.*	65
ТРИВОЖНІ ТА ДЕПРЕСИВНІ РОЗЛАДИ В КОНТЕКСТІ ІНТЕГРАЦІЇ ДОКАЗОВИХ МЕТОДІВ ПСИХОТЕРАПІЇ *Лебедєва А. О., Соколова І. М., Заїка Є. В.*	67
РОЛЬ СІМ'Ї У ФОРМУВАННІ ТА ПІДТРИМЦІ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ *Лебедєва А. О., Лейман В. О.*	69

роль відіграє соціальна підтримка, яка сприяє підвищенню психологічної стійкості та покращенню якості життя.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці ефективних моделей психосоціальної допомоги внутрішньо переміщеним особам, адаптованих до умов сучасних криз, а також у вивченні довготривалих наслідків вимушеного переміщення для психічного здоров'я.

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ВІЙНИ ЯК ВИКЛИК СУЧАСНОСТІ ТА РЕСУРСИ ВІДНОВЛЕННЯ

Лебедєва А. О., Забєліна О. С., Заїка Є. В.

Харківський національний медичний університет, м. Харків, Україна

Сучасні соціально-політичні реалії, зокрема тривалі воєнні дії на території України, зумовлюють суттєве зростання рівня психологічного навантаження на населення та актуалізують проблему збереження і відновлення психічного здоров'я як одного з ключових ресурсів життєдіяльності особистості. Війна виступає потужним стресогенним чинником, що порушує базове відчуття безпеки, стабільності та передбачуваності світу, провокуючи розвиток широкого спектра психічних розладів, зокрема тривожних, депресивних, посттравматичних і психосоматичних станів. Як зазначає Дж. Герман (Дж. Герман, 1992), травматичний досвід, пов'язаний із насильством та загрозою життю, має глибокі та довготривалі наслідки для психіки, що проявляються у порушенні регуляції емоцій, ідентичності та міжособистісних зв'язків.

У контексті українського суспільства особливої значущості набуває проблема психічного здоров'я військовослужбовців, ветеранів, внутрішньо переміщених осіб, а також цивільного населення, яке перебуває під постійним впливом інформаційного та емоційного стресу. Дослідження свідчать, що тривалий вплив травматичних подій спричиняє не лише індивідуальні психологічні труднощі, але й має системний вплив на функціонування сім'ї, громади та суспільства загалом (О. М. Кокун, 2017). У зв'язку з цим особливої актуальності набуває пошук ефективних ресурсів відновлення психічного здоров'я, що передбачають інтеграцію клінічних, психологічних і соціальних підходів.

Психічне здоров'я в умовах війни слід розглядати як динамічну систему, що перебуває під впливом як зовнішніх стресорів, так і внутрішніх ресурсів особистості. Військові дії спричиняють хронічний стрес, який, за даними Б. ван дер Колк (Б. ван дер Колк, 2014), змінює функціонування нервової системи, впливаючи на механізми пам'яті, уваги, емоційної регуляції та тілесного сприйняття. Це зумовлює необхідність комплексного підходу до розуміння травми як явища, що охоплює не лише психічний, але й соматичний рівень.

Важливим аспектом є те, що реакції на травму не є однорідними. Частина осіб демонструє розвиток посттравматичних симптомів, тоді як інші зберігають або навіть посилюють свою адаптивність. Це явище пояснюється концепцією резилієнтності, яку розглядає Е. Мастен (Е. Мастен, 2001) як «звичайну магію» здатності людини до відновлення за рахунок внутрішніх і зовнішніх ресурсів. До таких ресурсів належать соціальна підтримка, наявність значущих стосунків, здатність до осмислення досвіду, а також сформовані навички саморегуляції.

Окрему увагу слід приділити ролі психологічної гнучкості як ключового чинника адаптації в умовах невизначеності. В межах підходу, запропонованого С. Хейс (С. Хейс, 2006), психологічна гнучкість визначається як здатність людини залишатися в контакті з поточним досвідом і водночас діяти відповідно до власних цінностей, навіть за наявності складних емоцій. У контексті війни це дозволяє особистості не уникати травматичних переживань, а інтегрувати їх у власний досвід, зберігаючи здатність до цілеспрямованої діяльності.

Суттєвим напрямом відновлення психічного здоров'я є використання травмофокусованих психотерапевтичних підходів. Зокрема, когнітивно-поведінкова терапія,

десенсибілізація і репроцесінг рухами очей, тілесно-орієнтована терапія та арттерапія демонструють високу ефективність у роботі з наслідками травми. Як зазначає Е. Фоа (Е. Фоа, 2009), систематична робота з травматичними спогадами у безпечному терапевтичному середовищі сприяє зниженню інтенсивності посттравматичних симптомів і відновленню функціонування особистості.

Водночас важливим є не лише індивідуальний, але й соціальний вимір відновлення. Психосоціальна підтримка, розвиток громадських ініціатив, створення ветеранських просторів, груп взаємодопомоги та програм реінтеграції відіграють ключову роль у процесі адаптації. Відповідно до сучасних підходів до громадського психічного здоров'я, ефективна допомога повинна поєднувати клінічні інтервенції з соціальними програмами, спрямованими на відновлення зв'язків і ресурсів громади (І. В. Лєщина, 2022).

Таким чином, психічне здоров'я в умовах війни є складним багатовимірним феноменом, що потребує інтеграції знань із клінічної психології, психотерапії, соціальної роботи та громадського здоров'я. Важливим є формування системи допомоги, яка враховує як індивідуальні особливості особистості, так і соціальний контекст її функціонування.

Підсумуємо, психічне здоров'я в умовах війни постає як один із ключових викликів сучасності, що має як індивідуальний, так і суспільний вимір. Війна створює потужне навантаження на психіку людини, спричиняючи розвиток різноманітних психоемоційних порушень, однак водночас актуалізує внутрішні ресурси особистості та потенціал до відновлення.

Доведено, що ефективне подолання наслідків травматичного досвіду можливе за умови використання комплексного підходу, який поєднує психотерапевтичні методи, розвиток психологічної гнучкості, зміцнення резилієнтності та активізацію соціальної підтримки. Важливу роль у цьому процесі відіграють як індивідуальні ресурси особистості, так і системні заходи на рівні громади та держави.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці та впровадженні ефективних моделей психосоціальної допомоги, адаптованих до умов воєнного часу, а також у вивченні механізмів довготривалої адаптації та посттравматичного зростання особистості.

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ І ПІДЛІТКІВ У КРИЗОВИХ УМОВАХ ТА ФАКТОРИ РИЗИКУ І ЗАХИСТУ

Лебедєва А. О., Заїка Є. В.

Харківський національний медичний університет, м. Харків, Україна

Сучасні кризові умови, зокрема воєнні дії, соціально-економічна нестабільність, вимушене переміщення та руйнування звичного життєвого середовища, істотно впливають на психічне здоров'я дітей і підлітків як однієї з найбільш уразливих категорій населення. Дитячий та підлітковий вік характеризується інтенсивним психоемоційним розвитком, формуванням особистісної ідентичності та базових моделей взаємодії зі світом, що робить цей період особливо чутливим до впливу стресогенних чинників. Як зазначає А. Фройд (А. Фройд, 1965), травматичні події в дитинстві можуть мати тривалий вплив на емоційний розвиток і поведінку, формуючи дезадаптивні способи реагування.

В умовах війни значна кількість дітей стикається з досвідом втрати, страху, небезпеки, порушенням освітнього процесу та соціальних зв'язків. Це зумовлює підвищення ризику розвитку тривожних і депресивних станів, посттравматичних реакцій, поведінкових порушень і труднощів у навчанні. Як підкреслює Б. Перрі (Б. Перрі, 2006), хронічний стрес у дитячому віці впливає на розвиток мозку, зокрема систем, відповідальних за регуляцію емоцій і поведінки. У зв'язку з цим особливої актуальності набуває вивчення факторів ризику та захисту, що визначають характер адаптації дітей і підлітків у кризових умовах.

Психічне здоров'я дітей і підлітків у кризових умовах формується під впливом складної взаємодії біологічних, психологічних і соціальних чинників. До факторів ризику належать безпосередній досвід травматичних подій, втрата близьких, розлука з родиною,