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

МЕТОД ІНТЕГРАТИВНОЇ РЕКОНСТРУКЦІЇ ЦІЛІСНОСТІ ОСОБИСТОСТІ У РОБОТІ З ПОСТТРАВМАТИЧНИМ СТРЕСОВИМ РОЗЛАДОМ *Варава М.О*	28
ПСИХОЛОГІЧНІ БАР'ЄРИ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ МОЛОДІ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНОЇ НЕСТАБІЛЬНОСТІ *Великодна А.О.*	29
ІНТЕГРАТИВНА ТЕХНІКА «ПЕРЕБУДОВА УСТАНОВОК» ЯК ІННОВАЦІЙНИЙ ПІДХІД У ПСИХОЛОГІЧНІЙ ПРАКТИЦІ *Велішаєва (Козачкова) Ю.В.*	30
ОСОБЛИВОСТІ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ТА СТРЕСОСТІЙКОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ *Гіль І. В.*	31
ОСОБЛИВОСТІ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ІЗ СИМПТОМАМИ СТРЕСОВИХ РОЗЛАДІВ *Горошкіна Е.О.*	33
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СПІВВІДНОШЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА СТРЕСОСТІЙКОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ *Гудзь Л. П.*	34
ОСОБЛИВОСТІ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ТА ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ СТУДЕНТІВ СОЦІОНОМІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ *Додух С. О.*	35
ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ДІТЕЙ І ПІДЛІТКІВ, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ ТРАВМАТИЧНІ ПОДІЇ: ОНТОГЕНЕТИЧНИЙ ПІДХІД *Древіцька О.О., Буцька Л.В.*	37
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ У ЧЛЕНІВ СІМЕЙ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ *Дроботя І. В.*	38
РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ В ОСВІТІ: ЯК СТУДЕНТАМ ТА ВИКЛАДАЧАМ ЗБЕРЕГТИ МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я В ЕПОХУ ТУРБУЛЕНТНОСТІ *Єгоркіна Д.М.*	40
ФОРМУВАННЯ МОРАЛЬНОЇ КУЛЬТУРИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ДОПОМАГАЮЧИХ ПРОФЕСІЙ *Єріна В. В.*	41
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ВТРАТИ БЛИЗЬКОЇ ЛЮДИНИ В УМОВАХ ВІЙНИ *Ждан Т. А.*	43
ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ТА СПЕЦИФІКА ПЕРЕЖИВАНЬ І ДОПОМОГИ *Забєліна О. С., Лебедєва А. О.*	44
ЦИФРОВЕ СЕРЕДОВИЩЕ І ЙОГО ВПЛИВ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я РИЗИКИ ЗАЛЕЖНОСТІ ТА МОЖЛИВОСТІ ДОПОМОГИ *Забєліна О. С., Заїка Є. В., Лейман В. О.*	45
ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ХРОНІЧНОГО СТРЕСУ *Забєліна О. С., Мартинова Є.Ю.*	46
МОТИВАЦІЙНА СКЛАДОВА КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ *Заєць В. С.*	47
ПСИХОСОМАТИЧНІ РОЗЛАДИ ЯК ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ПСИХІЧНОГО І ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я *Заїка Є. В., Лебедєва А. О., Лейман В. О.*	49

ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ТА СПЕЦИФІКА ПЕРЕЖИВАНЬ І ДОПОМОГИ

Забєліна О. С., Лебедєва А. О.

Харківський національний медичний університет,м. Харків, Україна

Проблема психічного здоров'я в сучасному суспільстві набуває особливої значущості у зв'язку з необхідністю врахування гендерних особливостей у формуванні, перебігу та подоланні психічних розладів. Гендер як соціально-психологічна категорія визначає не лише ролі та очікування щодо поведінки, але й впливає на способи переживання емоцій, реагування на стрес і звернення по допомогу. У контексті сучасних соціальних трансформацій, зокрема кризових ситуацій і воєнних подій, гендерні відмінності у психічному здоров'ї стають ще більш вираженими.

Як зазначає Дж. Батлер (Дж. Батлер, 1990), гендер є соціально сконструйованим явищем, що формується у процесі взаємодії індивіда з культурними нормами і очікуваннями. Це означає, що психічне здоров'я не можна розглядати поза контекстом гендерних ролей і соціальних установок. Водночас дослідження свідчать про існування відмінностей у поширеності психічних розладів серед чоловіків і жінок, а також у формах їх прояву та способах подолання (Н. В. Чепелєва, 2013).

У зв'язку з цим актуальним є дослідження гендерних особливостей психічного здоров'я, що дозволяє підвищити ефективність психологічної допомоги та забезпечити її відповідність індивідуальним потребам особистості.

Гендерні особливості психічного здоров'я проявляються у відмінностях у сприйнятті, переживанні та вираженні емоцій, а також у стратегіях подолання стресу. Зокрема, жінки частіше демонструють емоційно орієнтовані стратегії реагування, схильність до рефлексії та румінацій, що може підвищувати ризик розвитку тривожних і депресивних розладів. Чоловіки, у свою чергу, частіше використовують поведінкові стратегії уникнення, що може проявлятися у вигляді агресії, адиктивної поведінки або соматизації. Як підкреслює Р. Левант (Р. Левант, 1996), традиційні уявлення про маскулінність можуть обмежувати емоційне самовираження чоловіків і перешкоджати зверненню по психологічну допомогу.

Важливим аспектом є також відмінності у поширеності психічних розладів. За даними досліджень, жінки частіше страждають від тривожних і депресивних розладів, тоді як серед чоловіків вищим є рівень суїцидальної смертності та зловживання психоактивними речовинами. Це зумовлено як біологічними, так і соціокультурними чинниками, зокрема гендерними стереотипами та очікуваннями щодо поведінки.

У контексті переживання травматичних подій гендерні відмінності також мають суттєве значення. Жінки частіше повідомляють про симптоми посттравматичного стресу, тоді як чоловіки можуть проявляти їх у менш очевидних формах, зокрема через поведінкові зміни або соматичні скарги. Як зазначає Е. Фоа (Е. Фоа, 2009), гендер впливає на характер травматичних переживань і стратегії їх подолання, що необхідно враховувати у процесі психотерапії.

Специфіка психологічної допомоги з урахуванням гендерних особливостей полягає у необхідності індивідуалізації підходів до клієнта. Для жінок важливим є створення безпечного простору для вираження емоцій, робота з самооцінкою, тілесністю та міжособистісними відносинами. Для чоловіків актуальним є поступове розширення емоційної обізнаності, формування навичок конструктивного вираження почуттів і подолання стигматизації звернення по допомогу.

Сучасні підходи до психотерапії передбачають інтеграцію гендерно чутливих методів, які враховують соціокультурний контекст життя клієнта. Це включає використання когнітивно-поведінкових, психодинамічних, сімейних та гуманістичних підходів із урахуванням гендерних особливостей. Важливим є також розвиток програм психоосвіти, спрямованих на подолання гендерних стереотипів і формування культури турботи про психічне здоров'я.

Отже, психічне здоров'я має виражений гендерний вимір, що проявляється у відмінностях у переживанні, вираженні емоцій і способах подолання стресу. Встановлено, що гендерні ролі та соціальні очікування суттєво впливають на формування психічних розладів і звернення по психологічну допомогу.

Ефективна психологічна допомога передбачає врахування гендерних особливостей, індивідуалізацію підходів та створення умов для безпечного самовираження клієнта. Важливим є подолання стигматизації психічних розладів і формування гендерно чутливого підходу у практиці психологічної допомоги.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні впливу гендерних факторів на психічне здоров'я в різних соціальних контекстах, а також у розробці ефективних програм психотерапевтичної допомоги з урахуванням гендерної специфіки.

ЦИФРОВЕ СЕРЕДОВИЩЕ І ЙОГО ВПЛИВ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я РИЗИКИ ЗАЛЕЖНОСТІ ТА МОЖЛИВОСТІ ДОПОМОГИ

Забєліна О. С., Заїка Є. В., Лейман В. О.

Харківський національний медичний університет, м. Харків, Україна

У сучасному світі цифрові технології стали невід'ємною частиною повсякденного життя, істотно трансформуючи способи комунікації, навчання, роботи та дозвілля. Водночас інтенсивне використання цифрового середовища супроводжується як новими можливостями для розвитку особистості, так і значними ризиками для психічного здоров'я. Особливо вразливими до негативного впливу цифрових технологій є діти, підлітки та молодь, для яких онлайн-простір часто виступає основним середовищем соціалізації.

Як зазначає Жан Твенге (Дж. Твенге, 2017), зростання часу, проведеного в цифровому середовищі, корелює з підвищенням рівня тривожності, депресивних проявів і почуття соціальної ізоляції. У свою чергу, М. Гріффітс (М. Гріффітс, 2005) підкреслює, що надмірне використання інтернету та цифрових платформ може призводити до формування поведінкових залежностей, які мають спільні механізми з хімічними адикціями. У зв'язку з цим актуальним є дослідження як ризиків цифрового середовища, так і можливостей його використання для підтримки психічного здоров'я.

Цифрове середовище впливає на психічне здоров'я через низку психологічних механізмів, серед яких особливе значення мають соціальне порівняння, інформаційне перевантаження, порушення режиму сну та формування залежної поведінки. Соціальні мережі створюють умови для постійного порівняння себе з іншими, що може негативно впливати на самооцінку та сприяти розвитку тривожних і депресивних станів. Як зазначає Л. Фестінгер (Л. Фестінгер, 1954), схильність до соціального порівняння є базовим психологічним механізмом, який у цифровому середовищі значно посилюється.

Одним із ключових ризиків є формування інтернет-залежності та залежності від соціальних мереж, онлайн-ігор або цифрового контенту. Такі форми поведінки характеризуються втратою контролю над часом використання, зниженням інтересу до реального життя та негативними наслідками для навчання, роботи і міжособистісних відносин. Як підкреслює К. Янг (К. Янг, 1998), інтернет-залежність проявляється через нав'язливу потребу перебування онлайн та труднощі у припиненні використання цифрових ресурсів.

Крім того, цифрове середовище може сприяти розвитку кібербулінгу, що є серйозним фактором ризику для психічного здоров'я, особливо серед підлітків. Постійна доступність онлайн-комунікації робить негативний вплив більш інтенсивним і тривалим, що може призводити до розвитку тривожності, депресії та навіть суїцидальних тенденцій.

Водночас цифрове середовище має значний потенціал як ресурс підтримки психічного здоров'я. Воно відкриває доступ до психологічної допомоги, інформаційних ресурсів, онлайн-консультування та психотерапії. Як зазначає Дж. Абрамовіц (Дж. Абрамовіц, 2013),