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

використання цифрових платформ може підвищувати доступність психотерапевтичної допомоги та сприяти зниженню бар'єрів звернення до фахівця.

Сучасні підходи до використання цифрових технологій у сфері психічного здоров'я включають мобільні додатки для саморегуляції, онлайн-програми когнітивно-поведінкової терапії, платформи дистанційного консультування та психоосвітні ресурси. Важливим напрямом є також використання цифрових технологій для моніторингу психічного стану та раннього виявлення ризиків.

З метою профілактики негативного впливу цифрового середовища необхідним є формування цифрової грамотності та розвитку навичок саморегуляції. Це включає встановлення обмежень часу використання гаджетів, усвідомлене ставлення до контенту, розвиток критичного мислення та підтримання балансу між онлайн і офлайн активністю. Значущою є також роль сім'ї та освітнього середовища у формуванні здорових цифрових звичок.

Отже, вплив цифрового середовища на психічне здоров'я є багатовимірним і суперечливим. З одного боку, надмірне використання цифрових технологій пов'язане з ризиком розвитку залежностей, порушенням емоційного стану та міжособистісних відносин. З іншого боку, цифрові ресурси відкривають нові можливості для доступу до психологічної допомоги, психоосвіти та саморегуляції.

Ефективна профілактика негативних наслідків цифрового середовища передбачає розвиток цифрової культури, формування навичок усвідомленого використання технологій та інтеграцію цифрових інструментів у систему психологічної допомоги.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні довготривалого впливу цифрових технологій на психічне здоров'я, а також у розробці інноваційних цифрових інтервенцій, спрямованих на підтримку психологічного благополуччя в умовах цифрової трансформації суспільства.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ХРОНІЧНОГО СТРЕСУ

Забєліна О. С., Мартинова Є.Ю.

Харківський національний медичний університет, м. Харків, Україна

У сучасних умовах суспільних трансформацій та впливу тривалих стресогенних факторів проблема збереження психічного здоров'я набуває особливої актуальності. Хронічний стрес, зумовлений соціально-економічною нестабільністю, воєнними подіями та інформаційним перевантаженням, негативно впливає на емоційний стан особистості, знижує її адаптаційні можливості та підвищує ризик розвитку психоемоційних порушень.

Психологічна адаптація є складним багаторівневим процесом, що включає когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти. Вона передбачає здатність особистості ефективно реагувати на зміни умов середовища, зберігаючи внутрішню рівновагу та продуктивність діяльності. У ситуації хронічного стресу особливого значення набувають внутрішні ресурси особистості, зокрема рівень стресостійкості, сформованість навичок емоційної регуляції, а також наявність соціальної підтримки.

Важливим чинником успішної адаптації є використання конструктивних копінг-стратегій. До них належать проблемно-орієнтоване подолання труднощів, активний пошук соціальної підтримки, а також позитивна когнітивна переоцінка ситуації. Натомість уникнення проблем, заперечення та емоційна ізоляція можуть сприяти розвитку дезадаптації, підвищенню рівня тривожності та формуванню депресивних станів (Lazarus, 1991).

Суттєву роль у підтримці психічного здоров'я відіграє розвиток навичок саморегуляції. До них належать усвідомлення власних емоцій, здатність до їх контролю, а також застосування ефективних методів зниження психоемоційного напруження. Серед найбільш поширених технік виділяють дихальні вправи, методи м'язової релаксації та практики усвідомленості, які сприяють стабілізації емоційного стану.

Особливої уваги потребує організація психологічної допомоги населенню в умовах тривалих криз. Ефективними є психоедукаційні заходи, спрямовані на підвищення обізнаності щодо механізмів стресу та способів його подолання, а також формування навичок психологічної стійкості. Впровадження таких підходів у практику діяльності освітніх і медичних установ сприяє профілактиці психоемоційних порушень.

Отже, психологічна адаптація в умовах хронічного стресу є важливим чинником збереження психічного здоров'я особистості. Її ефективність визначається поєднанням індивідуальних ресурсів та зовнішньої підтримки, що зумовлює необхідність комплексного підходу до організації психологічної допомоги.

МОТИВАЦІЙНА СКЛАДОВА КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ

Заєць В. С.

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка, м. Полтава, Україна

У сучасних умовах професійна підготовка майбутніх педагогів орієнтується не лише на засвоєння фахових знань, а й на розвиток здатності до ефективної педагогічної взаємодії. Робота вчителя передбачає постійне спілкування з учнями, батьками, колегами, адміністрацією закладу освіти, тому рівень сформованості комунікативної компетентності безпосередньо впливає на якість професійної діяльності. Саме через спілкування педагог реалізує навчальну, виховну й організаційну функції, створює психологічний клімат у класі та вибудовує педагогічний контакт. Через це комунікативна компетентність майбутнього педагога доцільно розглядати як важливу складову його професійного становлення.

Водночас сама наявність комунікативних умінь ще не забезпечує їх повноцінної реалізації у професійній діяльності. Не менш важливою є мотиваційна складова, оскільки саме вона визначає спрямованість особистості на взаємодію, зацікавленість у педагогічному спілкуванні, готовність до вдосконалення власних комунікативних умінь і здатність усвідомлювати цінність професійної комунікації. Мотиваційно-ціннісне ставлення до спілкування впливає на те, наскільки майбутній педагог прагне встановлювати продуктивні міжособистісні відносини, долати труднощі комунікації та будувати взаємодію на основі поваги й співробітництва.

У процесі фахової підготовки мотиваційна складова комунікативної компетентності набуває особливого значення, оскільки саме в цей період формується ставлення студента до майбутньої професійної ролі, до педагогічного спілкування та до власного професійного розвитку. Якщо комунікативна діяльність не набуває для майбутнього педагога особистісної значущості, розвиток відповідних умінь залишається формальним і не переходить у стійку професійну готовність. Це зумовлює потребу в теоретичному розгляді мотиваційної складової комунікативної компетентності майбутніх педагогів як внутрішньої основи їхньої професійної взаємодії та професійного становлення.

Комунікативна компетентність майбутнього педагога охоплює сукупність знань, умінь, навичок і особистісних характеристик, що забезпечують ефективну взаємодію в професійному середовищі. Вона проявляється у здатності встановлювати контакт, адекватно сприймати співрозмовника, добирати доцільні способи спілкування відповідно до педагогічної ситуації та підтримувати продуктивну міжособистісну взаємодію. У структурі цієї компетентності поряд із когнітивним і поведінковим компонентами важливе місце посідає мотиваційна складова, оскільки саме вона визначає внутрішню спрямованість особистості на спілкування, готовність до професійної взаємодії та прагнення вдосконалювати власну комунікативну культуру. У дослідженнях, присвячених підготовці майбутніх учителів, наголошується, що формування комунікативної компетентності неможливе без особистісного прийняття цінності педагогічного спілкування.