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

«синдрому втрачених можливостей», коли людина відчуває потребу постійно бути «в процесі», аби не пропустити умовний успіх.

Ефективна профілактика цих станів має базуватися на формуванні навичок цифрової гігієни та переході від суворої самокритики до стратегій самопідтримки. Критично важливим є нормалізація індивідуального темпу життя та усвідомлення, що успіх не має уніфікованих часових рамок.

Отже, подолання токсичної продуктивності - це не боротьба з власною працездатністю, а процес створення гармонійних стосунків між внутрішніми потребами та зовнішніми вимогами. Психологічна просвіта молоді щодо важливості балансу між працею та відпочинком є необхідною передумовою для збереження ментального здоров'я та формування здорового, стійкого суспільства.

ПРОФІЛАКТИКА ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ФАХІВЦІВ ДОПОМАГАЮЧИХ ПРОФЕСІЙ

Коростій В. І., Лебедєва А. О., Забєліна О. С.

Харківський національний медичний університет, м. Харків, Україна

У сучасних умовах підвищеного психоемоційного навантаження, зумовленого соціальними кризами, зокрема воєнними подіями, проблема емоційного вигорання фахівців допомагаючих професій набуває особливої актуальності. До цієї категорії належать психологи, соціальні працівники, медичні працівники, педагоги та інші спеціалісти, діяльність яких пов'язана з постійною взаємодією з людьми, що перебувають у складних життєвих обставинах. Тривалий вплив стресу, емоційне залучення у проблеми клієнтів та високий рівень відповідальності сприяють розвитку емоційного виснаження, деперсоналізації та зниження професійної ефективності.

Як зазначає К. Маслач (К. Маслач, 1982), синдром емоційного вигорання є результатом хронічного професійного стресу, що проявляється у втраті емоційних ресурсів, формуванні цинічного ставлення до клієнтів і зниженні відчуття професійної компетентності. У умовах роботи з травмованими категоріями населення, зокрема ветеранами, внутрішньо переміщеними особами та постраждалими від війни, ризик розвитку вигорання значно зростає, що зумовлює необхідність розробки ефективних профілактичних стратегій.

Емоційне вигорання розглядається як складний багатовимірний феномен, що формується під впливом як індивідуальних, так і організаційних чинників. До основних факторів ризику належать надмірне професійне навантаження, недостатня підтримка з боку керівництва, відсутність ресурсів для відновлення, а також низький рівень психологічної саморегуляції. Як підкреслює Г. Фрейденбергер (Г. Фрейденбергер, 1974), вигорання розвивається поступово і часто залишається непоміченим на ранніх етапах, що ускладнює його своєчасну профілактику.

Сучасні підходи до профілактики емоційного вигорання базуються на принципах системності та комплексності. Вони передбачають поєднання індивідуальних стратегій саморегуляції та організаційних заходів, спрямованих на оптимізацію умов праці. На індивідуальному рівні важливим є розвиток навичок усвідомлення власного емоційного стану, управління стресом, встановлення професійних меж і підтримання балансу між роботою та особистим життям. Як зазначає Р. Лазарус (Р. Лазарус, 1984), ефективне подолання стресу залежить від когнітивної оцінки ситуації та наявності адаптивних копінг-стратегій.

Значущим напрямом профілактики є розвиток психологічної гнучкості, яка дозволяє фахівцям зберігати ефективність у складних професійних умовах. У межах сучасних психотерапевтичних підходів, зокрема терапії прийняття та відповідальності, психологічна гнучкість розглядається як здатність приймати власні емоційні переживання без уникнення та водночас діяти відповідно до професійних і особистісних цінностей (С. Хейс, 2006). Це

сприяє зниженню рівня емоційного виснаження та підвищенню задоволеності професійною діяльністю.

Окрему увагу слід приділити феномену вторинного травматичного стресу, який виникає внаслідок емпатійного залучення у переживання клієнтів. Як зазначає Ч. Фіглі (Ч. Фіглі, 1995), тривала робота з травматичними історіями може призводити до формування симптомів, подібних до посттравматичного стресового розладу. У зв'язку з цим важливим є впровадження регулярної супервізії, інтервізії та професійної підтримки, що дозволяють фахівцям обговорювати складні випадки та знижувати рівень емоційного напруження.

На організаційному рівні профілактика вигорання передбачає створення сприятливого робочого середовища, що включає чіткий розподіл обов'язків, адекватне навантаження, можливості для професійного розвитку та підтримку з боку колективу. Важливим є формування культури турботи про психічне здоров'я фахівців, що сприяє зниженню стигматизації звернення по допомогу та підвищенню ефективності професійної діяльності (Л. Г. Дика, 2010).

Отже, емоційне вигорання є поширеною проблемою серед фахівців допомагаючих професій, що виникає внаслідок тривалого впливу професійного стресу та високого рівня емоційного навантаження. Встановлено, що ефективна профілактика цього явища можлива лише за умови комплексного підходу, який поєднує розвиток індивідуальних навичок саморегуляції з удосконаленням організаційних умов праці.

Важливими складовими профілактики є формування психологічної гнучкості, використання адаптивних копінг-стратегій, регулярна професійна підтримка, а також створення сприятливого соціально-психологічного клімату в колективі. Особливу роль відіграє усвідомлення фахівцями власних ресурсів і обмежень, що дозволяє запобігти виснаженню та зберегти професійну ефективність.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці інноваційних програм профілактики емоційного вигорання, адаптованих до умов сучасних криз, а також у вивченні ефективності різних психотерапевтичних і організаційних підходів у підтримці психічного здоров'я фахівців.

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ДІТЕЙ З РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРА В УМОВАХ ІНКЛЮЗИВНОГО СЕРЕДОВИЩА

Коханевич М. В.

Харківський національний медичний університет, м. Харків, Україна

Інклюзивна освіта є одним із пріоритетних напрямів розвитку сучасного українського суспільства, оскільки спрямована на забезпечення рівних можливостей для дітей з особливими освітніми потребами (Колупаєва, 2018). Особливе місце в системі інклюзії посідають діти з розладами аутистичного спектра (РАС), для яких характерні стійкі труднощі соціальної комунікації та взаємодії, а також обмежені й повторювані патерни поведінки та інтересів (World Health Organization, 2019; American Psychiatric Association, 2013).

Прояви РАС є індивідуально варіативними, тому зміст психологічного супроводу має визначатися з урахуванням потреб і ресурсів конкретної дитини. Психологічний супровід дітей з РАС доцільно розглядати як системний і безперервний процес професійної діяльності психолога, спрямований на створення умов для психічного розвитку, адаптації та соціалізації дитини (Колупаєва, 2018; Синьов, Шеремет, 2016). Він охоплює діагностичний, профілактичний, корекційно-розвивальний, консультативний і просвітницький напрями роботи. Його метою є підтримка навчальної діяльності, повноцінної участі дитини в освітньому середовищі та психологічного благополуччя, а також зниження рівня тривожності, труднощів адаптації та соціальної взаємодії (Колупаєва, 2018; Odom et al., 2010).

Одним із ключових компонентів супроводу є урахування особливостей психічного розвитку дітей з РАС. Для них можуть бути характерними труднощі формування спільної