

**Міністерство освіти і науки України
Херсонський державний університет**

МАГІСТЕРСЬКІ СТУДІЇ

Випуск XXV

Альманах

**Херсон – Івано-Франківськ
2025**

УДК 378.4
ББК 74.580.4

Рекомендовано до друку вченою радою ХДУ (протокол від 24.11.2025 р. № 7)

Магістерські студії. Альманах. Вип. 25. 2025. – Херсон – Івано-Франківськ. ХДУ, 2025 – 734 с.

ISBN 978-617-8670-23-8

Редакційна колегія:

- Мальчикова Д.С. – докторка географічних наук, професорка, голова редакційної колегії;
- Корнішева Т.Л. – кандидатка мистецтвознавства, відповідальна секретарка редакційної колегії.

Члени редакційної колегії:

- Коваль А.О. – директорка Наукової бібліотеки ХДУ;
- Черкашина Т.О. – кандидатка соціологічних наук (науковий напрям: суспільний);
- Васильєва Н.О. – кандидатка біологічних наук, доцентка (науковий напрям: біомедичний);
- Голяка С.К. – кандидат біологічних наук, доцент (науковий напрям: суспільний);
- Савченко О.Г. – доктор фізико-математичних наук, професор (науковий напрям: природничо-математичний);
- Мандич Т.М. – докторка філософії зі спеціальності 035 Філологія (науковий напрям: гуманітарно-мистецький);
- Чмут А.В. – кандидатка економічних наук, доцентка (науковий напрям: суспільний);
- Базилевич Н.В. – кандидатка філологічних наук, доцентка (науковий напрям: гуманітарно-мистецький);
- Бальоха А.С. – докторка філософії зі спеціальності 015 Професійна освіта (науковий напрям: суспільний);
- Швець Т.М. – кандидатка педагогічних наук, доцентка (науковий напрям: суспільний);
- Шкуропат А.В. – кандидатка біологічних наук, доцентка (науковий напрям: природничо-математичний)

Автори опублікованих праць несуть повну відповідальність за точність наведених фактів, цитат, посилань, економіко-статистичних даних, власних імен та інших відомостей.

УДК 378.4
ББК 74.580.4

© ХДУ, 2025

ISBN 978-617-8670-23-8

Адреса: Херсонський державний університет,
Університетська, 27, (вул. 40 років Жовтня, 27), м. Херсон, Україна, 73003
Шевченка 49а, м. Івано-Франківськ, Україна, 76018

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ

<i>Агафонов Віталій Юрійович</i>	Магістрант факультету психології, історії та соціології
<i>Агафонова Ганна Вікторівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Арашкієва Катерина Андріївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Бабенко Віталій Олександрович</i>	Магістрант факультету психології, історії та соціології
<i>Бабій Наталія Анатоліївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Байрачний Дмитро Едуардович</i>	Магістрант фізичного виховання та спорту
<i>Бакал Євгенія Володимирівна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Балабай Ганна Валентинівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Бандалет Ольга Олександрівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Барабаш Леся Віталіївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Бас Андрій Ігорович</i>	Магістрант фізичного виховання та спорту
<i>Басанчук Карина Андріївна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Баханова Аліна Сергіївна</i>	Магістрантка факультету біології, географії та екології
<i>Берюк Владислав Андрійович</i>	Магістрант факультету психології, історії та соціології
<i>Богдан Володимир Юрійович</i>	Магістрант факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Бойко Ольга Петрівна</i>	Магістрантка фізичного виховання та спорту
<i>Бойчук Сергій Володимирович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики

<i>Болсун Андрій Миколайович</i>	бізнесу і права
<i>Болюк Георгій Юрійович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Бондар Олег Юрійович</i>	Магістрант факультету біології, географії та екології
<i>Борсук Анна Валеріївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Борсук Наталя Дмитрівна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Брагін Роман Романович</i>	Магістрант факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Брїлінська Надія Вікторівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Ванюшкіна Яна Сергіївна</i>	Магістрантка фізичного виховання та спорту
<i>Ванюшкіна Яна Сергіївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Ващишина Олена Анатоліївна</i>	Магістрантка педагогічного факультету
<i>Винокур Людмила Володимирівна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Вітрук Олена Миколаївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Войнов Владислав Сергійович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Войташенко Владислав Петрович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Волковічер Ганна Яківна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Волкодав Олена Вікторівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Волошин Сергій Володимирович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Воробець Анастасія Володимирівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології

<i>Воробйов Сергій Олександрович</i>	Магістрант факультету бізнесу і права
<i>Воробйов Сергій Олександрович</i>	Магістрант факультету психології, історії та соціології
<i>Гаврилюк Тетяна Сергіївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Георгейко Валентина Віталіївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Герасименко Олена Валеріївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Гербенська Олена Вадимівна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Герко Світлана Андріївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Голінський Микола Олександрович</i>	Магістрант факультету психології, історії та соціології
<i>Гоман Юлія Павлівна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Гончарук Сергій Володимирович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Гук Василь Михайлович</i>	Магістрант факультету психології, історії та соціології
<i>Гуцало Сергій Григорович</i>	Магістрант факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Данилюк Влада Ігорівна</i>	Магістрантка педагогічного факультету
<i>Демчук Олександр Олександрович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Денисюк Катерина Володимирівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Дергачева Тетяна Анатоліївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Деркаченко Віра Олегівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Дешко Марина Олександрівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології

<i>Дйба Анжела Миколаївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Дойбан Марія Анатоліївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Домарацька Тамара Борисівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Доронкіна Марія Сергіївна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Дорохов Сергій Валерійович</i>	Магістрант факультету психології, історії та соціології
<i>Дудченко Костянтин Костянтинович</i>	Магістрант фізичного виховання та спорту
<i>Дьяченко Катерина Олександрівна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Дяценко Вікторія Анатоліївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Єгунова Ірина Вікторівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Єлубаєва Анна Андріївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Жигун Ольга Володимирівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Жукова Ольга Григорівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Зіміна Ольга Василівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Зобровська Марія Олександрівна</i>	Магістрантка факультету біології, географії та екології
<i>Зубрійчук Ангеліна Сергіївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Іванов Дмитро Олександрович</i>	Магістрант факультету біології, географії та екології
<i>Казаркін Данило Ігорович</i>	Магістрант фізичного виховання та спорту
<i>Калашник Андрій Павлович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики

<i>Капустіна Віолетта Володимирівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Карлюка Софія Олександрівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Квадріціус Надія Сергіївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Киця Анастасія Андріївна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Кіндратів Олег Юрійович</i>	Магістрант фізичного виховання та спорту
<i>Кірілков Данило Вячеславович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Кобилецький Олександр Орестович</i>	Магістрант факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Ковальова Надія Сергіївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Ковальчук Ганна Петрівна</i>	Магістрантка факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Ковнір Оксана Михайлівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Комаровська-Севост'янова Оксана Володимирівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Константінова Ганна Віталіївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Концемал Жанна Ігорівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Корнага Наталія Тарасівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Короленко Наталія Володимирівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Костенко Вікторія Олександрівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Котовська Людмила Вікторівна</i>	Магістрантка факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Кравчук Ірина Євгеніївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології

<i>Кукіль Тетяна Олегівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Кунець Діана Василівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Курачова Ольга Андріївна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Кучерява Катерина Сергіївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Кушніренко Маргарита Едуардівна</i>	Магістрантка факультету біології, географії та екології
<i>Лаба Олег Сергійович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Левченко Світлана Василівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Лещенко Володимир Васильович</i>	Магістрант факультету психології, історії та соціології
<i>Лимаренко Анастасія Вячеславівна</i>	Магістрантка факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Лобода Юлія Валеріївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Лукинів Мирослав Дмитрович</i>	Магістрант факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Малярчук Ігор Богданович</i>	Магістрант факультету психології, історії та соціології
<i>Маначинська Олександра Юріївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Масалітіна Катерина Петрівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Маслянік Анна Вікторівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Матвєєва Оксана Анатоліївна</i>	Магістрантка факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Мицицей Віталій Богданович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Миргородський Даниїл Євгенович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики

<i>Мішукова Ольга Олександрівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Мовчан Альона Ігорівна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Моргун Данило Олександрович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Нагуліна Інна Вікторівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Неготюк Анастасія Володимирівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Нестерук Роман Романович</i>	Магістрант факультету психології, історії та соціології
<i>Новосадова Юлія Віталіївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Онофришин Анна Іванівна</i>	Магістрантка педагогічного факультету
<i>Орлик Людмили Анатоліївни</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Охотенко Олена Сергіївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Павлик Руслан Вікторович</i>	Магістрант фізичного виховання та спорту
<i>Пантеліаді Євгенія Олексіївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Парафіленко Наталя Олександрівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Пасько Наталя Павлівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Патригура Роман Степанович</i>	Магістрант факультету психології, історії та соціології
<i>Пеняшкіна Олеся Олександрівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Пересунько Ольга Валеріївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Перетяпко-Захаропулу Юлія Дмитрівна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв

<i>Піліпшиш Катерина Миколаївна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Пономаренко Андрій Іванович</i>	Магістрант факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Пономаренко Олена Олександрівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Попкова Оксана Анатоліївна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Попова Катерина Юріївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Проценко Данило Євгенович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Проценко Олена Іванівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Пруднікова Неоніла Олександрівна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Реуцева Олена Михайлівна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Ріпа Олександра Ігорівна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Рокач Володимир Анатолійович</i>	Магістрант фізичного виховання та спорту
<i>Романишин Іван Васильович</i>	Магістрант факультету психології, історії та соціології
<i>Рудницька Єлизавета Віталіївна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Савченко Олександр Васильович</i>	Магістрант факультету біології, географії та екології
<i>Савченко Сергій Олександрович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Савчук Олександр Олексійович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики

<i>Сажнев Сергій Михайлович</i>	Магістрант факультету психології, історії та соціології
<i>Сафонова Ольга В'ячеславівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Саянов Володимир Миронович</i>	Магістрант фізичного виховання та спорту
<i>Сватуха Людмила Вікторівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Сівак Наталія Олексіївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Скороварова Наталя Михайлівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Скороход Олександр Миколайович</i>	Магістрант факультету психології, історії та соціології
<i>Смаль Ростислав Васильович</i>	Магістрант факультету біології, географії та екології
<i>Смик Віталій Миколайович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Смирнова Лілія Володимирівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Сокол Володимир Миколайович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Соценко Юлія Юріївна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Співаковська Євгенія Олександрівна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Способ Марія Миколаївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Ставичний Олександр Володимирович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Степанян Рубен Едуардович</i>	Магістрант фізичного виховання та спорту
<i>Струкало Валентин Володимирович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Суслинець Оксана Михайлівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології

<i>Татаровська Тетяна Сергіївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Тимків Богдан Ігорович</i>	Магістрант факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Ткач Наталія Вячеславівна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Трифонов Максим Миколайович</i>	Магістрант факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Трофімова Анастасія Вікторівна</i>	Магістрантка фізичного виховання та спорту
<i>Троян Анна Юріївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Туранська Оксана Василівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Федишин Мирослава Михайлівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Ференц Діна Василівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Філічкін Денис Володимирович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Фоменко Леонід Сергійович</i>	Магістрант факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Халова Аліна Олександрівна</i>	Магістрантка педагогічного факультету
<i>Харченко Катерина Юріївна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Циганюк Леон Євгенович</i>	Магістрант факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Циганюк Микола Анатолійович</i>	Магістрант факультету бізнесу і права
<i>Чарнецька Марина Григорівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Чермошенцева Наталя Миколаївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології

<i>Чехунін Дмитро Сергійович</i>	Магістрант факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Шведова Анастасія Максимівна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Шершень Олеся Анатоліївна</i>	Магістрантка факультету комп'ютерних наук, фізики та математики
<i>Шишовська Оксана Анатоліївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Шкімбова Вікторія Юріївна</i>	Магістрантка факультету української й іноземної філології, журналістики та мистецтв
<i>Шлома Олександра Сергіївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Шляпаков Юрій Ярославович</i>	Магістрант фізичного виховання та спорту
<i>Яковенко Олена Віталіївна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Яремчук Марія Ярославівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології
<i>Яценко Крістіна Олександрівна</i>	Магістрантка факультету психології, історії та соціології

РОЗДІЛ І

ГУМАНІТАРНІ НАУКИ

**ФАКУЛЬТЕТ УКРАЇНСЬКОЇ Й
ІНОЗЕМНОЇ ФІЛОЛОГІЇ,
ЖУРНАЛІСТИКИ ТА МИСТЕЦТВ**

СТИЛІСТИЧНІ ПРИЙОМИ В МЕДІАТЕКСТАХ «СУСПІЛЬНЕ ХЕРСОН»

У статті проаналізовано стилістичні засоби і прийоми (метафора, контраст, повтор, короткі речення) у новинних медіатекстах регіонального мовника «Суспільне Херсон», зокрема.

Ключові слова: онлайн-видання, медіатекст, стилістичний прийом.

In the article, stylistic devices and techniques (metaphor, contrast, repetition, short sentences) in news media texts of the regional broadcaster Suspilne Kherson are analyzed.

Keywords: online publication, media text, stylistic device.

Медіатексти регіональних редакцій, зокрема «Суспільне Херсон», репрезентують локальний вимір національного інформаційного простору, водночас відображаючи специфіку регіональних проблем, трагедій і героїзму. Стилiстичні прийоми, використані в цих текстах, забезпечують емоційність, виразність і переконливість подання інформації. Їхнє системне вивчення сприятиме кращому розумінню механізмів впливу журналістського слова на свідомість реципієнта, дасть можливість простежити тенденції розвитку сучасного українського медіадискурсу.

Мета статті – проаналізувати стилістичні засоби і прийоми публікацій «Суспільне Херсон» як важливого засобу реалізації прагматичних функцій журналістського мовлення в умовах суспільних трансформацій і воєнного часу.

Метафора — це мовний і когнітивний засіб, що полягає у перенесенні ознак, властивостей або дій одного об'єкта на інший за принципом подібності чи протиставлення [1]. У медіатекстах «Суспільне Херсон» метафори виконують важливу стилістичну функцію — вони оживлюють мову, створюють емоційне забарвлення та поглиблюють зміст повідомлень. Наприклад, у публікації «Город на габіонах: як у Херсоні укриття перетворили на грядки» (05.08.2025) метафора *петрушка піде на обід* надає рослині людських рис, персоніфікуючи її та створюючи гумористичний, теплий образ; це посилює емоційний зв'язок із читачем і додає тексту виразності. У вислові *«душу радує, коли поруч така краса»* метафора передає внутрішній стан героя, контрастуючи естетичне задоволення з небезпекою навколишнього середовища. Такий прийом дозволяє глибше розкрити емоційний фон ситуації та посилити вплив на аудиторію.

Контраст — це стилістичний прийом, що базується на різкому протиставленні понять, явищ, ознак або емоцій з метою посилення виразності тексту. Його ефект досягається через одночасне представлення

елементів із протилежними характеристиками, що створює смислову напругу та емоційний резонанс. Як слушно зазначає К. Серажим, у сучасному медійному дискурсі спостерігається тенденція до активного використання семантико-стилістичних контрастів і «зривів», які виходять за межі формального прийому і набувають внутрішньої логіки та змістовної глибини в межах цілісної комунікативної системи [2, с. 90].

У новинних матеріалах «Суспільне Херсон» виявлено низку яскравих контрастних пар, що побудовані на протиставленні фактів, емоцій, візуальних образів, звуків і кольорів, зокрема «цивільні будівлі» ↔ «артилерійські удари», «діти» ↔ «реактивні системи», «окупована територія» ↔ «підконтрольна Україні», «переслідування» ↔ «безпека», «дитячий сміх» ↔ «вибухи», «затишна група» ↔ «зруйновані кімнати», «втрати противника» ↔ «успіхи Сил оборони». Наприклад, *"Почалася пожежа, тушили. У нас садочок для дітей з особливими потребами. Тут була дуже затишна, гарна група, зі своїм фортепіано. Наразі ви бачите, що тут відбулось"*, — показує *Наталя зруйновані кімнати* («137 пошкоджених дитсадків, шкіл, училищ. Як росіяни перетворюють на руїни навчальні заклади Херсона» 08.02.2025).

Повтор як стилістичний засіб — це свідоме дублювання окремих звуків, слів, словосполучень або синтаксичних конструкцій у межах висловлювання, що слугує засобом посилення емоційної виразності, ритмічності та смислової акцентуації тексту.

У медіатекстах «Суспільне Херсон» повтори виконують низку важливих функцій:

Емоційне загострення. Повторювана конструкція «Це...» у фразі **«Це біль. Це один суцільний біль...»** («137 пошкоджених дитсадків, шкіл, училищ. Як росіяни перетворюють на руїни навчальні заклади Херсона» 08.02.2025) фіксує увагу на ключовому емоційному образі, поглиблює відчуття трагізму та особистої втрати. Лаконічний вступ задає емоційний тон, а подальше розгортання думки розкриває масштаб переживань.

Ритмізація та експресивність. Повтор граматичної форми створює внутрішній ритм, який підсилює драматичний ефект і сприяє кращому запам'ятовуванню. Наприклад: *В першу чергу — це вікна. Вікна пошкоджені в усіх закладах. В один "приліт" це може бути й 100 вікон, й 200, тобто масштабні такі руйнування саме по вікнам* («137 пошкоджених дитсадків, шкіл, училищ. Як росіяни перетворюють на руїни навчальні заклади Херсона» 08.02.2025) — ритмічне повторення слова *вікна* акцентує на масштабності руйнувань та утримує увагу читача.

Смислове акцентування. Повтор дієслова з варіативними об'єктами, як-от: *«Потрапляли й в стіну. Потрапляли й в меблі»* («137 пошкоджених дитсадків, шкіл, училищ. Як росіяни перетворюють на руїни навчальні заклади Херсона» 08.02.2025), дозволяє деталізувати опис, підкреслюючи, що пошкодження охопили різні частини приміщення. Це створює ефект повноти та конкретності.

Імітація живої мови. Повтор у висловлюваннях очевидців передає емоційне напруження та автентичність розповіді. Наприклад: *«Сергій пробивав колесо. Я на Салюті пробивав колесо»* ("Прикро, коли після евакуації люди повертаються". Волонтер з Херсона про роботу у "червоній зоні" (08.04.2025) — такі повтори відтворюють природний ритм усного мовлення, демонструючи глибину переживань.

Короткі речення. У журналістських матеріалах «Суспільне Херсон» короткі синтаксичні конструкції відіграють важливу роль у формуванні емоційного тону, ритму та змістової виразності тексту. Їхнє використання забезпечує низку функціональних ефектів, а саме:

Емоційне загострення та передача напруги. Лаконічні фрази створюють ефект уривчастого, пришвидшеного мовлення, що імітує стан стресу, тривоги або шоку. Наприклад: *«Ціни були захмарні. Зв'язок та інтернет ще трималися. Над будинком літали ракети. Російські патрулі прочісували місто. Було страшно»* («"Коли я побачив український прапор, сльози самі навернулися на очі": історія розвідника "Херсона" з Хмельниччини» (30.07.2025). Така структура передає концентровану емоцію без зайвих описів, дозволяючи читачеві відчувати ситуацію безпосередньо.

Відтворення ритму живої мови. У прямих цитатах короткі речення передають природність, спонтанність і емоційність мовлення. Наприклад: *«Я воював і воюю за них. І за кожного, хто хоче жити на рідній землі. Що буде далі? Вірю — буде перемога. А далі — буде життя»* («"Коли я побачив український прапор, сльози самі навернулися на очі": історія розвідника "Херсона" з Хмельниччини» (30.07.2025). Такий темп репліки надає тексту автентичності та емоційної глибини.

Акцентування ключових деталей. Короткі речення дозволяють зосередити увагу на важливих фактах або образах. Наприклад: *«Взимку топили сніг. Влітку — пили з калюж, річок. Кип'ятили, використовували таблетки. Їсти не хотілося»* («"Коли я побачив український прапор, сльози самі навернулися на очі": історія розвідника "Херсона" з Хмельниччини» 30.07.2025). Така побудова створює чітку зорову картину та підсилює емоційне сприйняття.

Візуалізація та сенсорний ефект. Кожне коротке речення функціонує як окремий кадр у репортажі, що змінюється швидко, посилюючи драматизм. Наприклад: *«З-під завалу вилізла. Вона тільки вийшла в кухню — і приліт. Це ж якраз кухня з того боку...»* («"Настю завалило. Все горить. Кричимо". Мати пораненої розповіла, що відбувалось у Херсоні» 08.02.2025). Така фрагментарна побудова дозволяє читачеві буквально «бачити» події покроково.

Підсилення ефекту достовірності. Лаконічні речення без стилістичних прикрас нагадують документальні записи або стенограми, що додає тексту правдивості. Наприклад: *«Він — Герой України. Невисокий, бородатий, з твердим поглядом»* («"Коли я побачив український прапор, сльози самі

навернулися на очі": історія розвідника "Херсона" з Хмельниччини» 30.07.2025). Тут мінімум художності, максимум фактичності.

Отже, медіатексти регіональної редакції «Суспільне Херсон» репрезентують локальний вимір національного інформаційного простору, водночас фіксуючи специфіку регіональних викликів, трагедій і проявів героїзму. Стилiстичні прийоми, зокрема метафора, контраст, повтор і короткі речення, відіграють ключову роль у формуванні емоційної насиченості, виразності та переконливості журналістського мовлення. Їхнє застосування забезпечує глибину сприйняття, створює ефект присутності, активізує уяву та сприяє емоційному резонуванню з читачем.

Системне вивчення таких засобів дозволяє краще зрозуміти механізми впливу медіатексту на свідомість реципієнта, а також простежити тенденції розвитку сучасного українського медіадискурсу в умовах суспільних трансформацій і війни. Стилiстичні прийоми в публікаціях «Суспільне Херсон» не лише передають факти, а й формують емоційно забарвлену картину реальності, що підсилює гуманістичну та комунікативну місію журналістики.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Енциклопедія сучасної України. URL: <https://esu.com.ua/>
2. Серажим К. С. Сучасний український політичний дискурс: формування нового стилістичного канону. *Наукові записки Інституту журналістики*. 2002. Т. 8. С. 88-94.
3. Struk I. V., Semyhinivska T. H., Sitko A. V. Formation and translation of military terminology. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*. 2022. Том 33 (72). С. 29–33. URL: <https://ukrsense.dp.ua/index.php/USENSE/article/download/179/188>

Науковий керівник кандидатка філологічних наук, доцентка Мартос С.А.

УДК 37.016:78-047.64:004

Басанчук К.А.

ЗАСТОСУВАННЯ ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ЗАКЛАДАХ ПОЧАТКОВОЇ МУЗИЧНОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

У межах даної публікації досліджуються особливості застосування інформаційно-комунікаційних технологій (ІКТ) у закладах початкової музичної освіти, в умовах дистанційного навчання. Розглянуто теоретичні засади інтеграції цифрових інструментів у музичну педагогіку, можливості для розвитку креативності й мотивації учнів, а також основні виклики, що постають перед викладачами під час професійної

діяльності. Доведено, що використання ІКТ у музичному навчанні спирається як на зарубіжний досвід, так і на вітчизняну практику мистецьких шкіл, а також окреслено перспективи підвищення цифрової компетентності педагогів й інструментів вироблення системних рекомендацій для музичних шкіл.

Ключові слова: музична освіта, початкова мистецька освіта, ІКТ, дистанційне навчання.

This publication examines the features of the use of information and communication technologies (ICT) in primary music education institutions, in the context of distance learning. The theoretical foundations of integrating digital instruments into music pedagogy, opportunities for developing students' creativity and motivation, as well as the main challenges facing teachers during their professional activities, are considered. It is proven that the use of ICT in music education is based on both foreign experience and domestic practice of art schools, and the prospects for increasing the digital competence of teachers and tools for developing systemic recommendations for music schools are outlined.

Keywords: music education, primary art education, ICT, distance learning.

Згідно актуальних умов розвитку сучасної музичної освіти, дедалі більшої ваги набуває застосування інформаційно-комунікаційних технологій, зокрема на її базовому рівні. Заклади початкової мистецької освіти, які традиційно спиралися на безпосереднє музикування та особистий контакт учня з педагогом, були змушені шукати нові форми взаємодії. Пандемія COVID-19, а згодом і повномасштабна війна, прискорили перехід до дистанційного формату, що стимулювало педагогів до активного впровадження цифрових ресурсів. Для багатьох фахівців ці процеси стали викликом, але й водночас відкрили нові можливості для розширення навчального простору.

У зарубіжних дослідженнях підкреслюється, що технології ефективні лише тоді, коли вони інтегровані у зміст уроку та відповідають віковим особливостям учнів [7], [8]. Український досвід підтверджує цю думку: в середовищі початкової мистецької освіти важлива простота, наочність та ігровий характер завдань, адже молодші учні краще сприймають короткі вправи з миттєвим результатом, ніж складні тривалі проєкти [2],[3].

Особливої популярності в українських школах набули онлайн-ресурси, створені за кордоном, які, однак, легко адаптувати до вітчизняних програм. Так, Chrome Music Lab, розроблений у США, дозволяє дітям малювати музику, експериментувати зі звуковими хвилями та тембрами. Українські педагоги активно використовують ці інструменти під час занять у Zoom чи Google Classroom, а також для домашніх завдань. Інший приклад – BandLab for Education та Soundtrap, застосунки, які встигли зарекомендувати себе як прості хмарні цифрові аудіо-станції. У вітчизняному освітньому просторі ці сервіси застосовують у мистецьких

школах і позашкільних гуртках, де діти створюють власні треки з готових лупів (зациклених музичних відрізків), записують голос, у той час як викладач має змогу залишати коментарі у безпечному середовищі.

Досвід зарубіжних країн засвідчує, що поєднання синхронних і асинхронних форм навчання дає найкращі результати [10]. Це співвідноситься й з практикою українських закладів початкової музичної освіти: короткі теоретичні онлайн-заняття з розспівками чи ритмічними вправами поєднуються із самостійною роботою у цифрових додатках. Наприклад, учні можуть записати звуки довкілля та перетворити їх у невеличку музичну композицію, яку потім обговорюють на уроці. Такі завдання не лише розвивають слухову увагу, а й дозволяють дітям відчувати себе творцями у реальних життєвих обставинах.

Водночас особливо актуальним являється питання цифрової неоднорідності в сучасному суспільстві. Частина дітей має лише смартфон із нестабільним інтернетом, у той час як повноцінний комп'ютер із гарнітурою є найкращим рішенням для ефективного освітнього процесу в умовах дистанційного навчання. Саме тому поширення отримали «легкі» веб-застосунки, які працюють навіть за умов слабого з'єднання. Досить часто школи практикують поширення серед учнів друкованих матеріалів із QR-кодами для доступу до коротких аудіофрагментів, що дозволяє поєднувати офлайн і онлайн ресурси.

Окремою проблемою є готовність педагогів до роботи з ІКТ. Деякі зарубіжні публікації [8. с. 193-195], [10] вказують на різний рівень цифрових компетентностей серед учителів музики. Вітчизняний досвід показує ілюструє схожу картину: частина педагогів активно експериментує з платформами, у той час як інші лише опановують базові навички. Саме тому актуальним завданням в межах розвитку й подальшої інтеграції ІКТ в освітнє середовище залишається створення тренінгів і практичних курсів для викладачів, що охоплюють не лише технічні, а й методичні аспекти.

У контексті розвитку музичної освіти в Україні вкрай важливо також враховувати питання безпеки та авторського права. Використання відкритих бібліотек семплів, захищених освітніх акаунтів у BandLab чи Soundtrap, дозволяє уникнути ризиків і водночас виховує в учнів культуру роботи з цифровим контентом.

Таким чином, інтеграція інформаційно-комунікаційних технологій у початкову музичну освіту України відбувається з урахуванням зарубіжного досвіду, але має власні акценти, зумовлені соціальними й інфраструктурними реаліями. Для успішного розвитку цього напрямку вважаємо необхідним наступне:

- систематично впроваджувати доступні цифрові інструменти у практику музичних шкіл;
- організовувати комбіновані формати навчання з чергуванням онлайн та офлайн активностей;
- підвищувати цифрову компетентність українських педагогів;

- забезпечувати інклюзивність і доступність для учнів різних соціальних груп;
- формувати культуру відповідального користування цифровими ресурсами [1], [2, с. 196-200], [3, с. 353-354].

Таким чином, інформаційно-комунікаційні технології можуть стати не лише тимчасовою заміною традиційних форм навчання, а й інструментом оновлення початкової музичної освіти на території нашої держави, відкриваючи нові перспективи для творчості та розвитку учнів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Беземчук, Л., Соколова, А., Биницька, К. Залучення студентів музично-педагогічних спеціальностей до онлайн-курсу. *The Modern Higher Education Review*, 2023, № 8. <https://doi.org/10.28925/2617-5266.2023.86>
2. Васильєва, Л. Дистанційне навчання сольфеджіо та музично-теоретичних дисциплін в Україні: огляд Інтернет-джерел. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*, 2017, № 2. С. 192–204.
3. Голошук О.О. Вплив музично-інформаційних технологій на розвиток сучасного музичного мистецтва. Актуальні проблеми розвитку українського мистецтва: культурологічний, мистецтвознавчий, педагогічний аспекти. Волинський національний університет імені Лесі Українки. 2023. С. 352-356. DOI: <https://doi.org/10.36059/978-966-397-317-3-100>
4. Карпенко, М. Інтеграція інформаційно-комунікаційних технологій у навчальний процес як один із ключових напрямів розвитку сучасної освіти: аналіт. зап. Київ, 2021. URL: <https://niss.gov.ua/sites/default/files/2021-09/navchalnyi-protses.pdf>
5. Острецова Т.О., Острецов Д.І. Синергія мистецтва і техніки: вектори розвитку музичних інформаційних технологій. Електронне наукове фахове видання «Відкрите освітнє е-середовище сучасного університету». 2024. Вип. 16, С. 106-19. DOI: <https://doi.org/10.28925/2414-0325.2024.168>
6. Пухальський Т. Д., Кузів М. В. Особливості організації дистанційного навчання у вокально-хоровій підготовці майбутніх учителів музичного мистецтва. Молодь і ринок: щомісячний науково-педагогічний журнал. Дрогобич, 2022. № 6 (204). С. 98-104. URL: <https://doi.org/10.24919/2308-4634.2022.262374>
7. Ma, Y., Zhang, L., & Li, H. Empowering music education with technology: bibliometric analysis 1991–2024. *Humanities & Social Sciences Communications (Nature)*, 2025. DOI: <https://doi.org/10.1057/s41599-025-04616-2>
8. Merrick, B., & Joseph, D. ICT and music technology during COVID-19: Australian music educator perspectives. *Research Studies in Music Education*, 2023; pp. 189–210. DOI: <https://doi.org/10.1177/1321103X221092927>
9. Soundtrap for Education. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://www.soundtrap.com/edu/> (дата звернення: 09.09.2025).
10. Váradi, J., Józsa, G., Fodor, A. S., Molnár-Tamus, V., & Szűcs, T. Investigating music teachers' ICT skills and technical possibilities in the field of online music education during the COVID-19 pandemic. *Heliyon*, 2023;. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e16463>

Науковий керівник кандидатка мистецтвознавства, доцентка Чехуніна А.О.

ВПЛИВ ЦИФРОВИХ ПЛАТФОРМ НА РЕПРЕЗЕНТАЦІЮ СУЧАСНОЇ УКРАЇНСЬКОЇ КУЛЬТУРИ

У статті розглянуто теоретичні засади впливу цифрових платформ на репрезентацію сучасної української культури. Проаналізовано джерельну базу дослідження та специфіку цифрових платформ як середовища культурної репрезентації. Висвітлено роль цих платформ у популяризації української культури, зокрема їхній вплив на процеси виробництва, розповсюдження та споживання культурного контенту в реаліях сьогодення.

Ключові слова: цифрова культура, репрезентація, українська культура, цифрові платформи, популяризація

The article examines the theoretical foundations of the impact of digital platforms on the representation of modern Ukrainian culture. The source base of the research is analyzed, and the specifics of digital platforms as an environment for cultural representation are outlined. The role of these platforms in the popularization of Ukrainian culture is highlighted, in particular their influence on the processes of production, distribution, and consumption of cultural content in today's realities.

Key words: digital culture, representation, Ukrainian culture, digital platforms, popularization

Виклад основного матеріалу. У сучасному світі цифрова трансформація суттєво змінює способи створення, поширення та сприйняття культури. Цифрові платформи, такі як соціальні мережі (Instagram, TikTok, Facebook), стрімінгові сервіси (YouTube, Netflix) та онлайн-архіви (наприклад, Ukrainian Live Classic чи Google Arts & Culture), стають ключовими інструментами репрезентації національної культури. У контексті української культури, яка переживає період активного відродження після подій 2014–2022 років, ці платформи не лише розширюють аудиторію, але й формують нові наративи, впливаючи на ідентичність та глобальне сприйняття України.

Теоретичні засади дослідження ґрунтуються на аналізі джерельної бази, яка включає праці вітчизняних та зарубіжних учених. Зокрема, роботи М. Кастельса [3] щодо мережевого суспільства підкреслюють, як цифрові мережі перетворюють культурні потоки на глобальні. Українські дослідники, як-от О. Зернецька [2], акцентують увагу на ролі медіа в культурній дипломатії, а праці А. Аппадурі [1] про культурні потоки в глобалізованому світі дозволяють зрозуміти динаміку репрезентації.

Джерельна база також охоплює емпіричні дані: звіти Міністерства культури та інформаційної політики України (2022–2023), статистику використання платформ (наприклад, зростання аудиторії українського контенту на TikTok на 150% у 2022 році) та кейс-стаді, як проєкти "Суспільне Культура" чи "Ukrainian Film School" онлайн.

Специфіка цифрових платформ як середовища репрезентації культури полягає в їхній інтерактивності, доступності та алгоритмічній логіці. На відміну від традиційних медіа, платформи дозволяють користувачам не лише споживати, але й створювати контент (user-generated content), що democratизує культуру. Для української культури це означає перехід від елітарних форм (наприклад, театр чи література) до масових: вірусні відео з традиційними танцями на TikTok чи онлайн-екскурсії музеями на Google Arts. Однак, це середовище має виклики: алгоритми можуть посилювати стереотипи (наприклад, фокус на "етнічній екзотиці" замість сучасних аспектів) або спричиняти культурну гібридизацію, де українські елементи змішуються з глобальними трендами.

У реаліях сьогодення цифрові платформи відіграють ключову роль у популяризації сучасної української культури. Зокрема, під час повномасштабної війни 2022 року платформи стали інструментом культурного опору: проєкти на кшталт "Stand with Ukraine" на Spotify чи Instagram-кампанії з українською музикою (наприклад, гурти "Kalush Orchestra" чи "Go_A") досягли мільйонів переглядів, сприяючи глобальній солідарності. Статистика свідчить: у 2023 році український контент на YouTube зріс на 40%, а платформи як Patreon дозволили митцям (письменникам, художникам) монетизувати творчість незалежно від державних грантів.

Вплив цифрових платформ на процеси культурного виробництва, розповсюдження та споживання є багатограним. У виробництві вони стимулюють колаборацію: наприклад, онлайн-платформи для спільного створення фільмів (як "Docudays UA" онлайн) знижують бар'єри входу для молодих авторів. У розповсюдженні – забезпечують глобальний доступ, де українська культура конкурує з голлівудською, але й ризикує маргіналізацією через алгоритми. У споживанні – формують "цифрову публіку", яка активно взаємодіє (коментарі, шаринг), перетворюючи пасивне сприйняття на діалог. Разом з тим, це призводить до феномену "цифрового розриву": не всі регіони України мають рівний доступ до інтернету, що обмежує репрезентацію сільської чи регіональної культури.

Висновки. Цифрові платформи суттєво посилюють репрезентацію сучасної української культури, перетворюючи її на динамічний, глобальний феномен. Вони сприяють популяризації, але вимагають критичного підходу до викликів, як-от алгоритмічна упередженість чи культурна гомогенізація. Подальші дослідження можуть фокусуватися на емпіричних кейсах, аби оптимізувати використання платформ для збереження культурної автентичності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Appadurai A. Modernity at Large: Cultural Dimensions of Globalization. Minneapolis: University of Minnesota Press, 1996. 229 p.
2. Зернецька О. В. Глобальний розвиток систем масової комунікації і міжнародні відносини. Київ: Освіта, 1999. 351 с.
3. Castells M. The Rise of the Network Society. Oxford: Blackwell Publishers, 1996. 594 p.
4. Міністерство культури та інформаційної політики України. Звіт про цифровізацію культури в Україні (2022–2023). URL: <https://mkip.gov.ua/reports/digital-culture-2023> (дата звернення: 15.08.2025).
5. Jenkins H. Convergence Culture: Where Old and New Media Collide. New York: NYU Press, 2006. 368 p.

Науковий керівник кандидат педагогічних наук, доцент Левченко М.Г.

УДК 793.33

Борсук Н.Д.

НАРОДНА ІГРАШКА ЯК ДЖЕРЕЛО ТВОРЧОГО НАТХНЕННЯ БАЛЕТМЕЙСТЕРА В ХОРЕОГРАФІЧНОМУ МИСТЕЦТВІ

У статті здійснено аналіз народної іграшки як унікального етнокультурного феномена та її ролі у хореографічному мистецтві. Визначено основні риси народної іграшки (умовність, символізм, ритмічність, декоративність) та окреслено шляхи їх інтерпретації у творчості балетмейстера. Обґрунтовано значення народної іграшки як джерела художніх пошуків і формування сценічних образів у сучасних хореографічних постановках.

Ключові слова: народна іграшка, хореографічне мистецтво, балетмейстер, сценічний образ, символіка, традиції.

Вступ. Актуальність дослідження зумовлена посиленою увагою сучасної хореографічної практики до національно-культурних джерел. Балетмейстери дедалі частіше звертаються до фольклорної спадщини як до важливого ресурсу образності та художнього мислення. Особливе місце у цьому контексті посідає народна іграшка, яка несе в собі синтез естетичних і духовних цінностей народу.

Мета статті – виявити художньо-образний потенціал народної іграшки та обґрунтувати можливості її використання у хореографічному мистецтві як джерела творчого натхнення балетмейстера.

Актуальність дослідження зумовлена потребою осмислення фольклорних джерел у сучасному мистецтві танцю. Як зазначає Г. Скрипник, «народна культура – це духовний код нації, у якому заховані основи її світогляду та мистецьких традицій» [7, с. 15]. Саме тому

балетмейстер, звертаючись до народної іграшки, має змогу не лише збагачувати художню мову хореографії, а й розвивати у вихованців повагу до культурної спадщини.

Народна іграшка як етнокультурний феномен

Українська народна іграшка має глибокі історичні корені та виконує не лише розважальну, а й виховну та символічну функції. Вона формувала у дітей уявлення про гармонію світу, добро і красу, передавала сакральні смисли.

Дослідники, такі як Н. Герасимчук, Л. Орел, Г. Стельмах, відзначають такі риси народної іграшки:

- Умовність і узагальненість форми, що дозволяють легко трансформувати її образ у танцювальну лексику;
- Символічність (лялька-мотанка як оберіг, птах – символ волі, кінь – швидкості та сили);
- Ритмічність та декоративність, які перегукуються з музичною і танцювальною ритмікою;
- Яскравість кольорів, що формує сценічну виразність.

Таким чином, народна іграшка постає як узагальнений художній знак, здатний надихати балетмейстера на створення нових пластичних рішень.

Творчі інтерпретації народної іграшки у хореографії

У процесі балетмейстерської діяльності народна іграшка може втілюватися у різних аспектах:

1. Пластика танцю. Рухи можуть відтворювати ритмічність механічних іграшок, плавність мотанки чи легкість глиняних пташок-свищиків.
2. Драматургія постановки. Ідея «оживлення іграшки» створює можливість для казкових, символічних та метафоричних сценічних сюжетів.
3. Образна система. Танцівники втілюють риси іграшкових персонажів (щирість, наївність, декоративність), що підсилює художню експресію.
4. Сценографія та костюм. Орнаментика, форми та кольори народної іграшки інтегруються у сценічні костюми, декорації, створюючи цілісну художню концепцію.

Прикладом є постановки дитячих та юнацьких ансамблів, де використовується образ ляльки-мотанки чи глиняних звірят, що надає хореографічним композиціям виразності та етнічної автентики.

Значення народної іграшки у професійній діяльності балетмейстера

Звернення до народної іграшки має низку переваг:

- сприяє збереженню та популяризації національних традицій;
- формує у вихованців ціннісне ставлення до культурної спадщини;
- стимулює креативність та інноваційність балетмейстера;
- збагачує репертуар новими художніми рішеннями.

Таким чином, народна іграшка постає не лише як етнографічний матеріал, а й як сучасне джерело мистецького пошуку.

Методичні підходи до використання образу народної іграшки у роботі з дитячим хореографічним колективом

Звернення до народної іграшки у процесі роботи з дитячими та юнацькими колективами має не лише мистецьке, а й виховне значення. Балетмейстер може інтегрувати образність іграшки на різних етапах навчально-творчої діяльності.

1. Ознайомчо-ігровий етап

- Знайомство з іграшкою. Використання етнографічних матеріалів, колекцій, музейних експонатів.
- Ігрова діяльність. Діти отримують можливість «оживити» іграшку у грі, наслідуючи її рухи та характер.
- Бесіди та легенди. Розповіді про символіку іграшки формують у вихованців ціннісне ставлення до культурної спадщини.

2. Пластично-руховий етап

- Етюди-імпровазації. Учні виконують короткі танцювальні етюди, наслідуючи пластику іграшки (наприклад, плавність мотанки чи стрибки дерев'яного конячки).
- Ритмічні вправи. Використання простих ритмів, які відповідають орнаментальності та повторюваності у народній іграшці.
- Творчі завдання. Діти створюють власні рухові варіації, пропонуючи «нове життя» традиційним образам.

3. Постановочний етап

- Сценічні композиції. Використання образів іграшок як персонажів у хореографічних замальовках чи сюжетних постановках.
- Костюм і реквізит. Залучення стилізованих елементів народної іграшки у сценічне оформлення.
- Музичний супровід. Підбір народних мелодій, інструментальних композицій із ритмічною повторюваністю, що перегукується з декоративністю іграшки.

4. Виховно-культурний аспект

- Формування поваги до народної культури через безпосередню взаємодію з традиційними формами мистецтва.
- Розвиток креативності та асоціативного мислення завдяки трансформації образів іграшки у танцювальні форми.
- Створення у дітей відчуття причетності до національної традиції, що сприяє зміцненню культурної ідентичності.

Таким чином, народна іграшка може бути використана не лише як символічне джерело художнього натхнення для балетмейстера, а й як методичний інструмент педагогічної роботи, що поєднує мистецтво, виховання та культурну освіту.

Історико-символічний аспект народної іграшки.

Народна іграшка в українській культурі завжди виконувала багатофункціональну роль. Вона була не лише засобом забави для дітей, а й важливим елементом виховання та обрядової практики. Дослідники (О. Воропай, М. Стельмахович, Г. Скрипник) підкреслюють, що іграшка виступала своєрідним «провідником» між світом дитинства та світом дорослих, утілюючи узагальнені уявлення про гармонію буття.

Серед найбільш поширених видів української народної іграшки можна виділити:

- Ляльку-мотанку – сакральний оберіг, символ жіночої енергії та захисту роду;
- Глиняні свищики (пташки, козлики) – атрибути календарних обрядів, що символізували пробудження природи, щедрість та радість життя;
- Дерев'яні конячки – уособлення сили, руху, свободи;
- Солом'яні та тканинні вироби – пов'язані з циклом сільськогосподарських робіт, мали функцію «зв'язку з природою».

Символічність іграшки тісно перепліталася з дитячим світоглядом. Через гру дитина засвоювала національну систему цінностей, естетику та світовідчуття. Саме ця синкретичність робить народну іграшку потужним джерелом художніх метафор, придатних для використання у сучасному мистецтві танцю.

Для балетмейстера особливо важливими є три аспекти:

1. Архаїчний символізм, який дозволяє втілювати у хореографії глибинні міфологічні смисли;
2. Узагальненість форми, що відкриває простір для пластичних інтерпретацій;
3. Ритмічність та декоративність, які природно інтегруються у музично-танцювальний контекст.

Таким чином, історико-символічний пласт народної іграшки формує цілісний художній ресурс для створення образної драматургії у хореографічних постановках, забезпечуючи зв'язок традиційного та сучасного, етнічного й універсального.

Українська народна іграшка має багатовікову традицію. Вона слугувала не лише засобом дитячої гри, а й носієм духовних смислів. На думку О. Воропая, «іграшка – це не тільки предмет розваги, але й засіб передачі звичаїв і вірувань від покоління до покоління» [1, с. 102].

Дослідники підкреслюють багатство символіки:

- лялька-мотанка – «жіночий оберіг, концентрований образ материнської енергії та духовного захисту» (Л. Орел [4, с. 58]);
- глиняні свищики – «музично-ритмічні символи радості та оновлення світу» (Н. Герасимчук [3, с. 77]);
- дерев'яні конячки – «метафора руху, подорожі й життєвої сили» (М. Стельмахович [6, с. 91]).

Отже, історико-символічний пласт народної іграшки створює основу для художніх інтерпретацій у сценічному мистецтві.

Творчі інтерпретації у хореографії

Балетмейстер може використовувати народну іграшку як джерело натхнення у кількох напрямках:

1. Пластика танцю. Як відзначає О. Клековкіна, «хореографія завжди тяжіє до метафори, і саме фольклорні образи допомагають створювати зрозумілі та глибокі рухові коди» [5, с. 134]. Прикладом є відтворення ритмічності глиняних свищиків у стрибкових комбінаціях чи плавності мотанки у пластичних жестах.
2. Драматургія постановки. Використання мотиву «оживлення іграшки» формує казковий простір, що є близьким дитячому сприйняттю та водночас відкриває широкі можливості для символічних сцен.
3. Образна система. Іграшка як сценічний персонаж підкреслює емоційність і наївність, що, за висловом І. Шубравської, «надає дитячим постановкам виразності та художньої широти» [8, с. 59].
4. Сценографія та костюм. Орнамент і колорит народної іграшки легко інтегруються у сценічний простір, створюючи декоративну яскравість.

Висновки

Народна іграшка у хореографічному мистецтві виконує роль потужного джерела художнього натхнення. Вона збагачує пластику танцю, формує символічний простір постановки, виховує у дітей любов до традицій. Балетмейстер, звертаючись до цього етнокультурного феномена, забезпечує поєднання традиційного й сучасного, національного й універсального.

Народна іграшка у хореографічному мистецтві виконує роль важливого джерела творчого натхнення для балетмейстера. Її образність, символіка та декоративність сприяють формуванню унікальних сценічних рішень, що поєднують традиційне та сучасне.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні конкретних хореографічних постановок, створених на основі народної іграшки, та аналізі їхнього впливу на формування національної ідентичності в мистецтві танцю.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Воропай О. Звичайі нашого народу. – Київ: Обереги, 1994.
2. Герасимчук Н. Українська народна іграшка: історія та символіка. – Київ: Мистецтво, 2018.
3. Орел Л. Народна іграшка в контексті етнокультурної традиції. – Львів: Світ, 2015.
4. Клековкіна О. Хореографія як простір метафори. – Харків: ХНУМ, 2019.
5. Стельмахович М. Українська етнопедagogіка. – Київ: Либідь, 1997.
6. Скрипник Г. Народна культура як духовний код нації. – Київ: ІМФЕ НАНУ, 2010.
7. Шубравська І. Фольклорні джерела у дитячій хореографії. // Вісник мистецької освіти. – 2019. – №2. – С. 55–62.

8. Чепець О. Народна творчість у сучасному сценічному мистецтві. – Тернопіль: Підручники і посібники, 2021.

Науковий керівник кандидат педагогічних наук, доцент Левченко М.Г.

УДК 811.112.2

Брагін Р.Р.

АДАПТАЦІЯ АНГЛІЗМІВ У НІМЕЦЬКОМОВНИХ МЕДІАТЕКСТАХ СПОРТИВНОЇ ТЕМАТИКИ: КРОСКУЛЬТУРНИЙ ВПЛИВ НА СПОРТИВНУ ЛЕКСИКУ І ТЕРМІНОЛОГІЮ

У статті йдеться про процес адаптації англійзмів у німецькомовних медійних текстах спортивної тематики. Проаналізовано типи запозичень, рівні їх адаптації та функції у спортивному дискурсі. Особливу увагу приділено кроскультурному впливу англомовної спортивної культури на формування стилістики та термінології німецькомовних медіатекстів. Матеріалом дослідження слугують тексти провідних німецькомовних спортивних онлайн-видань (2020–2025 рр.). З'ясовано, що англійзми виконують не лише номінативну функцію, а й слугують засобом кроскультурної інтеграції.

Ключові слова: англійзми, спортивний дискурс, медійні тексти, кроскультурна комунікація, мовна адаптація.

The article deals with the process of adaptation of Anglicisms in German-language media texts on sports topics. The types of borrowings, their levels of adaptation, and their functions in sports discourse are analyzed. Particular attention is paid to the cross-cultural influence of English-language sports culture on the formation of the stylistics and terminology of German-language media texts. The research material is the texts of leading German-language sports online publications (2020-2025). It was found that Anglicisms perform not only a nominative function, but also serve as a means of cross-cultural integration.

Key words: Anglicisms, sports discourse, German media, cross-cultural communication, linguistic adaptation.

У сучасному глобалізованому медійному просторі спортивна тематика є однією з найдинамічніших сфер мовної взаємодії. Англійська мова, яка домінує у міжнародному спорті, активно впливає на лексичний склад інших мов, зокрема німецької. У німецькомовних медійних текстах спортивного спрямування англійзми стали не лише засобом номінації, а й інструментом стилістичного оновлення, емоційного забарвлення та кроскультурної інтеграції.

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю вивчення адаптивних механізмів, завдяки яким англізми функціонують у німецькомовному медійному дискурсі та впливають на формування сучасної спортивної термінології.

Метою даної розвідки є проаналізувати процес адаптації англізмів у німецькомовних спортивних медійних текстах з урахуванням кроскультурних чинників, що впливають на їхнє функціонування.

Об'єктом дослідження є англізми, що функціонують у німецькомовних медійних текстах спортивної тематики. **Предметом** є адаптивні механізми та кроскультурний вплив на мовну систему.

Матеріалом дослідження слугує корпус текстів із німецьких онлайн-видань (*Kicker.de*, *Sport1.de*, *Spiegel Sport*, *Sky Sport*, *Sport Bild*) та офіційних акаунтів спортивних клубів у соціальних мережах (2020 – 2025 рр.).

Питанням загального вивчення іншомовних запозичень присвячено праці сучасних українських науковців О.С. Гринько, Н.Ф. Клименко, Л.П. Кислюк, О.І. Селіванової, І.В. Кочан, які аналізують механізми інтерференції та функціонування іншомовних елементів у сучасному мовленні. У німецькомовному академічному просторі значний внесок у дослідження англізмів зробили такі лінгвісти, як Ulrich Ammon, Eva Neuland, André Meinunger, які розглядають явище мовної гібридизації, домінування англійської в інформаційних текстах та її вплив на німецьку термінологію. Особливу увагу до спортивного дискурсу приділяють дослідники, що працюють на перетині лінгвістики та медіазнавства, зокрема Claudia Wünsch та Michael Schaffrath, які аналізують мовні особливості спортивних репортажів і роль англійських запозичень у створенні динамічного стилю.

Кроскультурна комунікація, згідно з Е. Холлом та Г. Гофстеде, є процесом взаємодії між представниками різних культур, що включає мовні, поведінкові та ціннісні компоненти [1;2]. У медійному контексті вона проявляється через мовну гібридизацію, зокрема активне використання англізмів у текстах іншими мовами. Спортивний дискурс, як особливий тип медіакомунікації, характеризується термінологічністю, емоційністю та динамікою, що сприяє проникненню англійських лексем.

У медійному просторі кроскультурна комунікація проявляється через мовну гібридизацію, зокрема активне використання англізмів у текстах іншими мовами. У спортивному дискурсі це особливо помітно, адже англійська мова виконує роль глобального лінгва франка, а її терміни, стилістика та риторика активно впливають на національні медіатексти, зокрема німецькомовні.

У ході нашого дослідження ми використовували такі критерії відбору медійних текстів:

1) тексти мають стосуватися спортивних подій, репортажів, інтерв'ю, аналітики у період з 2020 по 2025 рік – задля відображення актуальних тенденцій;

2) обираються авторитетні онлайн-видання (*Kicker, Sport1, Spiegel Sport, Sky Sport, Bild, DFB.de*), а також пости з офіційних акаунтів клубів у соцмережах;

3) жанрова різноманітність: включаються різні типи медійних текстів – новини, репортажі, коментарі, аналітика, фан-контент.

У результаті проведеного аналізу встановлено, що англізми є невід’ємною складовою сучасного німецькомовного спортивного медіадискурсу. Найпоширенішими виявилися прямі запозичення (*Coach, Team, Penalty*), які зберігають англomовну форму та значення, а також гібриди (*Penaltykiller, Matchwinner*), що поєднують англійські та німецькі морфеми. Значну частку становлять стилістичні вирази та фразеологізми (*Next Level Performance, Pushen, Kick, Teamspirit*), які виконують експресивну та іміджеву функцію.

Ці англізми, що функціонують у німецькомовних медійних текстах спортивної тематики, можна класифікувати за адаптивними механізмами таким чином:

- лексичні,
- морфологічні,
- стилістичні.

Їхнє використання зумовлене не лише лінгвістичними чинниками, а й кроскультурним впливом англomовної спортивної культури, яка задає тренди, риторику та термінологію.

Таким чином, англізми у спортивних медійних текстах не просто виконують номінативну функцію, а є маркерами глобалізації, міжкультурної взаємодії та стилістичного оновлення німецькомовного медіапростору.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Hall Edward T. Understanding Cultural Differences: Germans, French and Americans / Edward T. Hall and Mildred Reed Hall. – Yarmouth, Maine: Intercultural Press, 1990. – 196 p. URL: https://www.liatowitsch.ch/mediation/Mediation_Fribourg_2012/Hall_Understanding.pdf
2. Hofstede G. Culture's Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions and Organizations Across Nations / Geert Hofstede. USA, California: SAGE Publications, 1984. – 595 p. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0005796702001845?via%3Dihub>

Науковий керівник кандидат педагогічних наук, доцентка Гоштанар І.В.

ФУНКЦІЇ ЗАГОЛОВКІВ ОНЛАЙН-ВИДАННЯ «ОСВІТОРІЯ МЕДІА»

У статті визначено функції заголовків онлайн-видання «Освіторія Медіа». Охарактеризовано й проілюстровано інформаційну, навігаційну, мотиваційно-емоційну, проблемно-акцентувальну, аналітично-узагальнювальну, інструктивно-порадницьку, анонсувальну й соціокультурну (ціннісну) функції медіаназв.

Ключові слова: заголовок, функція, онлайн-видання.

The article identifies the functions of headlines in the online educational publication "Osvitoria Media." It characterizes and illustrates the informational, navigational, motivational-emotional, problem-focused, analytical-summarizing, instructional-advisory, announcement-based, and sociocultural (value-oriented) functions of media titles.

Keywords: headline, function, online publication.

У сучасному інформаційному просторі заголовок відіграє ключову роль у залученні уваги читача, формуванні першого враження про матеріал та визначенні його подальшого споживання. Особливо це стосується освітніх медіа, які мають не лише інформувати, а й формувати цінності, мотивувати до навчання та сприяти професійному розвитку.

Онлайн-видання «Освіторія Медіа» є одним із провідних українських ресурсів, що спеціалізується на висвітленні освітніх тем, реформ, інновацій та педагогічних практик. Актуальність дослідження зумовлена зростанням ролі освітніх медіа в суспільному дискурсі, особливо в умовах реформування освіти, війни та цифровізації та відсутністю системного лінгвістичного аналізу заголовків саме в контексті освітніх онлайн-видань, що створює наукову нішу для дослідження.

Мета розвідки – визначити функції заголовків онлайн-видання «Освіторія Медіа». Вибірка медіаназв здійснена протягом 2025 року і становить понад 120 одиниць.

Заголовки «Освіторія Медіа» — це повноцінні комунікативні інструменти, які працюють на кількох рівнях: змістовному, емоційному, мотиваційному та соціальному. Досліджуваний матеріал дозволив визначити низку функцій, які виконують заголовки публікацій, назовемо їх і проілюструємо приклади.

Інформативна функція. Інформативність є ключовою характеристикою заголовка, адже саме він передає основний зміст публікації, окреслює її головну тему, ідею або проблему. Такі заголовки виконують роль навігатора для читача — вони повідомляють конкретний

факт, акцентують увагу на важливих подіях, змінах у сфері освіти чи суспільно значущих процесах. Завдяки цьому читач одразу розуміє, про що йдеться в тексті, і може швидко зорієнтуватися в інформаційному потоці. Наприклад: *Навчання оцінюванню НУШ призупинено: МОН пояснив причину* (17.02.2025); *Українських школярів навчатимуть енергоефективності з 4 до 11 класу* (25.07.2025).

Навігаційна функція. Заголовок виконує роль орієнтира, що дозволяє читачеві миттєво визначити тематику матеріалу та оцінити його релевантність для власних потреб. Завдяки чіткій структурі та змістовним маркерам, такі заголовки забезпечують швидке сприйняття інформації, скорочують час на пошук потрібного контенту та сприяють ефективному інформаційному вибору. Вони містять своєрідну «підказку», яка інтуїтивно вказує на зміст публікації ще до її прочитання. Наприклад: *Для вступників до магістратури: деталі ЄВІ від Українського центру оцінювання якості освіти* (14.03.2025); *Оновлення Держстандарту для початкової школи: що зміниться* (14.02.2025).

Мотиваційно-емоційна функція. Заголовок здатен не лише інформувати, а й пробуджувати внутрішній відгук у читача — викликати цікавість, здивування, натхнення чи навіть захоплення. Завдяки емоційно забарвленим формулюванням, він спонукає до прочитання, активізує увагу та створює відчуття причетності. Такі заголовки мотивують до дії, підтримують віру в позитивний результат і формують емоційне резонування, що поглиблює зв'язок між текстом і реципієнтом. Наприклад: *Як випускнику інтернату стати у 25 років керівником барбершопу* (27.07.2025); *Головна опора майбутнього України — це її люди: дослідження CSIS* (10.03.2025).

Проблемно-акцентувальна функція. Заголовок може виступати як інструмент загострення уваги на ключових, суперечливих або болючих питаннях освітньої сфери. Він допомагає автору виокремити найважливіші аспекти теми, акцентуючи на викликах, недоліках чи дискусійних моментах. Такий заголовок провокує читача до роздумів, стимулює критичне осмислення інформації та заохочує до участі в суспільному діалозі навколо освітніх проблем. Наприклад: *Три болючі проблеми освіти на ТОТ у 2025 році та чи існує для них вирішення?* (09.02.2025); *Розгорання: як виходити із професійного вигорання?* (13.07.2025).

Заголовок, який виконує аналітично-узагальнювальну функцію, сигналізує про наявність глибокого змістового опрацювання теми: розгорнутого аналізу, порівняльних характеристик, аргументованих висновків або систематизації фактів. Він орієнтований насамперед на професійного читача — педагога, управлінця, дослідника чи експерта, який шукає не поверхневу інформацію, а структуроване бачення проблеми.

Такі заголовки часто мають стриманий, раціональний тон, містять терміни, що вказують на методологічний підхід: *аналіз, огляд, порівняння, висновки, тенденції, стратегія*. Вони не лише інформують, а й задають

рамку для критичного осмислення, сприяють формуванню професійної позиції та розширенню аналітичного горизонту читача. Наприклад: *Корпоративне навчання від Тренінгового Центру Освіторії. Як воно допомагає школам задавати тренди?* (13.03.2025); *Нові посади в школі, зміни у програмі, оновлені предмети: до чого готуватися вчителям?* (11.06.2025).

Заголовок, що виконує інструктивно-порадницьку функцію, орієнтує читача на практичне застосування знань, пропонуючи чіткі кроки, алгоритми дій або добірки корисних порад. Він сигналізує, що матеріал має прикладну цінність і може бути використаний для вирішення конкретних завдань у професійній або побутовій сфері.

Такі заголовки часто містять дієслівні конструкції (*як зробити..., що варто знати..., 5 порад для...*) або формулювання, що апелюють до потреби в рішенні: *інструкція, гід, покроковий план, рекомендації*. Вони не лише інформують, а й мотивують до дії, сприяють самостійності читача та підвищують ефективність засвоєння матеріалу.

Крім того, інструктивні заголовки формують довіру до джерела, адже демонструють прагнення автора бути корисним, підтримати читача в конкретній ситуації та надати інструменти для вирішення проблеми. Наприклад: *Як допомогти дитині, якщо вона боїться сирен: поради психолога* (15.12.2024); *Як пережити вступну кампанію: шпаргалка для батьків* (14.06.2025).

Анонсувальна функція заголовка полягає в інформуванні читача про майбутні події, освітні ініціативи, нові проєкти, конкурси, вебінари чи можливості для професійного розвитку. Такий заголовок виконує роль попередження або запрошення, орієнтуючи на те, що варто очікувати, до чого можна долучитися або що не слід пропустити.

Заголовки цього типу часто містять часові маркери (*незабаром, відкрито реєстрацію, стартує, до участі запрошуються*) та апелюють до дії — заохочують читача планувати, реєструватися, брати участь. Вони створюють відчуття актуальності та включеності в освітній процес, формують інформаційне поле, де кожен може знайти щось корисне для себе.

Крім того, анонсувальні заголовки сприяють підвищенню видимості освітніх подій, мобілізують аудиторію та підтримують динаміку професійного життя. Наприклад: *Стартувала підготовка до радіодиктанту Нацєдності — спецпроєкт на «Українському радіо»* (24.07.2025); *Бачити мозком: як ми сприймаємо світ, коли зникає зір — новий проєкт «Подкаст наосліп»* (25.07.2025).

Заголовок, що виконує соціокультурну та ціннісну функцію, слугує каналом трансляції ідей, ідеологій та культурних наративів, пов'язаних з освітою як суспільним явищем. Він не просто інформує — він формує світогляд, закладає орієнтири, популяризує гуманістичні, демократичні та національні цінності, а також підкреслює роль освіти у розвитку особистості, громади та держави.

Такі заголовки часто апелюють до моральних категорій, соціальної відповідальності, культурної спадщини, історичної пам'яті чи ідеалів рівності, інклюзії, свободи вибору. Вони здатні викликати емоційний відгук, стимулювати рефлексію та сприяти формуванню активної громадянської позиції. Наприклад: *Жінки-легенди: 8 українок, що підкорили світ* (08.03.2025); *Знай українське: 5 патріотичних мультфільмів до Дня Української Державності* (15.07.2025).

Отже, заголовки в «Освіторія Медіа» — це багатофункціональний комунікативний інструмент, що виконує низку важливих завдань. Вони передають основний зміст публікації (інформативна функція), емоційно залучають читача та стимулюють інтерес (мотиваційна функція), допомагають орієнтуватися в матеріалі та пропонують практичні рішення (навігаційна та інструктивна функції). Крім того, заголовки здатні спонукати до дії, критичного осмислення або ціннісної рефлексії (проблемно-акцентувальна, аналітична та соціокультурна функції).

ЛІТЕРАТУРА:

1. Зайцева С. Функції заголовків у новинній інтернет-журналістиці як засіб інформування про наукові досягнення. *Innovative pathway for the development of modern philological sciences in Ukraine and EU countries : Collective monograph. Vol. 1.* Riga, Latvia : “Baltija Publishing”, 2021. С. 173-188. URL: <https://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/83351>.
2. Павлюк Л. Заголовок у дискурсі мас-медіа: семантико-змістові риси і функціонально-структурні типи. *Теле- та радіожурналістика*. 2010. Вип. 9. С. 285–293.
3. Шульська Н., Зінчук Р. Комунікативно-функційний потенціал заголовків у мові сучасних медіа. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Філологія. Журналістика*. 2021. Том 32(71). №5. Ч.2. С. 220-225. URL: https://www.philol.vernadskyjournals.in.ua/journals/2021/5_2021/part_2/37.pdf.

Науковий керівник доктор педагогічних наук, професор Омельчук С.А.

УДК 793.33

Гербенська О.В.

НЕОКЛАСИКА В УКРАЇНСЬКОМУ БАЛЕТІ: СИНТЕЗ КЛАСИКИ, МОДЕРНУ ТА НАЦІОНАЛЬНИХ МОТИВІВ

У статті розглянута специфіка розвитку неокласичного стилю в українському балеті як синтетичного явища, що поєднує класичну техніку, елементи модерної хореографії та національні мотиви. На основі аналізу праць українських видатних дослідників хореографії розглянуто приклади балетних постановок, у яких відбувається інтеграція академічної традиції

та сучасної пластики. Визначено виклики, що постають перед українським балетом, та окреслено перспективи розвитку цього напрямку.

Ключові слова: неокласика, український балет, класичний танець, національні мотиви, модерн.

The article examines the specifics of the development of the neoclassical style in Ukrainian ballet as a synthetic phenomenon that combines classical technique, elements of modern choreography and national motifs. Based on the analysis of the works of prominent Ukrainian choreographic researchers, examples of ballet productions in which the integration of academic tradition and modern plasticity occurs are considered. The challenges facing Ukrainian ballet in the era of globalization are identified, and the prospects for the development of this direction are outlined.

Keywords: neoclassicism, Ukrainian ballet, classical dance, national motifs, modern.

Формулювання проблеми. Український балет упродовж XX–XXI століть розвивається у динамічному діалозі з європейською та світовою культурою. Одним із провідних напрямків його оновлення став неокласицизм, який синтезує академічну техніку класичного танцю, експресію модерну та національно-культурні мотиви. В Україні цей стиль набув власних особливостей, залежних від культурного середовища, історичної пам'яті та художніх пошуків митців. Попри актуальність, українська неокласика в балеті лишається недостатньо вивченою, що зумовлює потребу її глибшого аналізу.

Формулювання цілей статті. Мета полягає у з'ясуванні специфіки розвитку неокласичного стилю в українському балеті, його синтетичної природи та ролі національних мотивів у формуванні сучасного художнього образу.

Виклад основного матеріалу. Неокласичний балет – це форма класичного танцю 20 століття, яка відрізняється від класичного балету відсутністю сюжету та пишних декорацій, фокусуючись на тілі танцівника, його рухах і музиці. Характерними рисами є використання елементів сучасного танцю, вільне пересування сценою, м'якші положення рук і корпусу, а також акцент на лініях тіла за допомогою світла та простих костюмів. Неокласичний стиль в українському балеті виникає як наслідок синтезу кількох суттєвих чинників: класичної школи, модерних впливів та національної культури. Український балет тривалий час розвивався в рамках радянської академічної школи, де класика виступала основою. Однак уже у другій половині XX століття українські хореографи розпочали експериментувати з формою, темами та образністю. Як підкреслює культуролог, дослідник хореографічного мистецтва О. Чепалов, українська сцена прагнула «зберегти академічну дисципліну руху, але водночас вийти за межі усталеного канону» [4]. Характерним прикладом є постановка

«Лісова пісня» (1958, музика М. Скорульського, балетмейстер В. Вронський). У ній поєднуються класична основа танцю та українські народні мотиви. Образ Мавки створюється на витончених, витягнутих неокласичних лініях, тоді як Перелесник рухається у більш динамічній, модернізованій пластиці, що підкреслює протиставлення стихій природи.

Неокласика в Україні не зводиться лише до збереження академічних форм, вона жваво взаємодіє з модерною танцювальною мовою. Це зокрема помітно у творчості українського хореографа Радуги Поклітару. Його театр «Київ модерн-балет» став одним з центрів розвитку сучасної неокласики. Постановка «Кармен.TV» (2006) показує новий розв'язок: класичний сюжет опери Бізе інтерпретується за допомогою сучасних образів, динамічної хореографії, де поряд із академічними лініями з'являються елементи контемпорарі та модерну. За словами самого Поклітару, «неокласика – це метод розповісти стару історію новою мовою» [2]. Ще один приклад – його балет «Лускунчик» (2014), де класичний твір отримав сучасний соціальний контекст. Тут неокласична техніка поєднується з пластичною мовою, що відображає проблеми дитячої самотності й дорослого світу. Український неокласичний балет виділяється тим, що вбирає у себе національну міфологію, символіку та фольклорні елементи. Балетмейстерка, народна артистка України А. Рехвіашвілі відзначає, що українські хореографи прагнуть створити «стильову модель, у якій національні архетипи гармонійно поєднуються з класичною технікою та модерною свободою руху» [2]. Наприклад, хореограф Радуги Поклітару у балеті «Вій» інтерпретує український фольклорний сюжет з використанням контрасту світлого й темного пластичного руху: герої-селяни танцюють у стилізованій народній манері, тоді як фантастичні істоти (Відьма, чортівня) мають експресивну модернову лексику.

Як підкреслює докторка мистецтвознавства Г. Веселовська, застосування українських мотивів у неокласичних постановках сприяє «перетлумаченню традицій та їхньому впровадженню у сучасний художній обіг» [1]. Це наголошує, що неокласичний балет в Україні є не лише мистецьким явищем, а й шляхом збереження культурної пам'яті та формування національної ідентичності. Українські балетні трупи все частіше презентують неокласичні постановки на міжнародних фестивалях: прикладом є гастролі «Київ модерн-балету» у Франції, Польщі та Німеччині, де глядачі високо оцінили унікальність поєднання українських елементів із сучасною хореографією.

Виклики та перспективи розвитку. Попри досягнення, розвиток української неокласики стикається з низкою труднощів. Це насамперед обмежене фінансування театрів і проєктів, скорочення державної підтримки культури, конкуренція з масовими жанрами та проблема збереження високого рівня академічної підготовки виконавців. Крім того, українському балету часто бракує якісного промоушену на міжнародному рівні. Однак перспективи залишаються оптимістичними.

Українська неокласика активно інтегрується у світовий мистецький простір: виступи українських труп на фестивалях у Європі та США свідчать про зростаючий інтерес до цього стилю [4]. Залучення молодих хореографів, які експериментують із синтезом академічної та модерної пластики, формує нову хвилю українського балету. Крім того, звернення до національної тематики — історії, фольклору, символіки — робить українську неокласику впізнаваною і самотньою на світовій сцені [3].

Висновки. Неокласика в українському балеті є складним багатовимірним явищем, що поєднує академічну традицію, модерні експерименти й національні мотиви. Вона відображає діалог між минулим і сучасністю, між локальним і глобальним. Сьогодні українська неокласика виступає не лише мистецьким, а й культурним чинником, який формує ідентичність та інтегрує український балет у світовий контекст.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Веселовська Г. М. *Мистецтво танцю і балету ХХ століття*. Київ: Факт, 2012. 280 с.
2. Поклітару Р. М. *Танець як синтез: сучасні інтерпретації класики*. Львів: ЛНМА, 2020. 54–71 с.
3. Рехвіашвілі А. М. *Неокласика у хореографії: український вимір*. Харків: ХНУМ, 2019. 33–49 с.
4. Чепалов О. І. *Класичний танець і сучасна хореографія: точки перетину*. Харків: ХДАК, 2010. 180 с.

Науковий керівник доцентка Рехліцька А.Є.

УДК 371: 78

Гоман Ю.П.

ФОРМУВАННЯ ХУДОЖНЬОГО ОБРАЗУ ЗАСОБАМИ ОРИГІНАЛЬНОЇ ГРАФІКИ

У статті досліджується процес формування художнього образу в оригінальній графіці як одному з провідних напрямів сучасного мистецтва. Розглянуто особливості вираження символічних та емоційних аспектів образу, роль технічних прийомів і матеріалів. Визначено перспективи розвитку авторської графіки у контексті сучасних художніх практик. Також, висвітлюється тема гравюри — одного з найдавніших і водночас актуальних видів оригінальної графіки, що поєднує в собі технічну майстерність та глибокий символізм, адже кожен штрих, вирізьблений у дереві чи металі, має безпосередній вплив на сприйняття образу.

Ключові слова: художній образ, оригінальна графіка, гравюра, символіка, композиція, мистецтво.

The article examines the process of creating an artistic image in original graphics as one of the leading directions of contemporary art. The features of expressing symbolic and emotional aspects of the image, the role of technical methods and materials are considered. The prospects for the development of author's graphics in the context of contemporary artistic practices are defined. The topic of engraving is also highlighted – as one of the oldest and at the same time most relevant types of original graphics, which combines technical mastery and profound symbolism, since every stroke carved in wood or metal has a direct impact on the perception of the image.

Key words: artistic image, original graphics, engraving, symbolism, composition, art.

Постановка проблеми. Формування художнього образу є однією з ключових проблем мистецтвознавства. У графіці цей процес має особливу специфіку, адже в ній поєднуються пластичні засоби виразності, символічні підтексти та технічні можливості різних способів друку. Оригінальна графіка вирізняється, що забезпечує неповторність образу та високий рівень художньої індивідуальності. Проблема полягає у вивченні механізмів формування образу, що поєднує традиційні засоби і новітні експерименти.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика художнього образу досліджувалася багатьма науковцями. Теоретичні аспекти аналізу образності у мистецтві розкривали О. Лосєв, Б. Личковах, М. Каган. В українському мистецтвознавстві значна увага приділялася вивченню графічної мови та її символічних кодів (О. Петрова, Л. Савицька). Проте питання формування художнього образу саме в оригінальній графіці ще не знайшло достатнього висвітлення, що і зумовлює актуальність дослідження.

Формулювання цілей статті. Метою статті є визначення особливостей формування художнього образу засобами оригінальної графіки та розкриття ролі технічних і художніх прийомів у цьому процесі.

Виклад основного матеріалу. Художній образ у графіці формується через взаємодію кількох чинників:

1. Лінія та штрих – основні інструменти виразності, що дозволяють передати ритм, динаміку, емоційний стан.
2. Тональні співвідношення – контраст світла й тіні створює просторову глибину, акценти та драматургію композиції.
3. Фактура та матеріал – у гравюрі на дереві, офорті чи ліногравюрі фактура поверхні стає невід’ємною частиною образу.
4. Символіка – образ у графіці нерідко спирається на метафоричні та алегоричні засоби. Особливе значення має символіка тварин, рослин, геометричних форм, які виступають носіями культурних кодів.
5. Композиція – організація простору на аркуші дозволяє зосередити увагу глядача на головному, створюючи завершений художній наратив.

Оригінальна графіка, на відміну від репродуктивної, передбачає безпосередню авторську участь у процесі творення образу. Це може бути як класична гравюра, так і експериментальні техніки з поєднанням різних матеріалів. У сучасному мистецтві спостерігається тенденція синтезу традиційних засобів графіки з цифровими технологіями, що відкриває нові можливості для візуалізації художнього образу.

Висновки. Формування художнього образу засобами оригінальної графіки є складним і водночас гнучким процесом, що поєднує індивідуальність автора, технічні можливості матеріалу та культурно-символічний підтекст. Серед різноманітних методів особливе місце займає гравюра, адже вона дозволяє митцю через лінію, фактуру й тональність створювати образи з високим рівнем узагальнення та виразності. Кожна техніка – ксилографія, офорт, літографія чи ліногравюра – відкриває власні художні можливості й визначає характер образності.

Оригінальна графіка не лише зберігає традиційні засоби мистецького висловлення, а й активно взаємодіє з новітніми технологіями, збагачуючи сучасний художній простір. Вона є важливим засобом комунікації, оскільки через символіку, метафору та візуальну узагальненість здатна глибоко впливати на сприйняття глядача.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні взаємодії класичних графічних технік із цифровими медіа та аналізі ролі авторської індивідуальності у процесі творення художнього образу в сучасному культурному контексті.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Личковах Б. О. *Філософія мистецтва*. – К.: Либідь, 2000.
2. Петрова О. В. *Символіка в образотворчому мистецтві України XX ст.* – К.: Наукова думка, 2012.
3. Савицька Л. І. *Українська графіка: історія та сучасність*. – Львів: Світ, 2015.

Науковий керівник – кандидатка педагогічних наук, доцентка Малежик Ю.М.

УДК [781.22:78.071.2]:159.942.4:792.09

Гуцало С.Г.

АТМОСФЕРНІ ТА ЕМОЦІЙНІ АСПЕКТИ ЗВУКОРЕЖИСУРИ В ТЕАТРАЛЬНИХ ВИСТУПАХ

У статті розглядається еволюція звуку в сучасному театрі як самостійного драматургічного засобу, що впливає на настрій, емоції та сценічну структуру вистави. На основі практичних кейсів проаналізовано

особливості інтеграції сучасних засобів концертної та студійної звукорежисури в театральну постановку.

Ключові слова: театр, звукорежисер, лейтмотив, атмосфера та емоційний настрій вистави.

The article explores the evolution of sound in contemporary theatre as an independent dramaturgical tool that influences the mood, emotions, and stage structure of a performance. Based on practical case studies, it analyzes the specifics of integrating modern concert and studio sound engineering techniques into theatrical productions.

Keywords: theatre, sound engineer, leitmotif, atmosphere, emotional tone of the performance.

Актуальність теми зумовлена зростанням ролі аудіальних технологій у сценічному мистецтві та потребою в нових підходах до звукорежисури. У сучасному театрі звукова складова дедалі частіше постає не як фоновий супровід, а як самостійний драматургічний інструмент, що активно формує атмосферу, емоційний настрій і навіть драматургічну структуру вистави. Такий підхід вимагає залучення висококваліфікованих фахівців – звукорежисерів, здатних тонко працювати з аудіо як з художнім засобом.

Звукорежисер або звукоінженер (англ. audio чи sound engineer) – творча професія, пов'язана зі звуком: записом, обробкою, відтворенням звуку за допомогою технічних засобів звукових студій – та необхідна в таких галузях як звукозапис, радіо і телебачення, озвучування фільмів, обслуговування концертів. Також так називають людей, які зводять звук з відео [2; 3].

Специфіка звукорежисури в театрі полягає в тому, що вистава є цілісним аудіовізуальним твором, де звук нерозривно інтегрований у загальну художню концепцію, підпорядковуючись єдиному режисерському задуму.

На відміну від, наприклад, студійного звукозапису музичного альбому, де звукорежисер може мати значну творчу свободу у формуванні звукової палітри, у театрі він є співавтором, який реалізує бачення режисера-постановника у співпраці з композитором, відео-оператором та режисером зі світла.

Саме режисер-постановник є головним «продюсером» усієї вистави, включаючи і її звукову складову. Він визначає загальний характер, настрій, динаміку та драматургію звуку, що має підкреслювати дії акторів, створювати атмосферу, посилювати емоційний вплив на глядача та навіть виконувати роль повноцінного персонажа. Режисер може як самостійно сформулювати конкретні вимоги до звукового матеріалу, так і поставити відповідну задачу керівнику музичної частини (композитору), або безпосередньо звукорежисеру, надаючи їм певну свободу у виборі засобів, але при цьому, зберігаючи за собою кінцеве право схвалення та корекції.

Необхідно зазначити, що окрім виняткового вміння відчувати та реалізовувати задум режисера, у випадку застосування нових, подекуди навіть нестандартних рішень (інновацій) у формуванні звукового простору, звукорежисеру необхідно володіти не лише технічними, а й значними дипломатичними та комунікативними (філологічними) здібностями. Це вкрай важливо для конструктивного діалогу та донесення основної суті потенційної проблеми чи ускладнень, що виникають при впровадженні цих інновацій. При цьому потрібно уникати складної технічної термінології, яка може бути незрозумілою для творчої команди, чия сфера компетенції лежить в іншій площині.

Підкреслимо, що звукорежисер має бути здатним «перекладати» складну термінологію на мову художніх образів і драматургічних потреб, пояснюючи, як те чи інше технічне обмеження або, навпаки, інноваційна можливість, вплине на емоційне сприйняття вистави глядачем. Але разом з тим, важливо зберігати цілісність художнього задуму.

Використовуючи цифрові консолі, можна окрім портального апарату (основних акустичних систем), створити ще кілька окремих акустичних ліній для аудіального розширення простору. Наприклад, акустична система під сценою, або на стелі надасть пряме відчуття висоти простору. Додаткові джерела звуку в глибині сцени (Rearfil), при взаємодії з основними акустичними системами, дають відчуття глибини простору та руху об'єктів в цьому просторі (артист десь здалеку поспішає на основну сцену, чи рух транспорту). Прискорення або сповільнення ритму музики впливає на сприйняття подій у часовому розрізі.

Для прикладу розглянемо одну з нещодавніх прем'єр Херсонського обласного академічного музично-драматичного театру імені Миколи Куліша – «Мій нік І'vAZOVsky». Моновистава поставлена режисеркою Іриною Корольовою за п'єсою Олексія та Валентини Пономарьових. Автор Олексій Пономарьов виступив і у ролі головного героя, композитора та саундпродюсера. Сюжет п'єси розповідає про життя українського співака-композитора, який перебуває в окупації [1; 5].

Доцільно зосередити увагу на принципах використання звуку для створення певної атмосфери (напруги, таємниці, радості тощо) та технічних прийомів створення ефектів присутності, масштабу, простору.

Звук вистави побудований по принципу 5D(4.1) та інтегрований у загальний просторовий образ театрального дійства, що дало можливість створити «живе», об'ємне акустичне поле. Глядач перебуває безпосередньо в середині цього звукового простору. Саме цей прийом забезпечує більш реалістичне занурення.

Перед початком вистави, актор пише музику на фоні морських хвиль, що супроводжуються просторовим звуком моря. Раптова зміна динаміки та атмосфери звуку створює миттєве відчуття загрози і напруги.

В театральних виставах досить часто використовуються лейтмотиви та музичні теми. Це особливо характерно тим постановкам, де режисер

прагне підсилити драматургічний підтекст чи створити глибоку емоційну структуру. Як зазначено у словнику театру, лейтмотиви (нім. *Leitmotiv* буквально «провідний мотив») [4] функціонують як «код розпізнавання» – вони дозволяють глядачеві інтуїтивно орієнтуватися в сценічному просторі, асоціювати повторювані звуки, фрази чи жести з певними персонажами або темами.

У комедіях лейтмотив може набувати форми комічного повтору, як у Мольєра, а в поетичному театрі – риторичних фігур або звукових рефренів. Щодо трагічних постановок, то лейтмотиви часто виконують функцію просвітництва або символу неминучості. Деякі режисери, такі як Роберт Вільсон, будують цілі вистави на сценічних лейтмотивах – повторюваних жестах, музичних фрагментах або образах.

У виставі «Мій нік І'vAZOVsky» також використано лейтмотив. У ролі провідного мотиву став шум моря. В деяких випадках він доповнюється мелодією скрипки, та в будь-якому випадку він повертає головного героя та глядачів до приємних, теплих спогадів про довоєнний Український Крим.

Вся вистава пронизана динамічними переходами від розмов-роздумів до написання нових музичних творів. Все це вимагає від звукорежисера швидких змін налаштування звукового міксу, що неможливо без використання цифрових мікшерних консолей з функцією попереднього збереження сцен.

Важливо зазначити, що у виставі є така цікава річ, як спів головного героя у різні мікрофони. Для звукорежисера це є надзвичайно високим викликом. Тому, щоб досягти однорідного звучання під час співу у гарнітуру та співу у студійний конденсаторний мікрофон – є досить складна задача. Звичайно, звук на виході різний, але без заздальгідь збережених сцен та пресетів це зробити у лайф виставі неможливо.

Більшість елементів декорацій та реквізиту є діючим обладнанням, яке актор використовує за прямим призначенням у діях вистави: це і програвач для платівок з платівкою, і цифрове піаніно, ноутбук та багато іншого.

Один із елементів декорації – є технологічними мізками всього звуку. Це рекова стійка з приладами та цифровим мікшерним пультом, на яких і зав'язана вся технологічна маршрутизація проєкту. Цікаво те, що індикатори на приладах реагують на зміну звуку, тим самим є частиною «життя» дії вистави та підсилюють ефект присутності для глядача.

Також у виставі використовується електронна барабанна установка. Завдяки тому, що вона має безліч різних звуків та пресетів, вдалося отримати абсолютно різноманітне звучання як за стилістичним забарвленням ударних так і за характером звуку.

Не можна оминати важливу роль скрипки у виставі. Скрипка під'єднана до гітарного процесору, що робить її вже не просто акустичним, а синтезуючим нові звуки інструментом, який протягом вистави гнучко змінює тембр скрипки в залежності від потреб дії, що відбувається на сцені.

Частиною вистави є композиція «Жовто-синя стрічка». На перший погляд може здаватися, що це просто пісня у супроводі бенду, але для звукорежисера та визвучки це досить гучний виклик щодо професійності. Композиція складається з двох основних акомпануючих і, водночас, сольних інструментальних партій бас-гітари та фагота. Ні для кого не є секретом, що ці два інструменти записуються у басовому ключі, а значить виконують у палітрі аранжировки басову лінію. З боку звукорежисера слід уникнути конфлікту двох басових інструментів, що мають різний мелодичний та ритмічний малюнок. Цього вдалося досягти завдяки концепції 5d звуку, де різні інструменти направлені в різні колонки (різні аудіо виходи).

У цьому театральному дійстві є ще одна цікава звукорежисерська знахідка, яка на перший погляд нібито й непомітна, але технологічно представляє собою родзинку. На сцені стоїть басова колонка – елемент декорації, з яким головний герой постійно працює. Ця басова колонка під'єднана в мережу озвучувальної «павутини» і виконує технологічну роль – роль сабвуфера. З нашої точки зору, це абсолютна новизна технологічного середовища в рамках озвучування вистави.

Отже, доходимо висновку, що вистава «Мій нік ІvAZOVsky» є найскладнішою і найцікавішою в плані технічної реалізації серед моновистав Херсонського обласного академічного музично–драматичного театру імені Миколи Куліша.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вгору. У Херсоні відбулась прем'єра вистави «Мій нік ІvAZOVsky» URL: <https://vgoru.org/novini/u-xersoni-vidbulas-premjera-vistavi-mij-nik-ivazovsky>
2. Звукорежисер // Українська музична енциклопедія. У 2 т. Т. 2. [Е – К] / гол. редкол. Г. Скрипник. Київ : Видавництво Інституту мистецтвознавства, фольклористики та етнології НАН України, 2008. С. 143–144. URL: https://chtyvo.org.ua/authors/Skrypnyk_Hanna/Ukrainska_muzychna_entsyklopediia_Tom_2.pdf
3. Звукорежисер // Вікіпедія.
URL: <https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%97%D0%B2%D1%83%D0%BA%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%B6%D0%B8%D1%81%D0%B5%D1%80>
4. Лейтмотив // Портал Експеримент16 вересня 2025. URL: <https://md-eksperiment.org/post/20250204-lejtmotyv>
5. Суспільне Херсон. На фестивалі «Мельпомена Таврії» у Херсоні показали моновиставу «Мій нік ІvAZOVsky» URL: <https://suspilne.media/kherson/1116596-na-festivali-melpomena-tavrii-u-hersoni-pokazali-monovistavu-mij-nik-ivazovsky/>

Науковий керівник докторка педагогічних наук, професорка Лимаренко Л.І.

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ВИКЛАДАЧІВ-ВОКАЛІСТІВ МИСТЕЦЬКИХ ШІКІЛ З ВИКОРИСТАННЯМ МОЖЛИВОСТЕЙ ІКТ

У статті досліджено педагогічні умови формування професійної компетентності викладачів-вокалістів мистецьких шкіл із використанням інформаційно-комунікативних технологій. Показано, що сучасний освітній процес потребує інтеграції інноваційних форм комунікації, які забезпечують відкритий діалог між викладачем, учнем і батьками, сприяють розвитку рефлексії та індивідуалізації навчання. Визначено, що ключовими умовами є готовність педагогів до інновацій, створення інтерактивного освітнього середовища, формування культури безпечного використання інформаційних ресурсів і поєднання традиційних та сучасних методів навчання. Зроблено висновок, що використання інформаційно-комунікативних технологій сприяє підвищенню ефективності вокальної педагогіки та формуванню викладача нового типу – комунікативно компетентного та культурно орієнтованого.

Ключові слова: професійна компетентність, викладач-вокаліст, мистецька школа, педагогічні умови, інформаційно-комунікативні технології.

The article examines the pedagogical conditions for the formation of professional competence of vocal teachers in art schools through the use of information and communication technologies (ICT). It is shown that the modern educational process requires the integration of innovative forms of communication that ensure open dialogue between teacher, student, and parents, promote reflection and individualization of learning. It is determined that the key conditions are teachers' readiness for innovations, creation of an interactive educational environment, fostering a culture of safe use of information resources, and combining traditional and modern teaching methods. It is concluded that the use of information and communication technologies increases the effectiveness of vocal pedagogy and contributes to the formation of a new type of teacher – communicatively competent and culturally oriented.

Keywords: professional competence, vocal teacher, art school, pedagogical conditions, information and communication technologies

Сучасна мистецька освіта в Україні перебуває в умовах суттєвих змін, що зумовлені розвитком інформаційного суспільства та необхідністю оновлення педагогічних практик. Особливу увагу привертає питання формування професійної компетентності викладачів-вокалістів мистецьких

шкіл, адже саме вони відіграють провідну роль у збереженні та розвитку вокальних традицій, формуванні естетичних смаків молоді й забезпеченні якісного навчального процесу. Сьогодні професійна компетентність викладача вже не обмежується лише виконавською майстерністю чи методичною грамотністю – вона включає здатність організовувати комунікацію, взаємодію, діалог у сучасному інформаційному середовищі, що є ключовим завданням інтеграції інформаційно-комунікативних технологій (ІКТ).

У вітчизняній педагогічній науці проблематику впровадження ІКТ в освітній процес досліджували такі науковці, як О. Голощук [1], М. Жалдак [2], Т. Острецова [4], Д. Острецов [4], Н. Морзе, О. Овчарук, І. Іванюк, С. Литвинова [3]. Зокрема, М. Жалдак заклав фундаментальні основи інформатизації освіти в Україні; Т. Острецова та Д. Острецов досліджують вектори розвитку ІКТ в середовищі музичної освіти; О. Овчарук та І. Іванюк провели низку досліджень щодо рівня володіння вчителями цифровими технологіями та їх готовності використовувати комунікативні платформи в освіті; С. Литвинова описала створення цифрового освітнього середовища та інтерактивних форм взаємодії між учасниками навчального процесу. Ці дослідження підкреслюють, що інтеграція ІКТ є не додатковим, а системним чинником формування професійної компетентності викладача, зокрема й викладача вокалу.

Формування професійної компетентності викладача-вокаліста в умовах мистецької школи має власну специфіку. Викладач виступає водночас наставником, виконавцем і комунікатором. Його діяльність спрямована не лише на розвиток технічних вокальних умінь учнів, а й на формування їхньої естетичної чутливості, культурних орієнтацій і здатності до художнього самовираження. Тому сучасні педагогічні умови повинні забезпечити організацію відкритого комунікативного середовища, де учень є активним учасником діалогу, а викладач – медіатором взаємодії.

ІКТ у мистецькій освіті виконують передусім функцію комунікаційного посередника. Вони дозволяють підтримувати постійний контакт між учнем і викладачем, організовувати групові дискусії, обмінюватися матеріалами, проводити дистанційні консультації. Для вокальної педагогіки це особливо важливо, адже формування професійних умінь потребує багаторазового повторення, закріплення, а також аналізу власних досягнень. Використання інформаційно-комунікативних технологій дає змогу зберігати записи виконань, порівнювати результати в динаміці, отримувати фідбек не лише від викладача, а й від однолітків, що розвиває у дітей критичність мислення й комунікативні навички [1].

Важливою педагогічною умовою є готовність викладача інтегрувати ІКТ у свою практику. Дослідження Н. Морзе та О. Овчарук показують, що цифрова компетентність педагога безпосередньо залежить від мотивації до професійного розвитку та готовності до змін. У мистецькій школі це виявляється у вмінні використовувати інтерактивні платформи для

організації концертів, конкурсів, репетицій, у створенні електронних методичних матеріалів, мультимедійних презентацій, онлайн-курсів. Викладач-вокаліст, який володіє цими інструментами, стає здатним забезпечити різноманітність освітнього процесу й підтримати інтерес учнів [4, С. 64-66].

Не менш важливою умовою є формування інтерактивного середовища в мистецькій школі. Це передбачає не лише оснащення закладу технічними засобами, а й створення умов для постійної комунікації між усіма учасниками освітнього процесу: учнями, викладачами, батьками, адміністрацією. Соціальні мережі, месенджери, електронні журнали стають платформами для організації партнерства та прозорості. У цьому контексті викладач виконує функцію модератора комунікацій, що сприяє формуванню довіри та взаємоповаги в навчальному процесі.

Окремої уваги заслуговує питання рефлексії. Використання ІКТ робить можливим запис і колективний аналіз виконання учнів. Це дає змогу побачити власні помилки, почути себе з боку, оцінити динаміку розвитку. Такий підхід формує здатність до самоаналізу та критичного ставлення до власної роботи, що є важливою складовою професійної компетентності. Крім того, організація взаємооцінювання у групі через комунікативні платформи розвиває культуру конструктивного зворотного зв'язку[2].

Інформаційно-комунікативні технології створюють нові умови для індивідуалізації навчання. Викладач може забезпечити учня додатковими матеріалами, індивідуальними завданнями, персоналізованими консультаціями в позаурочний час. Це дає змогу враховувати особливості темпу й стилю навчання кожної дитини. Така індивідуалізація сприяє розвитку відповідальності й автономності учнів.

Ще однією важливою умовою є формування культури відповідального використання ІКТ. Викладач має дбати не лише про технічний бік, а й про етичні та правові аспекти: повага до авторського права, дотримання правил онлайн-спілкування, захист персональних даних. Ці питання набувають особливої актуальності в умовах зростання впливу цифрового середовища на дітей і молодь. Завдання педагога – виховати у своїх учнів здатність до безпечної та культурної комунікації.

ІКТ також відкривають широкі можливості для збереження й популяризації національних вокальних традицій. Записи народних пісень, створення електронних архівів, онлайн-конкурси з виконання українського вокального репертуару стають важливим інструментом інтеграції культурної спадщини в сучасний освітній процес. Викладачі-вокалісти, які активно використовують ці ресурси, формують у своїх учнів не лише професійні навички, а й національну ідентичність, повагу до власної культури [1].

Застосування ІКТ у педагогічній практиці сприяє й розвитку партнерства між викладачами. Спільноти педагогів у мережі, професійні онлайн-групи дозволяють обмінюватися досвідом, ділитися методичними

розробками, консультуватися з колегами. Це формує професійне середовище, яке стимулює постійне вдосконалення компетентності та підтримує інноваційний розвиток.

Таким чином, педагогічними умовами формування професійної компетентності викладачів-вокалістів мистецьких шкіл із використанням ІКТ виступають: готовність педагогів до інноваційної діяльності; створення інтерактивного освітнього середовища; розвиток рефлексивних практик; забезпечення етичних і безпечних стандартів комунікації; організація індивідуалізованого навчання; інтеграція культурної спадщини у цифрові формати; підтримка професійних спільнот. Усі ці умови забезпечують становлення нового типу викладача – не лише носія традицій, а й активного комунікатора, здатного поєднувати класичну вокальну школу з сучасними інформаційними технологіями [3].

Формування професійної компетентності викладачів-вокалістів у мистецьких школах є складним багатфакторним процесом, який сьогодні неможливо уявити без інтеграції інформаційно-комунікативних технологій. Вони стають засобом удосконалення педагогічної взаємодії, розширення комунікативного простору, підтримки партнерства й прозорості освітнього процесу. Вітчизняні дослідники зробили значний внесок у розробку теоретичних і практичних основ цього напрямку, підкреслюючи, що ІКТ є інструментом розвитку компетентності педагога та фактором модернізації освіти.

Забезпечення педагогічних умов – готовності викладачів, створення інтерактивного середовища, формування рефлексії, індивідуалізації, дотримання етичних норм і розвитку професійних спільнот – сприятиме становленню нового покоління викладачів-вокалістів, які здатні гнучко реагувати на виклики сучасності, зберігаючи при цьому національні мистецькі традиції.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Голошук О.О. Вплив музично-інформаційних технологій на розвиток сучасного музичного мистецтва. Актуальні проблеми розвитку українського мистецтва: культурологічний, мистецтвознавчий, педагогічний аспекти. Волинський національний університет імені Лесі Українки. 2023. С. 352-356. DOI: <https://doi.org/10.36059/978-966-397-317-3-100>
2. Жалдак, М. І. Система підготовки вчителя до використання інформаційно-комунікаційних технологій в навчальному процесі. *Інформатика та інформаційні технології в навчальному закладі*. № 4-5, 2011. С. 76–82. Режим доступу: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/869/> (дата звернення – 30. 09. 2025)
3. Литвинова С. Г. Цифрове освітнє середовище та мережеві форми навчання: методичні аспекти впровадження. *Інформаційні технології і засоби навчання*. 2018. Т. 66, № 4. С. 1–14.
4. Острецова Т.О., Острцов Д.І. Синергія мистецтва і техніки: вектори розвитку музичних інформаційних технологій. Електронне наукове фахове видання «Відкрите освітнє е-середовище сучасного університету». 2024. Вип. 16, С. 106-19. DOI: <https://doi.org/10.28925/2414-0325.2024.168>

5. Цифрова компетентність сучасного вчителя нової української школи: зб. тез доповідей учасників всеукр.наук.-практ.семінару (Київ, 12 березня 2019 р.) / за заг.ред., О.В.Овчарук. Київ.: Інститут інформаційних технологій і засобів навчання НАПН України: Київ, 2019, 108 с.

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, доцентка Гунько Н.О.

УДК 811.112.2:81'37

Дьяченко К.О.

МОВНА РЕПРЕЗЕНТАЦІЯ ҐЕНДЕРУ У СУЧАСНІЙ НІМЕЦЬКІЙ МОВІ

У цій статті розглядається питання представництва ґендеру у сучасній німецькій мові. Зокрема граматичні, лексикографічні та соціолінгвістичні компоненти ґендерної репрезентації, зосередження їх на ролі чоловічої термінології, фемінізації посадових інструкцій та розширенню інклюзивної термінології. У статті висвітлюється, що мовна реформа в Німеччині є частиною більшого переходу до ґендерної рівності та соціальної справедливості.

Ключові слова: німецька мова, ґендер, граматичний рід, маскулінатив, інклюзивність.

The article discusses the issue of gender representation in modern German. Specifically, it studies the grammatical, lexicographical, and sociolinguistic aspects of gender representation, focusing on the use of masculine terminology, the demonization of job descriptions, and the adoption of inclusive terminology. The article contends that language reform is a part of a broader transition towards gender equality and social justice.

Keywords: German language, gender, grammatical gender, masculinity, inclusivity.

Постановка проблеми. Мовна репрезентація ґендеру є одним із центральних питань сучасної соціолінгвістики. Мова не лише фіксує реальність, а й активно бере участь у її конструюванні: через граматичні й лексичні категорії вона впливає на те, як люди сприймають соціальні ролі, професії та навіть власну ідентичність.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Дослідження ґендеру у німецькій мові привертає до себе увагу різних науковців сучасності, зокрема Весоловського, О. В., & Петришак, Б. Я., Грабійчук, М. В., Слабої О.В., Дівальд Г. та інш. (1; 2; 3; 4).

Мета статті полягає у всебічному аналізі мовної репрезентації гендеру в сучасній німецькій мові з урахуванням граматичних, лексичних та соціолінгвістичних аспектів. **Основним завданням** є огляд досліджень у царині гендерної лінгвістики, висвітлення відображення гендеру в німецькій мові та ролі мовних реформ у відображенні соціальних трансформацій та створенні більш інклюзивного мовленнєвого простору.

Німецька мова належить до таких мов, у яких граматичний рід має системоутворююче значення. Вона, як і українська, польська чи французька, відноситься до флективних мов, де категорія роду закріплена на кількох рівнях — у морфології (артиклі, прикметники, займенники), у словотворі (*Lehrer – Lehrerin*) та у семантиці. Така особливість призводить до того, що граматичний рід нерідко накладається на соціальні уявлення про стать і гендер. Наприклад, слово *der Arzt* вказує не лише на граматичний чоловічий рід, але й актуалізує у свідомості носія мови образ лікаря-чоловіка.

Унівесальні маскулінативи сприймалися як норма впродовж століття.

Словосполучення *die Studenten* охоплює і чоловіків, і жінок, хоча на когнітивному рівні викликав насамперед образ у чоловіків. На сьогоднішній день дослідження доводять, що така практика не є «нейтральною», адже формує уявлення чоловіка як норму, а тоді жінку як вийняток. Ця проблема набула особливого значення в умовах демократизація та глобалізації.

Це питання є також актуальним для української мови: дискусії про фемінативи (лікарка, вчителька, авторка), які досі тривають. Схожі суперечки існують і у французькій, і в польській мовах, що наглядно показує про загальноєвропейську тенденцію. Отже, німецький досвід є важливим не тільки у власному контексті, а й у порівняльній перспективі для майбутнього.

Виникнення в Німеччині гендерної лінгвістики пов'язане з працями, які датуються 1970-1980-ми роками, а саме під впливом феміністичного руху почали активно аналізувати мову та її роль зважаючи на нерівності.

Луїзе Пуш у своїй праці *Das Deutsche als Mannersprache* (1984) дослідила, що історична німецька мова була спрямована на чоловічий досвід. Вона навела приклади, де саме унівесальні маскулінативи виключають жінок, і закликала до мовної реформи. Її праця стала своєрідним маніфестом феміністичної лінгвістики та започаткувала новий напрям у наукових дослідженнях [2].

Хайдемарі Тремель-Пльоц підкреслила у монографії *Linguistik und Frauensprache* (1982), що жіноче мовлення має свої власні структури та прагматичні особливості, які лінгвістика ігнорувала. Вона стверджувала, що мовні норми, які створені на основі «чоловічого стандарту», не можуть описати мовлення жінок, і саме це призводить до їхньої марганалізації [3].

Авторка Гізела Зіфонун у своїй праці *«Geschlechtsunspezifisches Maskulinum oder Genderstern»* (2024) аналізує вживання так званого «маскуліну» на позначення осіб та порівнює його з новими інклюзивними

формами на зразок *Ärztin*. Гізела Зіфонун додає, що мовний вибір має не лише граматичний, а й соціальний вимір і безпосередньо впливає на уявлення про стать і гендер [5, с. 15–16].

Габріеле Дівальд у своїй статті «*Geschlechtergerechte Sprache: recycelte Einwände und was man wirklich weiß*» (2024) розглядає питання гендерно чутливої мови в німецькому суспільстві крізь призму аргументів «за» і «проти», що вже багато років повторюються у публічних дебатах. Авторка доводить, що переважність критичних зауважень проти гендерної мови є радше емоційними чи ідеологічними, ніж науково обґрунтованими, і наголошує на необхідності відрізнити усталені міфи від результатів сучасних лінгвістичних досліджень.

Під час аналізу Дівальд узагальнює емпіричні дані щодо зрозумілості, зручності та прийнятності інклюзивних мовних форм у сучасній німецькій. Авторка приходить до висновку, що гендерно чутлива мова не лише відображає соціальні трансформації, а й може сприяти більш інклюзивному мовленнєвому простору [1, с. 210].

Складна система граматичного роду німецької мови охоплює всі іменники. Використання чоловічих форм, як універсальних, було зумовлено з економією мовних засобів, але це тільки закріплювало асиметрію у сприйнятті статей. Наприклад, речення *Die Studenten haben die Prüfung bestanden* граматично за своїм змістом може означати змішану групу, але більшість мовців уявляють саме чоловіків.

Першою спробою зробити жінок «видимими» у мові стало фемінізування назв професій. З'явилися такі форми *Lehrerin*, *Studentin*, *Ärztin*, які активно використовуються в освіті та ЗМІ. Всупереч цьому, ця ідея зберігала бінарну систему і не враховувала небінарних ідентичностей.

Таким чином, мовна репрезентація гендеру в німецькій мові є складним та багаторівневим процесом. Дедалі частіше піддаються критиці традиційні маскулінативи як такі, що закріплюють асиметрію. Першим кроком до рівності стала фемінізація професійних назв, але не врахувала небінарних ідентичностей.

В подальшому дослідження можуть зосередитися на таких напрямках.

- **В освіті** — визначити, як інклюзивна мова впливає на формування світогляду молоді й чи сприяє розвитку їх толерантності.

- **У медіа** — розробити спільні підходи, які б поєднували коректність та зрозумілість.

- **У міжнародному контексті** — порівняти досвід різних країн.

Німецький досвід переконливо доводить: мова є не тільки нейтральним інструментом, а ще вона активно формує суспільні уявлення і може бути засобом подолання дискримінації та подоланням дискримінації.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Весоловський, О. В., & Петришак, Б. Я. Лексичне відображення гендерного компонента в німецькій фразеології. *Наукові записки. Серія: Філологічні науки*. 2024. № 208. С. 67–71.

2. Грабійчук, М. В. Прислів'я та приказки з гендерним компонентом у сучасній німецькій мові : магістерська дис. : 035 Філологія. Київ, 2020. 97 с.
3. Слаба О.В. Засоби досягнення гендерної коректності у сучасній німецькій мові. *Науковий журнал Львівського державного університету безпеки життєдіяльності «Львівський філологічний часопис»*. 2019. № 6. С. 192-195.
4. Diewald G. Geschlechtergerechte Sprache: recycelte Einwände und was man wirklich weiß // Ewels A., Nübling D. (Hrsg.). *Geschlechterbewusste Sprache – Argumente, Positionen, Perspektiven*. Thema Deutsch, Bd. 15. Baden-Baden: Georg Olms Verlag, 2024. 205–226 S.
5. Nübling A., Kotthoff H., Bittner A. *Genderlinguistik: Eine Einführung in Sprache, Gespräch und Geschlecht*. Tübingen: Narr Francke Attempto, 2018. 393 S.
6. Pusch L. *Das Deutsche als Männersprache*. Frankfurt am Main: Suhrkamp, 1984. 208 S.
7. Trömel-Plötz H. *Linguistik und Frauensprache*. Frankfurt am Main: Fischer, 1982. 218 S.
8. Zifonun G. Geschlechtsunspezifisches Maskulinum oder Genderstern // Trutkowski E., Meinunger A. (Hrsg.). *Gendern – auf Teufel's komm raus?* Berlin: Kadmos, 2024. 13–32 S.

Науковий керівник кандидатка філологічних наук, доцентка Ковбасюк Л.А.

УДК 821.161.2'06-1.09:355.4

Киця А.А.

КОНЦЕПТ «УКРАЇНА» В ПОЕТИЧНОМУ МОВЛЕННІ МАКСИМА КРИВЦОВА

У цій науковій розвідці проаналізовано концепт «Україна» в поезії військовослужбовця ЗСУ Максима Кривцова. Досліджено роль концепту «Україна» в мовомисленні та когнітивній картині світу митця. Встановлено вплив на вербалізацію цього концепту у поетичних текстах М. Кривцова воєнних подій у рідній країні.

Ключові слова: *концепт, концептосфера, когнітивна картина світу, концепт «Україна», поет-військовослужбовець.*

In this scholarly study, the concept of “Ukraine” is analyzed in the poetry of the Armed Forces of Ukraine serviceman Maksym Kryvtsov. The research explores the role of the concept of “Ukraine” in the poet’s linguistic worldview and cognitive picture of the world. The influence of the war events in his native country on the verbalization of this concept in M. Kryvtsov’s poetic texts is traced.

Key words: *concept, conceptosphere, cognitive picture of the world, concept of «Ukraine», poet-soldier.*

Концепти є фундаментальними одиницями когнітивної діяльності, котрі структурують знання та забезпечують інтеграцію нової інформації в існуючу систему уявлень. У такій формі індивіди організовують свій досвід

і знання, що сприяє глибшому розумінню навколишньої реальності. Концепти утворюють когнітивні схеми, що використовуються для пізнання, інтерпретації та створення нових значень.

Н. Слухай зауважу, що «визначення концепту в межах філософської теорії пізнання та відображення дійсності варіюються в такому діапазоні: від широкого (складні ментальні утворення – думка, знання, віра, причина, осмислені на основі широкого онтологічного фону речей, які складають оточуючий світ, та власного досвіду людини) до дещо звуженого (сенси, якими оперує людина у процесі згортання) або інтеріоризації, знання про оточуючий світ, які зберігаються у вигляді квантів, таких як життя, смерть)» [1, с. 464].

Теоретичні основи формування та типології концепту були розроблені у працях вітчизняних науковців: З. Бойко, К. Голобородька, О. Джеріх, Н. Плотнікової, М. Полюжина, Н. Таценко, О. Цьмух, Н. Шаманової, Я. Яремка та ін. Їхні наукові дослідження зосереджені на структуруванні концептуальних одиниць, їх характеристиках та функціях у когнітивній системі. Особлива увага в науковому дискурсі приділяється концепту «Україна», котрий досліджували О. Прищепа, А. Плечко, О. Свисюк та ін.

Аналізуючи різноманітні шляхи тлумачення концепту, О. Цьмух визначає його як «оперативну одиницю свідомості, ментальне утворення, що має образний та емоційнооцінний потенціал, етнокультурну специфіку, і є базовою одиницею універсального предметного коду людини» [2, с. 329]. Таке тлумачення підкреслює багатокомпонентний характер поняття як когнітивного явища та його здатність поєднувати різні рівні людського досвіду. У цьому контексті поняття постають як абстрактні елементи, що виникають на основі узагальнення індивідуального та колективного досвіду і відображають суттєві характеристики об'єктів, явищ або процесів. Вони інтегрують раціональні, емоційні та культурні компоненти, виконують функцію семантичних орієнтирів у людській свідомості та формують когнітивну картину світу.

Поняття «Україна» в художньому дискурсі українських митців посідає провідне місце у формуванні їхнього мовного світогляду, що зумовлено впливом етноментальних чинників. С. Єрмоленко зауважує, що «поетичні тексти про Україну можна розглядати як вербалізацію наскрізної національної ідеї, утіленої в лексико-асоціативному полі “Україна” і у відповідному концепті» [5, с. 20]. Засоби мовного представлення цього концепту відображають національно-специфічні емоції та уявлення, сформовані на основі історичного та культурного досвіду. У мовному просторі вони набувають форми ментальних структур, що фіксують етнічно зумовлене розуміння та оцінку реальності.

Концепт «Україна» у поезії військовослужбовця ЗСУ Максима Кривцова постає як багатокомпонентний когнітивно-культурний конструкт, що інтегрує емоційний, ціннісний та ідентифікаційний виміри. Український поет Максим Кривцов (позивний – Далі) – учасник Революції гідності та

бойових дій з 2014 року, загинув 7 січня 2024 року після повернення на фронт після початку повномасштабного вторгнення росії. Наприкінці 2023 року вийшла друком його збірка поезій «Вірші з бійниці», яку український ПЕН включив до списку найкращих книг року. Після смерті автора збірку перевидали, щоб підтримати його родину. Кошти від продажу збірки також спрямовуються на освітні ініціативи для військових [3].

У вірші «Падає ліс...» М. Кривцов вербалізує концепт «Україна» за допомогою лексем-гідронімів: *«Падає ліс / падає людина / падає осінь / впадає / як Оскіл впадає в Сіверський Донець / дві річки, які мені поперек горла»* [4, с. 31]. Гідроніми *Оскіл* і *Сіверський Донець* мають глибоке семантичне та когнітивне значення, оскільки символізують трагічний досвід війни та асоціюються з районами запеклих боїв. Тут митець підкреслює драматичний досвід суб'єкта, для якого топоніми стають символами втрати, страждання та екзистенційної напруги. Таким чином, гідроніми у вірші стають когнітивними маркерами поняття «Україна», поєднуючи просторовий, історичний та емоційний виміри.

У вірші М. Кривцова «Він переїхав у Бучу в середині березня 2021-го...» [4, с. 9] використовуються лексеми *хрест*, *цвях* та *спис*, що відсилають до біблійної історії розп'яття Ісуса Христа. Їх співвідношення з атрибутами сучасної війни – кулі замість цвяхів і артилерія замість списів – поглиблює трагізм сприйняття навколишнього світу. У цьому поетичному тексті також зустрічається образ Голгофи. Г. Матусяк вважає, що «його Голгофи викликають чіткі асоціації з гарячими точками на Сході, бо їхнє розташування – “за вугільними шахтами”» [6, с. 72]. Таким чином поет модернізує традиційний християнський мотив, надаючи йому нових відтінків значення. Це дозволяє представити Україну та її народ як розп'яту спільноту мучеників в умовах війни.

У поетичних творах комбатанта М. Кривцова синтагматика концепту «Україна» реалізується через активне вживання прикметників та дієприкметників. Ці мовні засоби актуалізують концептуальні значення, серед яких особливо виділяються естетичні параметри. Наприклад, у вірші «І говори зі мною більше говори ти...»: *«ти так полюбиш це терпке прозоре місто»* [4, с.15]. Інший напрямок вербалізації стосується відображення воєнного стану, наприклад, у вірші «Почалась...»: *«там згорілі села / там згорілі міста / там згорілі тіла»* [4, с. 146]. Прислівник *там* виступає маркером локалізації і водночас підкреслює трагічність зруйнованих територій. Аналіз дієслівної сполучуваності концепту «Україна» засвідчує наявність двох основних типів зв'язку: концепт може виступати суб'єктом дії, формуючи активну позицію у мовній структурі, а також може репрезентуватися як об'єкт дії або стану, що ілюструє приклад вірша «Я йду по чорній вулиці...»: *«Пахне землею і пахне вогнем»* [4, с. 47]. Таким чином, синтагматичні та граматичні параметри дозволяють розглядати концепт «Україна» у поезії М. Кривцова як багатовимірну когнітивно-лінгвістичну конструкцію, що поєднує естетичний, військовий та екзистенційний виміри.

В ідіостилі поезії М. Кривцова концепт «Україна» нерозривно пов'язаний з концептом «війна». Це поєднання виражається за допомогою образних і емоційних засобів, що відтворюють трагічний досвід сучасного конфлікту. До прикладу, вірш М. Кривцова «Вітаємо всіх на найжахливішому ток-шоу “Війна”...»: *«Слава Україні! / Найжахливіше ток-шоу у світі “Війна”: / плескайте в долоньки, поки вони у вас є / тупотіть ніжками, поки вони у вас є»* [4, с. 37]. Тут концепт «Україна» виступає як центр наративу, через який передається переживання воєнного стану та загроза життю громадян. Лексичні та синтаксичні структури вірша підкреслюють іронічно-трагічний характер реальності війни, що впливає на свідомість ідентичних суб'єктів. Таким чином, поетична репрезентація «України» в ідіостилі М. Кривцова поєднує національну самоідентифікацію з драматичними аспектами воєнних реалій.

У вірші М. Кривцова «На голку війни...» концепт «Україна» представлено метафорично: *«Я їду повз чорне море соняхів / спокійне / як пам'ятники / розганяюсь і стрибаю в нього / наче з пірса / є-ху!!!! / неси мене чорне море соняхів»* [4, с. 25]. Чорне море і соняшники традиційно асоціюються з Україною, де море символізує простір, безмежність і глибину, а соняшники є впізнаваним елементом українського ландшафту і символом національної ідентичності. Поєднання цих образів створює метафоричний образ України як величного, мирного і гармонійного простору, де поєднуються природна краса і внутрішня сила. Стрибок у чорне море соняшників символізує занурення людини у рідний світ, переживання радості, свободи та єдності з батьківщиною. Така вербалізація концепту демонструє, як традиційні символи природи та культури формують цілісний і життєствердний образ рідної землі. Водночас використання яскравих виразних засобів підкреслює емоційну та психологічну позицію автора. Таким чином, концепція «Україна» в цьому тексті представлена як простір гармонії, радості та культурної ідентичності.

Отже, у поезії військовослужбовця ЗСУ Максима Кривцова концепт «Україна» представлений за допомогою різних семантичних і когнітивних засобів, що поєднують історичний, військовий та емоційно-екзистенційний досвід. Автор використовує гідроніми та топоніми, прикметники, прислівники, дієслова, а також біблійні алюзії, створюючи образ України як простору трагедії, страждань і національної ідентичності. Метафоричні та іронічно-трагічні засоби, зокрема образи «чорного моря соняшників» або ток-шоу «Війна», дозволяють одночасно передати велич, спокій та драматичний досвід сучасного конфлікту. Таким чином, концепт «Україна» у поезії М. Кривцова є багатовимірним когнітивно-лінгвістичним конструктом, що інтегрує просторові, культурні, естетичні та військові виміри, формуючи цілісний і життєствердний образ рідної землі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Слухай Н. Сучасні лінгвістичні теорії концепту як мовно-культурного феномену. *Мовні і концептуальні картини світу : збірник наукових праць*. Київ : ЛОГОС, 2002. С. 462-470.
2. Цьмух О. Поняття «концепт» у сучасному лінгвістичному дискурсі. *Лінгвістичні студії*. 2011. Вип. 22. С. 326-330.
3. Коли мене запитали, котра година, я відповів: війна: улюблена поезія Максима Кривцова від редакції Суспільне Культура. *Суспільне Культура*. URL : <https://surl.li/dnskks>. (дата звернення: 09.09.2025 р.).
4. Кривцов М. «Далі». Вірші з бійниці: поезії / 2-ге вид. Київ : Наш Формат, 2024. 192 с.
5. Єрмоленко С. Мовно-естетичні знаки української культури. Київ : Інститут української мови НАН України, 2009. 352 с.
6. Матусяк Г. Міфологічні сценарії у збірці Максима Кривцова «Вірші з бійниці». *Причорноморські філологічні студії*. 2024. № 4. С. 69-74.

Науковий керівник доктор філологічних наук, професор Олексенко В.П.

УДК 94:008:004.67

Кобилецький О.О.

ВПЛИВ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ЗБЕРЕЖЕННЯ КУЛЬТУРНОЇ СПАДЩИНИ ІВАНО-ФРАНКІВЩИНИ: КЕЙС-СТАДІ

Наведена стаття аналізує вплив цифрових технологій на збереження культурної спадщини Івано-Франківщини в умовах повномасштабного вторгнення. Актуальність теми зумовлена потребою в розробці методики оцифрування культурної спадщини з подальшим опрацюванням даних, оскільки традиційні методи збереження фондів виявилося неефективним

Ключові слова: збереження, культурна спадщина, оцифрування, цифровізація.

The article analyzes the impact of digital technologies on the preservation of the cultural heritage of Ivano-Frankivsk region in the conditions of a full-scale invasion. The relevance of the topic is due to the need to develop a methodology for digitizing cultural heritage with subsequent data processing, since traditional methods of preserving funds have proven ineffective.

Keywords: preservation, cultural heritage, digitization, digitalization.

Актуальність теми полягає в тому, що вона поєднує два важливі аспекти – збереження культурної спадщини України через оцифрування. Повномасштабне вторгнення росії на Українську державу показало, що метою окупантів є цілковите знищення українців та їхньої ідентичності не лише на захоплених територіях, а всюди, куди досягає зброя та пропаганда.

За обставин, що склалися, традиційні роками напрацьовані методи збереження культурної спадщини в музейних сховищах, фондах архівів та реставрація архітектури виявилися не ефективними. Саме тому оцифрування виявилось новим методом, що дозволить зберегти інформацію про культурну спадщину України як матеріальну, так і нематеріальну, а розробка методики оцифрування та зберігання інформації дасть можливість швидко опрацьовувати дані та ефективно їх використовувати.

Крім того, оскільки погляд світової спільноти прикутий до нашої держави вже 4 роки, викликаючи захоплення нашою стійкістю, важливо показати світу, що ми не країна, що виникла в результаті розпаду СРСР, а держава з тисячолітньою історією та культурою. Для Івано-Франківщини, яка багата на традиції та звичаї, унікальні гуцульські техніки та ремесла, має своєрідну архітектуру, оцифрування є вкрай необхідним, щоб зберегти цей генетичний код, передати наступним поколінням та поділитися зі світом своєю самобутністю.

Мета дослідження – проаналізувати вплив цифрових технологій на збереження культурної спадщини Івано-Франківщини та розробити методичні рекомендації щодо їх ефективного застосування в умовах сучасних викликів.

Проблематика збереження культурної спадщини в цифрову епоху є предметом активного дослідження та обговорення. Доказом цього слугує Декларація «Пам'ять світу в цифрову епоху: оцифрування і збереження», що була прийнята у вересні 2012 р. на конференції у Ванкувері (Британська Колумбія, Канада). Учасники конференції з 110 країн долучилися до обговорення актуальних проблем забезпечення збереженості та збільшення доступу до цифрової спадщини, зокрема: своєрідної інструкції щодо цифрових трансформацій і Рекомендації щодо просування законів про обов'язковий примірник для цифрових форматів; створення необхідної технологічної інфраструктури (програмне забезпечення, формати файлів, носії інформації, інструменти і робочий процес, платформи і мережі); об'єднання зусиль архівної, бібліотечної та музейної спільноти для вирішення проблемних питань впливу авторських прав на доступ до цифрових інформаційних ресурсів; стандартизація цифрового зберігання тощо [1].

Оцифрування – це технічний процес, що забезпечує перетворення аналогових даних у цифровий формат, це й процес є першим кроком до організації роботи над збереженням культурної спадщини після якого слідує етап цифровізації.

Цифровізація – це комплексний процес інтеграції цифрових технологій у всі аспекти діяльності, що призводить до фундаментальних змін у способах функціонування, взаємодії та наданні послуг.

Для роботи з оцифрування матеріальної культурної спадщини зараз доступний широкий спектр видів цифрових технологій [4]:

- Супутникова, аерозйомка та фотографування, що дозволяє точно фіксувати ландшафт;
- Фотограмметрія – це фотографування об’єкта з різних ракурсів, а потім об’єднання даних задля отримання об’ємного зображення;
- Лазерне сканування забезпечує високоточні вимірювання та є найкращим варіантом для точних обмірів для реставраційних та відновлювальних робіт архітектурних об’єктів;

До методів цифровізації відносять:

- Геоінформаційне картографування дозволяє опрацьовувати інформацію у форматі карт;
- Інформаційне моделювання будівель – технологія, що дає змогу отримати більше даних про об’єкт для ефективнішого планування, дизайну, спорудження та управління будівлями та іншими об’єктами архітектури;
- 3D-моделювання – це процес створення об’ємного зображення об’єктів за допомогою програмного забезпечення;
- Віртуальна та доповнена реальність дозволяють відтворення історичної будівлі чи пам’ятки, котра вже частково чи повністю зруйнована та додають відсутні елементи.

Незважаючи на глобальні ініціативи та рекомендації, з початком повномасштабного вторгнення Івано-Франківська область виявилася не готовою до ефективного захисту своєї матеріальної культурної спадщини. Відсутність єдиних протоколів та інструкцій щодо збереження музейних фондів була очевидною, а роботи з оцифрування проводилися вкрай обмежено. До 2022 року такі роботи виконував лише Державний архів Івано-Франківської області, що свідчить про системну проблему на регіональному рівні.

Державний архів Івано-Франківської області (ДАІФО) є яскравим прикладом успішної інтеграції цифрових технологій для збереження та популяризації культурної спадщини. Завдяки ініціативі керівництва, установа інвестувала в сучасне обладнання, що стало запорукою ефективного оцифрування. До арсеналу архіву увійшли планетарні, планшетні та книжкові сканери, які дозволяють працювати з документами різної фізичної кондиції – від крихких стародруків до зшитих архівних справ.

Частина оцифрованих матеріалів опублікована у відкритому доступі на офіційному вебсайті ДАІФО, що значно розширює коло користувачів. Серед оцифрованих фондів особливу цінність становлять:

- «Трефолог» 1431 року – збірник щомісячних євангелістських читань і молитов старослов’янською мовою.
- Періодичні видання – газети, журнали та альманахи, що виходили на теренах Івано-Франківщини з 1911 року і є безцінним джерелом для історичних досліджень.
- Архіви фондів – документи з 1921 року, які розкривають історію державного та громадського життя.

- Особова справа Степана Бандери.

Для зручності користувачів, на сайті розміщені описи фондів із посиланнями на документи, що зберігаються на Google Диску у форматі PDF. Це спрощує доступ до інформації та робить її доступною для науковців і громадськості. На сьогодні оцифровано та описано 2612 фондів, що є значним кроком до збереження генетичного коду регіону та його інтеграції в світовий цифровий простір.

В рамках розвитку транскордонного співробітництва щодо популяризації об'єктів історичної та культурної спадщини на транскордонній території Румунії й України за грантову підтримку Європейського Союзу в Івано-Франківській області оцифровано Івано-Франківським національним технічним університетом 50 пам'яток архітектури, серед яких храми, замки та монастирі. Для всіх об'єктів використовували найефективніші для цих потреб методи оцифрування: лазерне сканування та аерозйомку з безпілотної. Окрім створення деталізованих 3D-моделей храмів, замків та монастирів, команда проєкту розробила обмірні плани, які є безцінним ресурсом для майбутніх реставраційних і реконструкційних робіт.

Результатом проєкту, вартість якого становила 254 тисячі євро, стало не лише придбання сучасного обладнання (квадрокоптер, лазерний сканер), але й розробка інтерактивного онлайн-ресурсу. Цей веб-сайт дозволяє віртуально подорожувати по об'єктах культурної спадщини, роблячи їх доступними для широкої аудиторії та підвищуючи туристичну привабливість регіону [3].

Незважаючи на ці успіхи, постає логічне питання: чому такі ініціативи не є масовими і не охоплюють всю культурну спадщину регіону? Відповідь криється в низці системних проблем, які варто детально розглянути.

Однією з ключових проблем у сфері оцифрування культурної спадщини є відсутність сталого фінансування. Цей процес вимагає значних капіталовкладень у придбання техніки (планетарні, лазерні сканери) або залучення спеціалізованих підрядників, що займаються аерозйомкою, лазерним скануванням, розробкою програм для збереження та поширення оцифрованих даних. Хоча на державному рівні Міністерству культури та стратегічних комунікацій України виділяються значні кошти, на рівні обласних та міських бюджетів системне фінансування саме на ці потреби, як правило, відсутнє.

Через брак бюджетної підтримки музеї та інші заклади культури змушені покладатися на особисту ініціативу та грантові конкурси. Так, за час повномасштабного вторгнення кошти на придбання необхідного обладнання отримали Музей караїмської історії та культури (House of Europe), Музей історії міста Коломиї, Музей мистецтв Прикарпаття (House of Europe), а також Івано-Франківський краєзнавчий музей. Однак, незважаючи на важливість цих грантів, такий підхід не може забезпечити комплексну цифровізацію всієї культурної спадщини регіону та навіть

кожного з перелічених музеїв, оскільки він є точковим і залежить від зовнішніх джерел, а не від чітко розробленої державної політики. Варто підкреслити, що збереження оцифрованих матеріалів також вимагає фінансової підтримки, адже для правильного зберігання даних, варто розміщувати один із трьох дублікатів на закордонних серверах.

Окрім фінансових труднощів роботу над оцифруванням культурної спадщини стримує низка законодавчих та організаційних факторів. Станом на березень 2025 року в Івано-Франківську область не надійшло рекомендацій щодо консервування, зберігання та оцифрування культурної спадщини у випадках надзвичайних ситуацій та війни. Тому більшість культурних установ самостійно, в міру своїх знань та компетенцій розробили методику роботи над оцифруванням фондів. Однак ця роботи не є узгодженою між усіма закладами у регіоні і виглядає хаотично та не продумано. Часто спостерігається, що оцифровують не найбільш важливі предмети, а ті, які дозволяють наявні засоби.

Також значною проблемою є правові аспекти [2]. До 2023 року існувала проблема авторського права, що унеможливлювала оцифрування без згоди автора. Хоча новий закон розширив можливості, дозволивши оцифровувати твори для збереження без дозволу правовласника, певні складнощі залишаються.

Окрім фінансових та організаційних викликів, однією з найгостріших проблем є брак кваліфікованих кадрів у закладах культури. Оцифрування – це не просто технічне сканування, а багатоетапний процес, який вимагає глибоких знань у різних сферах: від фотографії та архітектури до спеціалізованих комп'ютерних технологій і роботи з базами даних. На жаль, у більшості музеїв і архівів відсутні працівники з такими вузькопрофільними навичками. Часто ця відповідальність покладається на найменш завантаженого співробітника, що призводить до низької якості отриманих даних та їх неефективного використання.

Ця ситуація підкреслює нагальну потребу в оновленні стандартів підготовки музейних працівників. Вкрай важливо запровадити профільні навчальні курси та програми, які забезпечать фахівців необхідними знаннями та навичками для роботи з оцифруванням. Тільки через системну підготовку кадрів Україна зможе гарантувати, що її безцінна культурна спадщина буде оцифрована професійно і збережена для майбутніх поколінь.

В умовах повномасштабного вторгнення оцифрування культурної спадщини стало не просто інноваційним інструментом, а життєво необхідним викликом для України. Досвід Івано-Франківської області, як регіону з багатою історією та культурою, підтверджує, що оцифрування є ключовим для збереження національного генетичного коду. Наявність успішних, хоча й поодиноких, проєктів, реалізованих Державним архівом та Івано-Франківським національним технічним університетом, свідчить про високу зацікавленість та готовність українських науковців та активістів працювати над збереженням культурного надбання.

Проте, щоб перетворити ці точкові ініціативи на комплексну систему, необхідно вирішити низку ключових проблем. Головним викликом є відсутність єдиної державної політики та сталого фінансування на регіональному рівні. Це призводить до фрагментарності зусиль, відсутності стандартизації та залежності від грантових коштів. Крім того, існує гостра потреба у кваліфікованих кадрах, здатних ефективно працювати з сучасними технологіями.

На основі проведеного аналізу можна сформулювати такі рекомендації:

- Розробити комплексну регіональну програму з оцифрування культурної спадщини, яка буде узгоджена з національними стандартами.
- Запровадити системне фінансування оцифрування з обласних та міських бюджетів, щоб забезпечити сталий розвиток.
- Створити освітні програми та курси для підготовки музейних працівників та архівістів у сфері цифрових технологій.

Війна закінчиться, і відбудова країни неможлива без її культурного відродження. Збережена та популяризована цифрова спадщина стане тим фундаментом, на якому Україна буде розбудовувати своє майбутнє, демонструючи світові свою тисячолітню історію та унікальну ідентичність.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Приходько Л. Ф. Збереження цифрової культурної спадщини – імператив XXI століття (за документами ЮНЕСКО і Європейського Союзу) // Бібліотека. Наука. Комунікація. Актуальні питання збереження та інноваційного розвитку наукових бібліотек: Міжнар. наук. конф. (2023).
2. Черненко Ю. Правові аспекти використання, експозиції та оцифрування культурної спадщини України // Питання культурології. 2025. № 45. С. 210–220. DOI: <https://doi.org/10.31866/2410-1311.45.2025.325056>.
3. В Івано-Франківській області оцифрували 50 пам'яток архітектури // Суспільне Івано-Франківськ. 9 серпня 2023. URL: <https://suspilne.media/ivano-frankivsk/546725-v-ivano-frankivskij-oblasti-ocifruvali-50-pamatok-arhitekturi/> (дата звернення: 21.09.2025).
4. Культурна спадщина та цифрові технології. Біла книга. URL: <https://reherit.org.ua/wp-content/uploads/2021/11/Bila-knyga-3-Kulturna-spadshhyna-ta-tsyfrovi-tehnologii-.pdf> (дата звернення: 21.09.2025).

Науковий керівник кандидат педагогічних наук, професор Левченко М.Г.

**ТЕАТРАЛЬНА АДАПТАЦІЯ В ЧАСИ ВІЙНИ:
КЕЙС ФЕСТИВАЛЮ «МЕЛЬПОМЕНА ТАВРІЇ» (2023–2024 РОКИ)**

У статті проаналізовано трансформацію Міжнародного театрального фестивалю «Мельпомена Таврії» в умовах війни, простежуючи його адаптацію у 2023–2024 роках. Розглянуто зміни формату, географії та ролі фестивалю як культурного фронту й інструменту міжнародної комунікації.

Ключові слова: театр, фестиваль, війна, адаптація, культура

The article examines the transformation of the International Theatre Festival “Melpomene of Tavria” during wartime, focusing on its adaptation in 2023–2024. It highlights changes in format, geography, and the role of the festival as a cultural front and a tool of international communication.

Keywords: theatre, festival, war, adaptation, culture

Російсько-українська війна, яка триває з 2014 року і загострилася у 2022 році, спричинила серйозні виклики для української театральної культури [1]. Через війну театральні ініціативи опинилися перед необхідністю змінювати формат і географію проведення. Одним із найпомітніших прикладів того, як театральний процес пристосовується до сучасних кризових умов, став Міжнародний театральний фестиваль «Мельпомена Таврії».

До початку повномасштабного вторгнення фестиваль зазвичай відбувався в Херсоні й збирав театральні трупи з усієї України та з-за кордону. Але у 2022 році, через тимчасову окупацію міста, організаторам довелося змінити не лише місце проведення, а й концепцію проведення події. Фестиваль перетворився на мережевий – вистави й заходи розподілилися між різними містами України та Європи. Крім географічних змін, суттєво оновилися й формати: з'явилися онлайн-покази, гібридні події та розширена співпраця з міжнародними партнерами.

Метою даної статті є аналіз адаптивності фестивалю «Мельпомена Таврії» у період 2023–2024 років, а також дослідження його трансформації під впливом воєнних викликів.

Фестиваль «Мельпомена Таврії» традиційно мав значний вплив на розвиток і промоцію українського театру, проте війна поставила організаторів перед необхідністю заново осмислити формат його проведення. У 2022 році, уперше за всю історію існування, Міжнародний театральний фестиваль змінив формат – театри-учасники не везли вистави до Херсона, а показували їх на своїх майданчиках [2]. Наступного року фестиваль повернувся на свою рідну локацію, м. Херсон, при чому, формат

показу вистав в інших містах України залишився також. У 2024 році мистецький захід уже має усталену багатолокаційну структуру та продовжує залучати нових міжнародних партнерів, що свідчить про його успішну адаптацію до реалій війни.

Таким чином, аналіз трансформації фестивалю дозволяє простежити, як український театр не лише виживає, але й використовує нові можливості для поширення національної культури в надто складних умовах війни.

Доцільно окремо розглянути, яким був театральний форум у довоєнний період. Цей фестиваль належить до ключових театральних подій України і з 1999 року слугував майданчиком, що об'єднував колективи з усіх куточків країни та з-за кордону. До початку повномасштабного вторгнення росії у 2022 році він стабільно відбувався в Херсоні – місті з багатою культурною спадщиною та сильними театральними традиціями. За 23 роки роботи (1999–2021) у межах фестивалю було представлено глядацькій аудиторії майже 450 вистав, у яких взяли участь понад 200 театрів.

Фестиваль, як відома театральна подія, поєднував сценічні постановки з вуличними акціями, перетворюючи місто Херсон на мистецький простір.

До 2022 року «Мельпомена Таврії» була не просто форум сценічних мистецтв, а масштабним культурним явищем, що сприяло розвитку театального мистецтва, міжнародному співробітництву та активному залученню аудиторії. Втім, війна докорінно змінила ситуацію, поставивши організаторів перед необхідністю шукати інші формати й нові локації для проведення фестивалю.

У 2023 році один із провідних театральних фестивалів України повернувся додому та продовжив розширювати свої межі. З 8 до 16 вересня відбувся XXV Міжнародний театральний фестиваль «Мельпомена Таврії».

Необхідно відзначити, що у 2023 році цей мистецький захід відзначив свій 25-й ювілей, і попри всі виклики війни він не лише відбувся, а й продемонстрував надзвичайну стійкість української театальної спільноти. Гаслом цього особливого фестивалю стало символічне «Ми вдома», яке відображало головну ідею – звільнення міста з окупації, повернення театру до Херсона, навіть в умовах безперервних бойових дій [3].

Фестиваль було організовано у двох форматах: home-програма в Херсоні, що проходила в безпечних локаціях, та guest-програма, яка об'єднала театральні майданчики по всій Україні та за її межами. Завдяки такому підходу фестиваль не тільки зберіг свою присутність у рідному місті, а й зміг залучити ще більше міжнародних партнерів та глядачів.

Масштаби заходу вразили навіть у воєнний час. Протягом фестивалю було показано 70 вистав від 68 театрів, серед яких два спільні проєкти об'єднали по два театри одночасно. Географія учасників охопила не лише Україну, а й Португалію, Туреччину, Словаччину, Німеччину, що підтвердило міжнародний статус фестивалю. Символічним став і момент

відкриття: 8 вересня 25-й ювілейний фестиваль відкрили одразу 25 театрів у різних куточках країни та за кордоном, що продемонструвало єдність мистецької спільноти [4].

Окрім основної театральної програми, фестиваль 2023 року розширилася за рахунок Літературної сцени, яка працювала в семи містах – Херсоні, Одесі, Кропивницькому, Києві, Львові, Миколаєві та навіть у німецькому Ганновері. Цей формат дав змогу авторам презентувати свої твори та залучити нову аудиторію до обговорення ролі літератури в часи війни.

Не менш важливим доповненням стала Музична платформа, яка представила бардів та рок-гурти в Херсоні, Миколаєві та Одесі. Музичні виступи створювали особливу атмосферу, додаючи фестивалю ще більше емоційного забарвлення та розширюючи його межі від суто театального до мультижанрового мистецького заходу.

Однією з найбільш значущих ініціатив стала терапевтична платформа, яка діяла у Херсоні. Її метою було психологічне відновлення місцевих жителів, які пережили російську окупацію та продовжують жити під постійними обстрілами. Через мистецтво, театральні перформанси та психологічні практики організатори прагнули надати людям емоційну підтримку та допомогти їм впоратися з наслідками пережитих трагедій.

Форум мистецтв 2023 року став ще одним доказом того, що український театр не лише вистояв під час війни, а й продовжує розвиватися, адаптуватися та знаходити нові шляхи комунікації з глядачами. Він перетворився на культурний фронт, який несе правду про війну, зміцнює національну ідентичність і демонструє всьому світу силу українського мистецтва.

У 2024 році фестиваль поставав як «Фестиваль культури відродження». XXVI Міжнародний театральний фестиваль «Мельпомена Таврії» відбувся з 7 до 16 вересня у Херсоні та Миколаєві – сцени Миколаївського академічного художнього драматичного театру, Миколаївського національного академічного українського театру драми та музичної комедії, Миколаївського академічного обласного театру ляльок, ДОФ Центру та Миколаївського фахового коледжу культури і мистецтв Миколаївської обласної ради. Гасло фестивалю у 2024 році – #культура_відродження [5].

Театральна програма включала 29 вистав, 5 з яких були показані в Херсоні, 21 в Миколаєві та 2 в Києві, а також у польському місті Легниці як спеціальний показ від театру-друзя фестивалю.

Участь у «Мельпомені Таврії» взяли місцеві театри, театральні та творчі колективи з різних куточків України: Києва, Львова, Одеси, Луцька, Запоріжжя, Дніпра, Кривого Рогу, Мукачева і навіть з окупованого Маріуполя.

Також у Херсоні й Миколаєві працювали Літературна та Музична сцени й Освітня платформа.

Закриття фестивалю відбулось у столиці на сцені Національного академічного драматичного театру ім. І. Франка виставами-спільними проєктами Херсонського обласного академічного музично-драматичного театру імені Миколи Куліша та Миколаївського академічного художнього драматичного театру [5].

Слід відзначити, що війна суттєво вплинула на фінансове становище фестивалю. У попередні роки частину витрат покривали місцеві органи влади, гранти Українського культурного фонду та реінвестиції у вигляді виторгу за квитки на події фестивалю. Однак через війну багато джерел фінансування або зникли, або були переорієнтовані на гуманітарні потреби. У 2022 -2024 роках фестиваль вдалось організувати та провести на високому професійному рівні завдяки фінансової підтримки Агентства США з міжнародного розвитку USAID.

Фестиваль змушений був перейти до децентралізованого формату, в якому координаторами виступали театральні менеджери у різних містах. Попри всі виклики, вагома мистецька платформа продовжила існування. Він став не лише символом стійкості українського театру, а й платформою для міжнародної культурної дипломатії.

Війна стала випробуванням для української театральної культури, змусивши відомий мистецький захід кардинально змінити свій формат, географію та організаційну модель. Попри втрату головної локації – Херсона, фестиваль не лише продовжив своє існування, а й отримав новий імпульс для розвитку. Його трансформація відбувалася у кілька ключових етапів:

- 2022 рік: екстрений пошук нових майданчиків, проведення фестивалю в гібридному форматі у кількох містах України та за кордоном;

- 2023 рік: часткове повернення подій фестивалю на рідну сцену м. Херсона, формат проведення подій фестивалю одночасно в різних містах України (театри-учасники працюють на своїх сценах), включення в географію проведення подій фестивалю міст Миколаїв, Одеса та проведення фестивальних подій у цих містах;

- 2024 рік: сучасна модель фестивалю, яка має формат багатолокаційності та мультиформату. Нині фестиваль не має чітко визначеного «головного міста». Він проходить у кількох країнах і містах одночасно, дозволяючи охопити різні аудиторії. Онлайн-трансляції подій стали постійною частиною фестивалю, що дозволяє українцям з будь-якої точки світу долучатися до подій.

Трансформація фестивалю у 2022–2024 роках продемонструвала унікальну здатність українського театру до адаптації. Втрата головної локації не призвела до згортання події – навпаки, фестиваль значно розширив свої горизонти, залучивши при цьому нову аудиторію.

За 26 років існування на фестивалі було показано понад 530 вистав, його відвідали близько 230 театрів зі 100 міст більш, ніж 20 країн світу.

Доцільно зауважити, цей процес став можливим завдяки кільком ключовим факторам. По-перше, організатори проявили гнучкість і швидко переосмислили формат, перенісши подію у безпечніші регіони України та за кордон. По-друге, широке використання онлайн-інструментів дозволило залучити нову аудиторію та зберегти фестиваль навіть у найскладніших умовах.

Війна стала випробуванням для всієї української культури, але водночас загартувала її, зміцнивши значення мистецтва як форми опору та національної ідентичності. «Мельпомена Таврії» стала не просто театральною подією, а символом стійкості, майданчиком для мистецького спротиву та простором, де театр осмислює війну і її наслідки. Постановки, що були представлені на фестивалі у 2022–2024 роках, порушували теми війни, втрати, боротьби та героїзму, а сам фестиваль став важливим механізмом підтримки українських митців. Театри, які втратили сцени, отримали можливість виступати на нових майданчиках, знаходити нову аудиторію та фінансування.

Значущим аспектом стало й використання театру як інструменту формування національного культурного наративу. Війна актуалізувала розвиток документального театру, інтерактивних постановок і нових мистецьких форм, які дозволяють глядачам пережити події через мистецтво. Театр також відіграє роль психологічної підтримки – постановки, що порушують тему війни, допомагають глядачам осмислити власний досвід і знайти емоційний ресурс для подальшої боротьби.

Зміни, що відбулися з фестивалем упродовж цих років, дозволяють окреслити кілька важливих тенденцій. По-перше, театральний форум перейшов до багатолокаційного формату, що збільшило його доступність. По-друге, активна міжнародна співпраця сприяла глибшій інтеграції українського театру у світовий простір. По-третє, цифрові технології стали важливим інструментом для збереження та популяризації українського театального мистецтва.

Попереду на фестиваль чекають нові виклики та перспективи. Після перемоги України головним символічним моментом стане повноцінне повернення «Мельпомени Таврії» до Херсона як знак відродження культури на деокупованих територіях.

Таким чином, війна не знищила український театр – навпаки, вона зробила його сильнішим, відкритішим до світу та здатним до нових форм самовираження. «Мельпомена Таврії» – це не просто фестиваль, а явище, що підтверджує силу мистецтва навіть у найтемніші часи.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Безугла, Р. (2022). Конкурсно-фестивальний рух в Україні в часи російсько-української війни. *Збірник наукових праць СУЧАСНЕ МИСТЕЦТВО*, (18), С. 9–18. URL: <https://doi.org/10.31500/2309-8813.18.2022.269657>
2. Міжнародний театральний фестиваль «Мельпомена Таврії». Історія фестивалю. URL: <https://melpomena.org.ua/history/132> (дата звернення: 23.09.2025)

3. Мельпомена Таврії повертається додому: історія театрального фестивалю та особливості програми 2023-го року [Електронний ресурс] // Суспільне Новини. URL: <https://suspilne.media/mykolaiv/566613-melpomena-tavrii-povertaetsa-dodому-istoria-teatralnogo-festivalu-ta-osoblivosti-programi-2023-go-roku/> (дата звернення: 23.09.2025).
4. Фестиваль «Мельпомена Таврії» у 2023 році: програма та особливості [Електронний ресурс] // Українська правда. Життя. URL: <https://life.pravda.com.ua/culture/2023/08/30/256238/> (дата звернення: 23.09.2025).
5. У Херсоні відкрили XXVI Міжнародний театральний фестиваль «Мельпомена Таврії» [Електронний ресурс] // Суспільне Новини. URL: <https://suspilne.media/kherson/831083-u-hersoni-vidkrili-xxvi-miznarodnij-teatralnij-festival-melpomena-tavrii/> (дата звернення: 23.09.2025).
6. У Києві феєрично завершили фестиваль «Мельпомена Таврії» [Електронний ресурс] // Херсон ТБ. URL: <https://kherson.tv.com/u-kyievi-feierychno-zavershyly-festyval-melpomena-tavrii/> (дата звернення: 23.09.2025).

Науковий керівник докторка педагогічних наук, професорка Лимаренко Л.І.

УДК 793.33

Лукинів М.Д.

ЗБЕРЕЖЕННЯ ТА ПРОГРЕС УКРАЇНСЬКОГО ХОРЕОГРАФІЧНОГО ФОЛЬКЛОРУ: ВЗ'ЯЗОК ТРАДИЦІЙНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ І СУЧАСНОСТІ

Основна мета цієї роботи – здійснити всебічний аналіз і дослідження українських фольклорних танців, з урахуванням їхнього історичного та культурного контексту. Методика дослідження базується на використанні таких підходів: аналіз історичних матеріалів, архівних записів, ілюстрацій, які датуються різними періодами та відображають особливості традиційних танців; класифікація типів; загальний історико-хронологічний аналіз; порівняльно-історичний підхід; етнографічні методи для детального відтворення традицій і звичаїв, пов'язаних з фольклорними рухами; а також застосування концепцій культурної антропології для глибшого розуміння ролі цих танців у соціокультурному розвитку українського суспільства.

Науковий внесок полягає у формулюванні практичних підходів до збереження й активного розвитку українського народного фольклору через танець, що має потенціал для практичного застосування організаціями і спільнотами, які займаються культурною спадщиною.

Ключові слова: етнографія, зберігання, ідентичність, прогрес, танці, традиція і сучасність, народні рухи, хореографія.

The main goal of this work is to carry out a comprehensive analysis and study of Ukrainian folk dances, taking into account their historical and cultural context. The research methodology is based on the use of the following approaches: analysis of historical materials, archival records, illustrations dating from different periods and reflecting the features of traditional dances; classification of types; general historical and chronological analysis; comparative historical approach; ethnographic methods for a detailed reproduction of traditions and customs associated with folklore movements; as well as the application of concepts of cultural anthropology for a deeper understanding of the role of these dances in the socio-cultural development of Ukrainian society.

The scientific contribution consists in formulating practical approaches to the preservation and active development of Ukrainian folk folklore through dance, which has the potential for practical application by organizations and communities engaged in cultural heritage.

Keywords: ethnography, preservation, identity, progress, dances, tradition and modernity, folk movements, choreography.

Актуальність теми дослідження

Дослідження фольклорних танців у контексті збереження та розвитку української культурної спадщини залишається надзвичайно важливим і сучасним завданням. Народні танці виступають вагомим складовою національної культури України, їхнє збереження та вивчення сприяють передачі традиційних цінностей наступним поколінням. Традиційні танцювальні форми відіграють ключову роль у формуванні національної ідентичності та підвищенні громадської самосвідомості. Вивчення таких танців дає змогу глибше зрозуміти механізми культурного вираження та вплив цих процесів на формування образу нації.

Фольклорні танці мають великий творчий потенціал у сфері сучасної хореографії, слугуючи джерелом для генерації новаторських ідей та креативних практик. Окрім художньої цінності, народні танці можуть стати важливим чинником розвитку культурного туризму і брендингу, що відкриває нові можливості для економічного пожвавлення регіонів.

Актуальність теми зумовлюється нагальною потребою у збереженні культурного розмаїття України, аналізі зв'язку між традиційним та сучасним мистецтвом, а також формуванні ефективних стратегій для відтворення та популяризації фольклорних танців у сучасних художніх та соціальних практиках.

Аналіз останніх досліджень довів, що розвитком та дослідженням українського фольклору займалися багато науковців. Зокрема О. Воропай [7] автор багатьох робіт з української етнографії, І. Куцавець [7] робота з мистецтва народної хореографії, Л. Козинко [8, 9] досліджувала елементи фольклорного танцю, О. Будужева [3] написала про синтез мистецтв як фактор формування естетичного ставлення майбутнього вчителя-

хореографа, В. Васяк [3] проаналізував використання фольклорно-етнографічних джерел в українській сценічній хореографії, К. Василенко [2] описав витоки та сутність українських танців, В. Котов [6] досліджував традиції українського народного танцю, А. Шевчук [9] дослідила вплив українських музично-хореографічних традицій на музично-руховий розвиток дошкільників. Результати дослідження дозволили встановити взаємозв'язок між традиційним фольклорним танцем і сучасними хореографічними практиками, а також визначити їхні витоки та сутнісні характеристики.

Метою статті є всебічний аналіз і вивчення різних традиційних українських фольклорних танців із особливим акцентом на їхній історичний та культурний контекст.

Виклад основного матеріалу.

Українські народні танці є живим свідченням культурної спадщини, що несе в собі глибокий історичний і культурний зміст. Дослідження цієї теми має велике значення для розуміння та підтримки національної ідентичності, а також для збереження унікального культурного надбання України. Фольклорні танці відображають традиції і символіку, де кожен рух і мелодія мають своє коріння в історії, розповідаючи про події, обряди й повсякденне життя українського народу. Вони є емоційним проявом, що репрезентує регіональні особливості та тісний зв'язок із сільським побутом.

Вивчення народних танців є ключовим для процесу збереження культурної спадщини. Аналіз цих мистецьких форм дає змогу відчувати дух минулих поколінь і відновити традиції, які глибоко вкоренилися в національному досвіді. Українські фольклорні танці мають давнє походження, їх витоки пов'язують із козацькою добою, що суттєво вплинула на розвиток культури та мистецтва. Спершу танці виконувалися під час обрядових заходів, свят та релігійних церемоній. У XX столітті, у контексті національного відродження, вони стали символом ідентичності й боротьби за незалежність.

Сучасні варіанти фольклорного танцю поєднують традиційні мотиви з новаторськими підходами, виступаючи на фестивалях, концертах і міжнародних подіях. Танці демонструють культурне багатство України, захоплюючи глядачів своєю енергією і яскравістю. Різні українські регіони зберігають унікальні різновиди танцю: наприклад, танці Полтавщини відрізняються за музичним супроводом і рухами від танців Прикарпаття, що свідчить про культурне розмаїття країни.

Сучасні танцівники та хореографи інтегрують інноваційні елементи, поєднуючи народне мистецтво з сучасними хореографічними техніками і музичним оформленням. Це дозволяє створювати унікальні постановки, які зберігають дух традиції, але водночас вражають новизною і творчою свободою.

Вивчення історії та стилістики українських фольклорних танців не лише розкриває розвиток цього унікального виду мистецтва, а й поглиблює

розуміння національної культурної спадщини. Народний танець впливає не лише на історичний контекст, але й формує сучасні мистецькі тенденції. Сучасні хореографи активно використовують народні мотиви, створюючи яскраві вистави, що поєднують традиції з інноваціями. Вивчення фольклорного танцю є важливою складовою формування національної свідомості, бо через танець українці відчують свою єдність і особливість.

Розкриття історичного і символічного значення фольклорного танцю потребує ґрунтовних досліджень, адже воно відображає не тільки минуле, а й активну позицію культури у сучасності й майбутньому. Народний танець — це одна з найяскравіших форм вираження народної культури України, скарбниця музики та танцювальних традицій, які сягають глибини століть. Вони виконували не лише естетичну функцію, а й обрядову, релігійну.

Перші згадки про українські танці походять ще з давніх часів, вони мали регіональні відмінності, імена яких варіювалися — «гуцулки», «польки», «коломийки», «гопачки». У 1920-ті роки активізувався національний рух, в рамках якого зміцнювалася культура, що відобразилось на розвитку фольклорного танцю через самодіяльні колективи, котрі значно сприяли збереженню народних традицій.

У 1960-х роках розпочався новий етап розвитку танцювального мистецтва — із впровадженням нових хореографічних технік, ритмів та стилістичних елементів, в результаті співпраці колективів з музикантами, композиторами й іншими митцями.

Дослідження фольклорного танцю в Україні представлені численними науковими працями, особливо у другій половині ХХ століття. Відомою є робота Павла Вірського «Український народний танець», яка детально описує понад двісті танців, їх історію та особливості виконання.[6]

Сьогодні фольклорний танець залишається вагомим чинником культури, численні колективи зберігають і відтворюють традиції, поєднують їх із сучасними танцювальними техніками, створюючи нові композиції. Цей танець — важливий символ української ідентичності, що демонструється на державних святах і культурних подіях.

Розвиток народного танцю в Україні — це органічна частина культурної спадщини, яка зберігається як у містах, так і в селах, підтримуючи національний дух. Цей мистецький жанр не лише зберігає традиції, а й допомагає людям відчути своє коріння та гордість за націю.

Серед яскравих колективів варто відзначити ансамбль українського автентичного співу «Божичі», що займається науковими дослідженнями та записом автентичного фольклору, організовує експедиції й проводить «Школу танцю» — перший в Україні повноцінний фольклорний архівний ансамбль.[1]

Важливе значення має сімейний танцювальний ансамбль родини Ванджураків із села Віпче (Івано-Франківська область), який зберігає гуцульські танцювальні традиції, зокрема унікальну постановку танцю

«Аркан» у виконанні як чоловіків, так і жінок, що свідчить про глибоку історичну та культурну спадщину.

Виконання українських народних танців робить культуру країни більш доступною для іноземних туристів, які приїжджають, щоб побачити національні танці та відчувати атмосферу українства.

Отже, розвиток і популяризація фольклорного танцю є важливою складовою збереження української культурної спадщини, підтримки національної самосвідомості та розширення культурного впливу в світі. Виконання народних танців не лише приносить радість їх учасникам, а й сприяє збереженню та передачі культури наступним поколінням

Традиції та звичаї є фундаментальними складовими українського народного танцю, а збереження та відтворення його автентичності є важливим завданням для майбутнього. У сучасних умовах цей танок постає як потужний засіб збереження багатогранної культурної спадщини та формування національної ідентичності.

Фольклорні танці також активно сценізуються, що включає створення традиційних костюмів, додавання хореографічних елементів, а також використання світлових і звукових ефектів для посилення емоційного впливу виступів. Такі постановки можуть бути як автентичними, так і модернізованими, об'єднуючи традиції з сучасними стилями.

Попри виклики сучасності та зниження інтересу молоді через глобалізацію, важливо підтримувати й популяризувати цей унікальний пласт культури через фестивалі, конкурси, виставки та медіапросування.

Український народний танець — це самобутній і живий феномен, що відображає історію, дух і красу нації, а його збереження й розвиток є ключовими для культурної ідентичності та самосвідомості українців.

Наукова цінність цієї роботи полягає у розробці ефективних практичних підходів до збереження та активного розвитку українського фольклору через танцювальне мистецтво, що може бути корисним для спільнот і організацій, які займаються охороною культурної спадщини.

Висновки.

У роботі детально розглянуто регіональні особливості традиційних танців України, наголошено на їхній трансформації та впливі на сучасне виконавське мистецтво. Дослідження звертає увагу на інтеграцію народних мотивів у сучасні хореографічні твори та їхню взаємодію з актуальними арт-процесами, розкриваючи значення фольклорних танців як фундаментального елемента української культурної спадщини. Виявлені різноманітні шари взаємодії традиційного і сучасного, що поглиблює розуміння ролі фольклору у формуванні національної ідентичності та сучасного мистецтва. Акцентовано увагу на регіональних відмінностях у виконанні танцювальних форм і їхній ролі у підтримці культурного розмаїття. Ця робота має на меті підкреслити критично важливу роль збереження та розвитку українського танцювального фольклору та його статусу як невід'ємної частини національного культурного надбання.

Сподіваємось, що дослідження зробить внесок у глибше усвідомлення цього культурного феномену й його зв'язку зі сучасним мистецтвом і суспільним життям.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Божичі. Ансамбль української автентичної музики. <http://www.bozhychi.com.ua>
2. Боримська, Г. В. (1974). Самоцвіти українського танцю. Мистецтво.
3. Будузова, О. Д. (2016). Синтез мистецтв як фактор формування естетичного ставлення майбутнього вчителя-хореографа. *Педагогічні науки: зб. наук. пр., 1*, 17–23.
4. Василенко, К. Ю. (1997). Український танець: підручник для студ. інститутів культури, *ІПК ПК*, 281 с.
5. Васяк, В. А. Використання фольклорно-етнографічних джерел в українській сценічній хореографії. <http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/>
6. Вірський П. П., Гуменюк А. І. (1969). Українські народні танці. Наукова думка.
7. Воропай, О. (1958). Звичаї нашого народу (Т. 1). Українське видавництво.
8. Козинко, Л. Л. (2015). Використання відеопосібників сучасних українських автентичних хореографічних колективів при вивченні студентами семантики первісного танцювального мистецтва. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 14. Теорія і методика мистецької освіти: Збірник наукових праць, 17 (22)*, НПУ ім. М. П. Драгоманова, 82–86.
9. Козинко, Л. Л. (2011). Елементи фольклорної хореографії в сучасному балетному театрі України. *Студії мистецтвознавчі, ІМФЕ НАН України, 3(35)*, 88–94.
10. Котов, В. Г. (2016). Опанування майбутніми керівниками дитячих хореографічних колективів традицій українського народного танцю в процесі фахової підготовки. *Актуальні питання мистецької педагогіки, 5*, 51–59.
11. Кушавець, І. (2015). Мистецтво народної хореографії в контексті культури України. *Наукові записки, Серія.: Педагогічні науки, 139*, 162–165.
12. Шевчук, А. С. (2016). Дитяча хореографія (3-тє вид.). Мандрівець.

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, доцентка Терешенко Н.В.

УДК 7.079:[78+82]:316.728(477.72-25)"364"

Мовчан А.І.

ЗНАЧЕННЯ ПРОЄКТУ «ПОЕТИЧНА ШАФА» В КОНТЕКСТІ СУЧАСНОГО КУЛЬТУРНОГО ЖИТТЯ ХЕРСОНА

У статті аналізується значення письменницько-музичного заходу «Поетична шафа» у контексті сучасного культурного життя фронтового міста Херсона. Мистецький проєкт, який традиційно проходив у закладах міста, фестиваль, що збирав херсонців на набережній, тепер відбуваються в укриттях і їхньою місією є не тільки ділитися творчістю, а й лікувати завдяки мистецтву.

Ключові слова: поезія, музика, митець, війна, Херсон

The article analyzes the significance of the literary and musical event "Poetry Wardrobe" in the context of the contemporary cultural life of the frontline city of Kherson. An artistic project that traditionally took place in the city's venues and a festival that used to gather Kherson residents on the riverfront are now held in shelters. Their mission is not only to share creativity but also to provide healing through art.

Keywords: poetry, music, artist, war, Kherson

«Поетична шафа» – це письменницько-музичний захід, який з 2016 року відбувається в Херсоні та об'єднує поетів, прозаїків, бардів, співаків і рокерів. До лютого 2022 року події регулярно проходили кожен першу неділю місяця з вересня до травня у різних кафе Херсона.

З 2018-го – традиційними стали також літні фестивалі «Шафа!Фест» – в останню суботу червня, з нагоди Дня Конституції України та (до 2021 року) Дня молоді [1], а також у серпні, до Міжнародного дня молоді.

Початок повномасштабної війни росії проти України вніс суттєві корективи у організацію та проведення письменницько-музичного заходу. Поети та музиканти відвідували проукраїнські мітинги та запускали флешмоби – публікували відео у соцмережах, на яких читали свої вірші українською. Один із таких проєктів можна знайти у соцмережі Facebook із хештегом #поетичний_Херсон [2].

Перша зустріч творчої спільноти в окупованому Херсоні відбулася в березні 2022 року. До підпільного творчого заходу долучилися десятеро учасників. Вони читали вірші, виконували авторські пісні, написані після початку повномасштабного вторгнення. «Коліна трусилися, але все пройшло вдало» [3, с. 31–32], – йдеться в авторському романі-хроніці «Окупація». Згодом митці продовжили публікувати поезії в соцмережах. Улітку влаштовували закриті «гаражні вечірки», під час яких ділилися актуальними авторськими творами.

Після виїзду організаторки «Поетичної шафи» з окупованого Херсона на підконтрольну Україні територію, починаючи з жовтня 2022-го – у Києві за ініціативи херсонських митців, почали відбуватися творчі заходи Save Kherson [4]. Вони об'єднували жителів із Херсонщини, зокрема з обласного центру, Олешок та інших населених пунктів. Мистецькі події проходили в закладі, відкритому херсонцем та стали осередком зустрічей ВПО кожні два тижні [3, с. 188–189].

День звільнення Херсона – 11 листопада 2022 року – став знаковим для всіх громадян міста та тимчасово переміщених осіб. І вже за першої можливості, 29 грудня 2022 року, в Херсоні відбувся поетичний захід. Його відвідали дев'ять осіб, п'ятеро з яких читали власні вірші. Наступного дня, 30 грудня, аналогічний захід відбувся в Одесі [5].

У квітні 2023-го року організатори «Поетичної шафи» випустили перший колективний поетичний альманах про Херсонщину «Херсонщина. Артспротив». Це спільний проєкт письменницько-музичного заходу «Поетична шафа» та мистецького проєкту «ЛітTERRA без меж»/«LitTERRA ohne Grenzen». У книзі представлені роботи жителів Херсонщини та/або вірші, написані про область/обласний центр/херсонців після 24 лютого 2022 року. Зібрано рядки як професіоналів, так і початківців – загалом долучилися п'ятдесят чотири автори, які словом задокументували жахіття війни, окупацію, звільнення Херсона і частини області, поневіряння внутрішньо й зовнішньо переміщених осіб світом тощо. Митці поділились не лише поетичними рядками, а й відповіли на питання: «Що особисто для Вас змінилося після початку повномасштабного вторгнення?» [6]. Це була четверта спільна збірка «Поетичної шафи» і перша, видана за кошт не самих поетів, а фінансову підтримку партнерів. У 2024-му році вийшов другий том книги.

Тривалий час мистецькі події відбувалися періодично в артхабі в укритті, облаштованому Херсонським обласним академічним музично-драматичним театром ім. М. Куліша. У серпні ж 2023-го організаторами «Поетичної шафи» було написано та отримано мінігрант від ГО «Десяте квітня» на проведення серії заходів деокупованими громадами Херсонщини під назвою «Нездоланні». Відбулося 4 заходи для жителів сіл Посад-Покровське, Благодатне, Киселівка та Чорнобаївка, а також 2 додаткові заходи для жителів Херсона. У їхніх межах відбулося 16 поетичних, 1 прозовий, 16 музичних виступів. Після основної програми для охочих висловитися працював «вільний мікрофон» – до нього долучилися 15 місцевих жителів. Завдяки реалізації проєкту було досягнуто таких результатів: об'єднання однодумців, згуртування жителів громад, обмін досвідом та колаборація між поетами, музикантами, жителями Херсонщини – у межах «вільного мікрофону» в Чорнобаївці з'являлися імпровізовані дуети. Присутні змогли відрефлексувати пережитий досвід – після завершення заходів глядачі спілкувалися з виступаючими, ділилися історіями життя в окупації та після звільнення, підтримували один одного. Отже, мистецькі події стали кроком до відновлення культурного життя деокупованих громад [7].

Перший захід з моменту початку повномасштабного вторгнення, названий безпосередньо «Поетична шафа», відбувся 10 листопада 2023 року та був приурочений до річниці звільнення Херсона. З того часу організатори почали активно відновлювати мистецький рух фронтового міста. Так, як чимало митців роз'їхалися містами країни та світом, повернули «пандемічний» онлайн-формат – розмови в прямому ефірі за принципом «організатор-митець». Хоча до лав поетів та музикантів доєднуються нові обличчя, все ж мистецька спільнота міста нині є невеликою, тож організатори відмовились від звичних для заходу поетичних і музичних батлів та дуелів, натомість впровадили авторські концерти окремих

виконавців. Таким чином було презентовано перший сольний альбом Костянтина Рейстрового «Вечір в долонях», організовано сольні виступи Віктора Ревенка, Наталки Савицької, виконавців з Миколаєва Дмитра Скороходова та Павла Анікеєнка. Окремо були проведені читання творів письменниці Олени Маляренко. Митці почали створювати клуби за інтересами – детективні ігри, тематичні свята. Взяли участь у поетичному перформансі «ВіршоВир» спільно з артистами театру Куліша. Подія відбулася у межах Міжнародного фестивалю «СТУС-ФЕСТ 2025». У перформансі задіяні артисти: заслужена артистка України Тетяна Проворова, заслужений діяч мистецтв України Артем Філенко, Ольга Уварова, Сергій Видута, Майкл Мухтаров; завсідники «Поетичної шафи»: Костянтин Рейстровий, Віктор Ревенко, Наталія Савицька, Ганна Щидловська, Ольга Продченко [8]. Крім того, було створено спільний проєкт із «Радіо Х.ON» – «АртАгент», під час якого розповідали історії та презентували творчість митців Херсонщини й тих, хто відвідував деокуповану частину області [9].

«Шафа!Фест» відновили у 2024 році, тоді фестиваль відбувався, як зазначали самі організатори, «в підземеллі» за участі митців з Херсона та Миколаєва. У серпні 2025-го – вперше з початку повномасштабного вторгнення фестиваль пройшов просто неба – у Миколаєві на території простору ДОФ, заснованому людьми, які допомагали Херсону після початку повномасштабної війни. Серед глядачів були привезені мешканці Херсона, ВПО з Херсонської області та місцева громада. Метою фестивалю було створити безпечний простір для творчого самовираження, знайомства, обміну досвідом і взаємної підтримки. У межах заходу виступили 18 митців, було залучено понад 150 глядачів. Проєкт реалізувався в межах партнерської угоди між UNHCR Ukraine – Агентство ООН у справах біженців в Україні та ГО «Десяте квітня» [10]. Три роки поспіль завсідники «Поетичної шафи» є незмінними учасниками Літературної та Музичної сцен Міжнародного театрального фестивалю «Мельпомена Таврії». Цьогоріч Музичною сценою відкривали фестиваль у Херсоні [11].

Деякі заходи доводиться відмінати через складну безпекову ситуацію, особливо зараз, коли постійною є загроза атак російських дронів, дистанційне мінування мінами-пелюстками, артобстріли та атаки керованими авіабомбами. Інколи учасники повідомляють, що не зможуть виступати за годину до заходу, адже потрапили під обстріл або стали очевидцями стресової події. Проте, водночас митці мають потребу і далі долучатися до мистецьких заходів та знаходити свого глядача.

ЛІТЕРАТУРА:

1. УКАЗ ПРЕЗИДЕНТА УКРАЇНИ №333/2021 Про День молоді URL: <https://www.president.gov.ua/documents/3332021-39557>
2. Анонс відеофлешмобу у Facebook URL: <https://www.facebook.com/reel/942581859763740>
3. Мовчан А. Окупація : роман-хроніка / Альона Мовчан. Одеса : Олді+, 2023. 200 с. ; іл.

4. Анонс заходу Save Kherson у Києві URL: https://www.facebook.com/photo/?fbid=3263282653914837&set=a.2021884668054648&locale=uk_UA
5. «Поетична шафа». В Одесі відбулася зустріч херсонських поетів та музикантів. Суспільне. Херсон URL: <https://suspilne.media/kherson/350364-poeticna-safa-v-odesi-vidbulasa-zustric-hersonskih-poetiv-ta-muzikantiv/>
6. «Херсонщина. Арт-спротив»: у Херсоні презентували збірку спогадів про окупацію, звільнення міста та життя переселенців URL: <https://suspilne.media/kherson/460631-hersonsina-art-sprotiv-u-hersoni-prezentuvali-zbirku-spogadiv-pro-okupaciju-zvihnenna-mista-ta-zitta-pereselenciv/>
7. Херсонські музиканти та письменники презентували творчу програму для жителів Чорнобаївки. Суспільне. Херсон URL: https://suspilne.media/amp/567887-hersonski-muzikanti-ta-pismenniki-prezentuvali-tvorcu-programu-dla-ziteliv-cornobaivki/?fbclid=IwAR0NaNFXFHgextm3kfmE8_guP4muyo84fsMmiB7h5PpyQ9wQJZQ-9af3xTQ_aem_AeY5BAjU6rGnzxSYuboNvIV7QBXmxVcP-VqP6hQqmsJOIXwIFF9v1z-KHarC-tWSFNg
8. Зі сцени декламували 13 поезій. У Херсоні показали перформанс на вірші Василя Стуса. Суспільне. Херсон URL: <https://suspilne.media/kherson/937275-zi-sceni-deklamuvali-13-poezij-u-hersoni-pokazali-performans-na-virsi-vasila-stusa/>
9. АртАгент – проєкт на сайті Радіо Х.ON URL: <https://x-on.com.ua/archives/event-cat/artagent>
10. Анонс «Шафа!Фесту». Поетична шафа URL: <https://www.instagram.com/p/DNVM8qLo2d9/>
11. «Театр там, де ми». У Херсоні відбулось відкриття XXVII Міжнародного театрального фестивалю «Мельпомена Таврії». Суспільне. Херсон URL: <https://suspilne.media/kherson/1113570-teatr-tam-de-mi-u-hersoni-vidbulos-vidkritta-xxvii-miznarodnogo-teatralnogo-festivalu-melpomena-tavrii/>

Науковий керівник докторка педагогічних наук, професорка Лимаренко Л.І.

УДК 372.881.111.1

Перетяпко-Захаропулу Ю.Д.

ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОЇ КАРТИ В МЕТОДИЦІ НАВЧАННЯ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ ТА ПРИНЦИПИ ЇХ СКЛАДАННЯ

У статті розглядаються особливості використання інтелектуальних карт у процесі навчання англійської мови. Акцентовано увагу на принципах їх складання та значенні для розвитку комунікативної компетентності учнів.

Ключові слова: інтелектуальні карти, англійська мова, методика навчання, візуалізація, творчість, відображення

The article examines the peculiarities of using mind maps in English language teaching. The focus is placed on the principles of their construction and their importance for developing students' communicative competence.

Key words: mind maps, English, teaching methodology, visualization, creativity, reflection

Сучасні методи навчання англійської мови зосереджені не тільки на засвоєнні матеріалу, але й на розвитку аналітичного мислення, креативності та вміння самостійно структурувати знання. Інтелектуальні карти (mind maps) відіграють важливу роль у навчанні, поєднуючи текст і візуальні елементи, що сприяє більш зрозумілому, чітко структурованому та ефективному засвоєнню знань.

Інтелектуальні карти – це потужний інструмент для візуального упорядкування думок, що дозволяє систематизувати інформацію навколо ключової ідеї, використовуючи комбінацію тексту та графіки. На відміну від традиційних конспектів чи лінійних схем, вони забезпечують нелінійну організацію знань, що сприяє формуванню ширших асоціативних зв'язків між окремими поняттями.

За Д. Сіббетом, інтелектуальні карти чітко організовують інформацію навколо основної ідеї, використовуючи малюнки, кольори, текст і сполучні лінії, щоб створити структуровану схему, яка відображає процеси нашого мислення. Інтелект-карта – канонічний тип складної мапи ідей» [4, с. 260]. Ця ідея підкреслює багатофункціональність інтелектуальних карт як когнітивного інструменту: вони впорядковують знання, відображають логіку мислення та сприяють розвитку креативності.

Отже, інтелектуальна карта є не лише інструментом для організації інформації, а й способом візуального відображення процесу мислення. Вона дає змогу чітко бачити центральну ідею, її розгалуження, взаємозв'язки та асоціації. Завдяки такому підходу користувач створює «карту» свого інтелектуального простору, де знання не існують окремо, а взаємодіють, формуючи цілісне уявлення про тему.

На мою думку, інтелектуальні карти вкрай важливі під час навчання, а особливо при вивченні англійської мови. Вони виконують багато важливих аспектів, які значно полегшують процес навчання, наприклад, за допомогою карт можна з легкістю систематизувати правила вживання англійських часів, або під час вивчення нової лексики групувати слова за темами. Відображення знань через даний формат, не просто виконує функцію легкого запам'ятовування, адже вже під час її створення учень активізує асоціативні процеси та робить навчання більш структурованим і зрозумілим.

Звертаючись до напрацювань і висновків А. Кумса, можна помітити, що він розглядає інтелектуальні карти та їх створення не просто як інструмент для навчання. Він наголошує, що через такий, на перший погляд, простий формат людина не тільки засвоює матеріал, а й розкриває себе з

нової сторони, а саме показує свій творчий ресурс та потенціал. Дослідник підкреслює: «інтелектуальні карти зазвичай використовують візуальні представлення ідей і думок. Як наслідок, людина змушена думати про різноманітні способи передачі своїх думок. Можна пограти з кольорами, щоб передати кожен думку» [3, с. 10]. Його думки та роздуми підкреслюють, що створення інтелектуальної карти – це не про механічне заучування, не про переписування інформації, а цілий процес створення чогось творчого, у ході якого працюють багато процесів, таких як асоціація, увага, бажання зробити щось естетичне та корисне для себе.

Створення та робота над інтелектуальною картою – це про повну залученість у матеріал та відомості, які важливо запам'ятати й уміло застосовувати в житті. Адже потрібно не просто прочитати, а вдумливо обробити інформацію та правильно зробити вибір: яке слово буде ключовим і головним, як краще подати ідею, яку форму зручніше використовувати, який колір присвоїти певній гілці й чому. Важливо зазначити, що навіть якщо десять людей будуть створювати карту на одну й ту саму тему з однакових відомостей, у кожного вийде неповторна робота, адже асоціації, думки й спосіб мислення в кожного різні, і в цьому є особливість даного інструменту. Таким чином, у процесі створення інтелектуальної карти відбувається своєрідне стимулювання мозкової діяльності, спрямоване на добір та поєднання елементів у щось єдине, зрозуміле й водночас індивідуальне. Отже, можна впевнено стверджувати, що такий підхід – це не лише про запис і відтворення матеріальних даних, а й про своєрідний засіб, завдяки якому людина розвиває свої творчі та естетичні здібності.

Вчителі англійської мови широко інтегрують цей принцип у процес викладання свого предмета. Наприклад, під час вивчення нової лексики студенти можуть позначати різні групи слів різними кольорами, створюючи асоціативні візуальні блоки. Під час роботи з граматичними структурами можна підкреслити відмінності між часами чи формами за допомогою символів та іконок. В результаті подібного використання, інтелектуальна карта перетворюється в новий формат індивідуально адаптованого інструменту, який відображає особистий підхід до навчання та спосіб мислення кожного учня [1, с.154].

Мої напрацювання свідчать, що інтелектуальні карти працюють ефективно за умови дотримання певних принципів побудови. Учні зазвичай обирають певну структуру, яка, з досвіду, є найефективнішою. Опрацювавши матеріал, вони визначають тему, головні слова, назву правила та розміщують їх у центрі карти. Це дозволяє сконцентрувати всі думки саме на головному. Далі, подібно до променів сонця, учні створюють гілки-відгалуження, на яких занотовують свої думки та важливі аспекти. Якщо виникає потреба в уточненнях або бажання розписати щось детальніше, не обов'язково писати великий обсяг тексту – краще використовувати словосполучення або невеликі малюнки для наочності. Не менш важливо, щоб карта подобалася тому, хто її створює. Не потрібно

встановлювати рамки чи суворі вимоги щодо кольорів і допоміжних знаків – це має бути проявом ініціативи та самостійного вибору. Тоді бажання вивчати матеріал і розуміння інформації будуть на вищому рівні.

Отже, інтелектуальні карти – це сучасний і максимально ефективний спосіб навчання англійської мови. Вони допомагають створювати логічні зв'язки між отриманою інформацією, навчати виділяти головне та вивчати матеріал структуровано. При цьому цей прийом не обмежується простим записом матеріалу – він допомагає розкрити себе з творчої та аналітичної сторони, поєднуючи логічну організацію знань із креативним підходом до їхнього відображення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кіндрат І. Використання інтелект-карт у плануванні та організації освітнього процесу. *Нова педагогічна думка*. 2012. № 4. С. 153–156.
2. Оксентюк Н. В. Можливості застосування ментальних карт у навчальному процесі. *Технології навчання : наук.-метод. зб.* Рівне: НУВГП, Випуск 15. 2015. С. 194–208.
3. Coomes A. Mind Mapping: How to Make You and Your Family Happy. URL : <https://ru.scribd.com/read/547391418/Mind-Mapping-How-to-Make-You-and-Your-Family-Happy-Navigate-Your-Thoughts-Methodically-With-Digital-Mind-Maps>.
4. Sibbet D. Visual Meetings: How Graphics, Sticky Notes and Idea Mapping Can Transform Group Productivity, 1st edition. John Wiley and Sons LTD, 2010. 288 p.

Науковий керівник – кандидатка педагогічних наук, доцентка **Зуброва О.А.**

УДК 793.33

Піліпішина К.М.

ФЕСТИВАЛІ ТА КОНКУРСИ ЯК ІНСТРУМЕНТ ЗБЕРЕЖЕННЯ Й РОЗВИТКУ УКРАЇНСЬКОЇ ТАНЦЮВАЛЬНОЇ КУЛЬТУРИ

У статті проаналізовано розвиток фестивально-конкурсної діяльності в Україні від 1990-х років до сьогодення. Визначено роль фестивалів та конкурсів у збереженні й популяризації українського народного танцю, підтримці творчої молоді та формуванні національної ідентичності. Акцентовано увагу на позитивній динаміці зростання кількості заходів, водночас виявлено проблему їхньої комерціалізації та недостатньої професійності.

Ключові слова: український танець, фестивалі, конкурси, хореографічна культура, національна ідентичність.

The article analyzes the development of festival and competition activities in Ukraine from the 1990s to the present. It highlights the role of festivals and

contests in preserving and promoting Ukrainian folk dance, supporting young talents, and strengthening national identity. Attention is drawn to the positive dynamics of their growth, while the problem of commercialization and insufficient professionalism of certain events is also identified.

Keywords: Ukrainian dance, festivals, contests, choreographic culture, national identity.

Постановка проблеми. У сучасних умовах глобалізації питання збереження і популяризації національної культури набуває все більшого значення. Особливо нагальним це питання стало в період останніх трьох років під час повномасштабного вторгнення Росії на територію України. Український та народно-сценічний танці, як важливі складові національної ідентичності, потребують не лише збереження автентичних форм, а й пошуку сучасних засобів розвитку та популяризації. В цьому контексті особливе значення набувають фестивалі та конкурси, що виступають дієвими платформами для презентації української хореографічної спадщини, підтримки творчої молоді, стимулювання інноваційних підходів і забезпечення культурного діалогу на міжнародному рівні.

Незважаючи на все вищесказане, існує проблема в недостатньому розкритті питання поетапного розвитку цієї галузі на рівні наукових досліджень. Протягом останніх років організатори хореографічних конкурсів стикаються із багатою кількістю нових завдань та викликів для реалізації фестивальної діяльності. Це зумовлює потребу наукового осмислення фестивалів і конкурсів не лише як мистецьких заходів, а й як стратегічного механізму підтримки та популяризації української танцювальної культури в умовах сучасних викликів.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Розгляд фестивалів як основу для розвитку української танцювальної культури досліджено в роботах О. Аксьонова, І. Ільченко, А. Овчіннікова, А. Підлипського, О. Плахотнюка, Л. Щур та ін. Помітною подією в культурно-мистецькому житті країни стали науково-практичні конференції, які ініційовані Національною хореографічною спілкою України та присвячені мистецьким процесам у сфері народно-сценічної хореографії та результатам Всеукраїнських фестивалів-конкурсів народної хореографії імені Павла Вірського [1].

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. В статті «Хореографічні конкурси – та їх значення для розвитку танцювальної культури України» О. Плахотнюк зазначає, що скоро в Україні не залишиться фестивалів, що покликані сприяти збереженню фольклорного національного танцювального мистецтва. Адже вони просто неприбуткові [3]. Але з кожним роком їхня кількість починає зростати або відновлюють свою діяльність фестивалі, які мали початок свого розвитку на початку 2010-х років. Це спонукає нас знову порушити дану тему та розглянути причини такого розвитку.

Постановка завдання. Мета статті – розглянути розвиток фестивальної діяльності від 1990-х років до сучасності та виявити причину піднесення фестивалів, що сприяють збереженню фольклорного національного хореографічного мистецтва.

Виклад основного матеріалу дослідження. Фестиваль – форма культурно-мистецької діяльності, спрямована на представлення, поширення та збереження досягнень у різних видах мистецтва, що має одночасно соціальне, комунікативне й туристичне значення. Вони почали з'являтися на території України ще до початку проголошення її незалежності. Саме з червня 1991 року, коли в Луцьку пройшов Перший Міжнародний фестиваль українського фольклору «Берегиня», бере початок фольклорно-фестивальний рух доби Незалежної України. Спочатку конкурси були місцевими та підпорядковувались вищим органам влади. Поступово вони стають більш самостійними. Їх організовують балетмейстери та хореографи в різних куточках країни, зокрема і в м. Херсон і області. Наприклад, фестиваль «Натхнення», який започаткував у 1999 році перший проректор, заслужений діяч мистецтв України О. Мішуков та заслужений працівник України В. Чуба, він проводився на базі Херсонського державного університету; мистецький конкурс «Маленькі зірочки», організований заслуженою працівницею культури України А. Кашициною, його локацією проведення протягом багатьох років був обласний Палац культури та молоді м. Херсон; «Верховинця степова криниця», що бере свій початок у 2009 році в м. Каховка за ініціативи заслуженого працівника культури України О. Величка; «Ми з України», що проводився на базі Херсонського державного університету з 2015 року та організований за ініціативою заслуженої працівниці культури України А. Рехліцької та багато інших. А. Підлипський у своїй роботі на тему «Фестивально-конкурсний рух у сфері народно-сценічного танцю України крізь призму сучасної мистецтвознавчої думки» вказує, що «переважна більшість авторів зазначають, що найпрестижнішим у сфері народно-сценічної хореографії упродовж останніх 20-и років залишається Всеукраїнський фестиваль-конкурс народної хореографії імені Павла Вірського, що проводиться Національною хореографічною спілкою України. Слід зауважити, що комплексного дослідження, присвяченого названому фестивалю-конкурсу проведено не було. Однак різні аспекти його функціонування дослідники висвітлюють у більшості праць, присвячених особливостям народної хореографічної культури як України в цілому, так і окремих її регіонів» [1]. Його створення було зумовлене потребою вшанування пам'яті видатного балетмейстера Павла Вірського (1905–1975), який заснував Національний заслужений академічний ансамбль танцю України та зробив вагомий внесок у розвиток і популяризацію українського народного танцю у світі. Згодом організацію цього конкурсу взяла на себе Національна хореографічна спілка України, яка запровадила систему регіональних відбіркових турів, завдяки чому

конкурс став справді загальнонаціональним. Сьогодні фестиваль є важливою платформою для підтримки творчої молоді, розвитку народно-сценічного танцю та збереження культурної спадщини. Він об'єднує сотні колективів з різних куточків України, сприяє міжнародному культурному діалогу та залишається символом української хореографічної традиції. Багато з вищезгаданих конкурсів проводяться і сьогодні.

У сучасній Україні фестивальний рух з кожним роком зростає та набирає обертів. Жоден місяць в році не залишається без фестивалю у різних куточках країни. Це дає змогу колективам демонструвати свою майстерність, набувати нові знання, ділитись досвідом та отримувати натхнення до подальшого розвитку. Зростає кількість конкурсів, присвячених популяризації українського народного танцю. Це пов'язано зокрема з піднесенням національної ідентичності народу через політичну ситуацію в країні. Але, поряд з цим, залишається й велика кількість непрофесійних, таких, які організовують заради грошей, забуваючи про те, що кожен захід повинен мати свою мету і завдання.

Висновки з даного дослідження. Отже, розвиток фестивально-конкурсної діяльності в Україні від початку 1990-х років і до сьогодні демонструє стійку тенденцію до зростання та розширення масштабів. Від перших локальних заходів, що перебували під контролем державних структур, фестивалі поступово трансформувалися у більш самостійні ініціативи, організовані безпосередньо балетмейстерами, хореографами та культурними діячами на місцях. Сучасний етап розвитку фестивально-конкурсного руху характеризується активним поширенням подібних заходів по всій країні. Вони відіграють важливу роль у збереженні та популяризації українського народного танцю, сприяють піднесенню національної ідентичності та створюють простір для міжрегіонального і міжнародного культурного обміну. Однак разом із позитивними тенденціями існує й проблема появи великої кількості непрофесійних фестивалів, які організовуються переважно з комерційною метою та не мають чітко окреслених завдань.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Аксьонов О., Підлипський А. Фестивально-конкурсний рух у сфері народно-сценічного танцю України крізь призму сучасної мистецтвознавчої думки. *Актуальні проблеми хореографічного мистецтва сучасності. Том 5.* Київ. 2022. №1. С. 68-77.
2. Ільченко І. Мистецькі заходи як інструмент популяризації української культури: кваліфікаційна робота. Київ. URL: https://elib.nakkkim.edu.ua/bitstream/handle/123456789/5819/%d0%9c%d0%a0_%d0%86%d0%bb%d1%8c%d1%87%d0%b5%d0%bd%d0%ba%d0%be.pdf?sequence=1 (дата звернення 09.09.2025)
3. Плахотнюк О. Хореографічні конкурси – та їх значення для розвитку танцювальної культури України. Львів. URL: <https://surl.li/qrevfj> (дата звернення 09.09.2025)
4. Щур Л. Збереження народної хореографічної культури Західного Поділля (на матеріалі діяльності танцювального ансамблю «Веснянка» Тернопільського

Науковий керівник доцентка Рехліцька А.Є.

УДК 378.011.3-051:78

Пономаренко А.І.

ОСОБЛИВОСТІ ДИРИГЕНТСЬКО-ХОРОВОЇ ПІДГОТОВКИ МАГІСТРІВ МУЗИЧНОГО МИСТЕЦТВА В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

У статті розкрито особливості диригентсько-хорової підготовки здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти зі спеціальності 025 Музичне мистецтво в умовах дистанційного навчання. Зроблено аналіз наукової літератури щодо теми дослідження. Підкреслено актуальність і недостатню розробленість у наукових дослідженнях проблеми дистанційного навчання магістрів-музикантів хоровому диригуванню. Виокремлено позитивні і негативні моменти онлайн-навчання хоровому диригуванню.

Ключові слова: диригентсько-хорова підготовка, магістр музичного мистецтва, дистанційне навчання.

The article reveals the peculiarities of conducting and choral training of second-level (master's) higher education students in the specialty 025 Music Art under the conditions of distance learning. An analysis of scientific literature on the research topic has been carried out. The relevance and insufficient development of the problem of distance learning of master's students in choral conducting in scientific studies is emphasized. The positive and negative aspects of online training in choral conducting are highlighted

Keywords: conducting and choral training, Master of Music Art, distance learning.

Актуальність проблеми. Серед нагальних проблем системи вищої освіти в Україні на сучасному етапі її реформування є поліпшення якості підготовки фахівців вищої категорії, підвищення ефективності освітнього процесу, цілеспрямоване формування професійних компетентностей майбутнього спеціаліста для подальшої трудової діяльності, про що наголошується в нормативних галузевих документах. Нові вимоги сучасності спонукають до пошуку нових форм організації освітнього процесу підготовки майбутнього педагога музиканта.

Однією із прогресивних і перспективних форм, яка дозволяє повноцінно здійснювати фахову підготовку магістрів-музикантів в складних умовах сьогодення, є дистанційна форма організації освітнього процесу у ЗВО. Вона покликана розкрити творчий потенціал здобувача та забезпечити опанування новими інтерактивними знаннями та вміннями.

Аналіз попередніх досліджень і публікацій. Традиційні і інноваційні підходи у мистецькій освіті, різноманітні аспекти підготовки магістрів музичного мистецтва до професійної діяльності досліджували В. Антонюк, Л. Беземчук, Т. Бодрова, В. Гаврилова, Н. Дем'яненко, О. Єременко, А. Козир, В. Лісовий, О. Олексюк, Г. Падалка, Т. Пляченко, А. Растрігіна, Л. Шумська та інші науковці. Проте, проблемам хормейстерської підготовки здобувачів-музикантів на магістерському рівні у контексті дистанційної освіти не приділено достатньої уваги.

Тож, **метою** нашої статті є висвітлення особливостей підготовки магістрів музичного мистецтва в умовах дистанційного навчання на заняттях з «Диригентської майстерності».

Виклад основного матеріалу. В сучасних реаліях розвитку суспільства зростають вимоги щодо підготовки майбутніх педагогів-музикантів, який покликаний впливи на формування і становлення особистості вихованця, його сприйняття дійсності та розуміння своєї суспільної цінності. Отже держава потребує підготовку фахівця нової формації, що буде саморозвиватися і прагнути досягти вершин професійної майстерності, враховуючи сучасні вимоги.

Задля успішного вирішення означених завдань необхідна ґрунтовна методична і практична підготовка здобувачів, а також постійне поглиблення і удосконалення набутого професійного досвіду до рівня майстерності під час навчання у магістратурі. Професорка А. Козир вважає, що «процес оволодіння основами майстерності передбачає чітке уявлення мети кожного конкретного заняття, оптимальне визначення завдань, творчий пошук ефективних шляхів, форм, методів та засобів їх вирішення. При цьому важливим є чітке визначення співвідношення основної мети діяльності з постійним вирішенням конкретних технічних завдань»[1].

У фахової підготовки магістрів музичного мистецтва сформованість диригентської майстерності здобувача на високому рівні є важливою кінцевою метою навчання і може розглядатись як компетентнісна зрілість випускника, який окрім ґрунтового володіння комплексом хормейстерських та диригентсько-методичних знань, умінь і навичок, здатен до креативного вирішення нестандартних завдань у непередбачуваних, мінливих умовах професійної діяльності.

На думку Л. Шумської, диригентсько-хорова майстерність випускника магістратури є «безперервно удосконалюваним видом фахової реалізації, для якого характерний творчо-інноваційний рівень здійснення аналітичних, інтерпретаційних, вербальних, мануальних та організаційних дій у процесі музично-педагогічної, хормейстерсько-репетиційної та

концертно-просвітницької діяльності». Поряд з цим, вагомим показником професійної майстерності випускника магістратури «має стати: інтелектуальність диригента-хормейстера, його стійка світоглядна громадянська позиція, морально-етична зрілість, самостійність, самобутність, творче ставлення до усіх форм хормейстерського самовираження, культура музикування та спілкування, високі індекси результативності у педагогічній та виконавській сферах» [2]

У освітньо-професійній програмі підготовки магістрів музичного мистецтва диригентсько-хоровій підготовці належить важливе місце. Це зумовлено необхідністю удосконалення хормейстерського досвіду, набутого на здобувачами бакалаврському рівні навчання, задля високопрофесійної діяльності у закладах освіти і культури. Вивчення хорового диригування на магістерському рівні вищої освіти у Херсонському державному університеті відбувається на індивідуально-практичних заняттях з курсу «Диригентська майстерність». Така форма навчання забезпечує індивідуальну траєкторію розвитку здобувачів, адже при розробці навчальних програм і добору навчального матеріалу враховуються результати попередньої фахової підготовки на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти та індивідуально-творчі здібності магістрів до диригентської діяльності. Програма з диригування обов'язково включає твори українських та зарубіжних авторів, сучасні і ті, що увійшли в скарбницю світової хорової музики, хорові обробки українських народних пісень та пісень народів світу.

В умовах релокації ХДУ уся фахова підготовка магістрів музичного мистецтва відбувається у дистанційному форматі. При цьому, онлайн-заняття з диригентської майстерності мало чим відрізняються від очних занять у класі, адже у наявності є майже усі учасники освітнього процесу: здобувач, педагог і звукозапис твору, записаний концертмейстером. Викладач має аналогічні можливості, що і при занятті офлайн: демонструвати диригентські жести здобувачеві, разом відпрацьовувати складні диригентсько-технічні моменти хорового твору, проводити аналітичну бесіду щодо жанрово-стильових особливостей та структури і форми твору тощо. Технічна сторона занять з диригентської майстерності забезпечується сучасними інтернет-платформами (ZOOM, Google meet та ін.), деякі викладачі залежно від особистих уподобань використовують Viber, Skype, Messenger тощо.

Необхідно зазначити, що дистанційна форма навчання диригентські майстерності магістрів-музикантів має свої переваги і недоліки.

До переваг можна віднести такі позиції як:

- можливість бути присутніми на заняттях незалежно від географічних умов знаходження обох учасників освітнього процесу;
- можливість здобувачу більш самостійно й результативно реалізувати себе у диригентсько-творчій діяльності, приймати самостійні рішення щодо диригентсько-виконавської інтерпретації програмних творів;

- онлайн-заняття, як правило, проходять більш легко і непримусово, що сприяє підвищенню самооцінки здобувача;
- можливість застосування на заняттях інтернет-ресурсів і інформаційно-комунікативних технологій збільшує ефективність освітнього процесу та надає можливість прослуховувати записи хороших творів різного рівня складності у виконанні відомих хороших колективів, порівнювати різні виконавські інтерпретації;
- набуття диригентсько-хорової компетентності й удосконалення диригентсько-виконавської майстерності проходить під постійним контролем з боку викладача.

Щодо недоліків при дистанційному навчанні хоровому диригуванню, то до них можна віднести:

- недостатню самодисциплінованість здобувачів;
- вади технічного оснащення, адже для занять з диригентської майстерності необхідно мати якісний засіб комунікації (комп'ютер, планшет чи мобільний телефон), засіб трансляції аудіозапису та швидкісний інтернет;
- відсутність узгоджених програм з диригування, які адаптовані саме для онлайн-навчання, хоча ця проблема наразі активно вирішується.

Висновки. Отже, на сучасному етапі модернізації вищої освіти проблема підвищення якості підготовки музично-педагогічних кадрів залишається досить актуальною. При цьому дистанційні технології навчання посіли вагоме місце у вузівській системі навчання. А професійна підготовка магістрів музичного мистецтва до диригентсько-хорової діяльності в умовах дистанційного навчання має набувати свого розвитку і нових форм. Зазначимо, що новітні форми онлайн навчання надають можливість саморозвитку не лише студентам, а й викладачам розширювати фаховий досвід.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Козир А. В. Педагогічна складова безперервної освіти викладача мистецьких дисциплін / Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія: Педагогічні науки. 2017. Вип. № 1. С. 80–85.
2. Шумська Л. Ю. Методологічні підходи до формування професійної майстерності хороших диригентів у процесі магістерської підготовки / Наукові записки НДУ ім. М. Гоголя: Психолого-педагогічні науки. 2018. № 3. С.64-70.

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, доцентка Гунько Н.О.

ФУНКЦІОНАЛЬНЕ НАВАНТАЖЕННЯ СКЛАДНИХ СЛІВ У НІМЕЦЬКИХ МЕДІАТЕКСТАХ: МІЖ ТОЧНІСТЮ І КРЕАТИВНІСТЮ

У статті досліджено функціональний аспект словотвірних одиниць німецької мови у медійних текстах. Метою дослідження є комплексний опис структури, значення та функціонального потенціалу композитів у текстах німецьких газет Die Zeit, Der Spiegel, Süddeutsche Zeitung, Frankfurter Allgemeine Zeitung (FAZ). З'ясовано, що, реалізуючи функції номінації, заміщення, компресії, зв'язності, тематичної організації та стилістичного увиразнення, складні слова є заміниками громіздких виразів, сприяючи лаконізму, точності й виразності німецькомовного медіадискурсу.

Ключові слова: складні слова, композити, номінація, компресія, функція, медіатекст.

The article examines the functional aspect of word-formation units in the German language within media texts. The aim of the study is to provide a comprehensive description of the structure, meaning, and functional potential of compounds in the texts of German newspapers Die Zeit, Der Spiegel, Süddeutsche Zeitung, and Frankfurter Allgemeine Zeitung (FAZ). The study reveals that, by performing the functions of nomination, substitution, compression, cohesion, thematic organization, and stylistic enhancement, compound words serve as substitutes for cumbersome expressions, contributing to the conciseness, precision, and expressiveness of German-language media discourse.

Keywords: compound words, compounds, nomination, compression, function, media text.

Мова сучасних медіа найбільш повно відображає стан розвитку будь-якої мови. У зв'язку з істотною роллю медіасередовища та використанням освітнього потенціалу інтернет-ресурсів сьогодні можна стверджувати про необхідність усебічного вивчення мови масмедіа.

Складні слова найвиразніше реалізують комунікативно-прагматичні функції в тих дискурсах, для яких характерна діалогічність мовлення, динамізм та апелювання до адресата. До таких і належить газетний дискурс.

Словоскладання є одним з найбільш продуктивних засобів номінації лінгвістичних понять у німецькій мові, оскільки складні слова, маючи відносно компактну форму, мають доволі великий і багатокomпонентний зміст (Коваленко, 2024, с. 137). За спостереженнями Т.В. Галушко, найбільш популярним способом словотворення у німецькій мові є словоскладання без з'єднувального елемента або ж із ним (Галушко, 2024,

с. 6). Активне функціонування таких одиниць у німецькомовних медіа зумовлює актуальність дослідження їх структурно-семантичної організації та функціонального потенціалу і, як наслідок, вплив на сприйняття інформації читачами.

Метою статті є комплексний опис структури та функцій складних слів у німецьких друкованих медіа.

Матеріалом дослідження слугували статті німецьких газет *Die Zeit*, *Der Spiegel*, *Süddeutsche Zeitung*, *Frankfurter Allgemeine Zeitung (FAZ)*.

Основним методом дослідження є описовий метод, що доповнено елементами структурно-семантичного аналізу та функціонально-прагматичного підходу.

Головними принципами новинної журналістики є лаконізм, оперативність, фактологічність, новизна, значимість та змістовність. Поряд з інформативною, медійні матеріали виконують декларативну функцію, оскільки вони можуть містити в собі офіційні заяви, а також апелятивну функцію внаслідок потенційного впливу на читацьку аудиторію.

В німецькій мові нові похідні одиниці, утворені за допомогою вже існуючих словотвірних засобів, забезпечують оптимальну «упаковку» та передавання інформації, оскільки дозволяють висловити якомога більше необхідної інформації в короткій, але ємній формі. Словоскладання, поряд з афіксацією, конверсією, усіченням та аббревіацією є одним з найпродуктивніших способів творення нових складних одиниць (Карпюк, 2016).

Аналіз фактичного матеріалу показав, що в медіатекстах переважають композити, утворені шляхом словоскладання, а також спостерігаємо номінації, утворені афіксальним (суфіксація, префіксація, суфіксально-префіксальний спосіб), безафіксним (трансфігурація, конверсія) способами, аббревіатури та скорочення.

Висока частотність вживання складних слів, що виконують у німецькомовних газетних текстах різноманітні функції, підкреслює їх важливість у передаванні точної інформації, що свідчить про важливість цього явища для реалізації основних принципів журналістики – лаконізму, фактологічності, новизни та інформативності. Розглянемо основні з них.

Номінативна функція композитів – одна з основних функцій складних слів, що полягає у позначенні нових реалій, понять та явищ сучасності, часто утворюючи терміни або стійкі сполучення у політиці, економіці, культурі: *Umwelthilfe reicht Verfassungsbeschwerde gegen Klimaschutzgesetz ein* (Die Zeit, 16.07.2024); *Energiekrise kostet jeden Deutschen 2600 Euro pro Jahr* (Bild, 18.04.2024), *Dabei haben wir bei den großen, ursprünglich rein stationären Ketten – von IKEA bis Hornbach, von Gerry Weber bis Intersport – einen erstaunlichen Digitalisierungsschub festgestellt* (Der Spiegel, 12.01.2021). Номінативна функція є основним механізмом лексичної деривації, що дозволяє економно й точно називати нові об'єкти технічного, соціального чи культурного життя.

Інформативна (когнітивна) функція композитів полягає у передаванні значного обсягу інформації у компактній формі, конденсуючи багатозначний зміст в одне слово: *Während des **Bundestagswahlkampfs** hatten vier Männer auf dem Weg zu einer rechtsextremen Demonstration einen SPD-Politiker attackiert. Ein Gericht verhängte Haftstrafen* (Die Zeit, 10.06.2025). (замість *die **Wahlkampagne zum Bundestag*** «виборча кампанія до Бундестагу»).

Експресивна функція композитів реалізує емоційно-оцінне забарвлення, підсилює вплив на читача, особливо у заголовках: *Das Finanzpaket des Noch-nicht Kanzlers: Vier Lehren aus der **Schuldenbremse-Debatte*** (Der Spiegel, 13.03.2025); *Maut-Chaos kostet Spediteure tausende Euro* (Frankfurter Allgemeine, 12.04.2025).

Стилістична (креативна) функція або функція тематичної організації тексту через складні слова також відіграє важливе значення у структуруванні інформації. Складні слова в медіатекстах, що виконують вказану функцію, сигналізують про перехід до нових підтем і в той же час підтримують увагу читачької аудиторії до основної теми. Композити надають текстам оригінальності та виразності, формують індивідуальний стиль журналіста: *Und Dortmund war es vorbehalten, all denen eine Brause zu verpassen, die vom **Sommermärchen-Revival** träumten* (Süddeutsche Zeitung, 12.07.2024); *Ministerium empfiehlt **Krisenpaket-Politik*** (Der Spiegel, 03.09.2023).

Ідеологічна та маніпулятивна функція. Композити спрямовують інтерпретацію події, створюють певну картину світу через семантичний вибір компонентів у складі слова: *Migrationsforscher ziehen Bilanz der **Flüchtlingswelle*** (Frankfurter Allgemeine, 21.03.2025). (спостерігаємо метафоричне посилення загрози через компонент *-welle* «хвиля»).

Компресивна функція (економії мовних засобів) у медіатекстах полягає у використанні композитів для заміни довгих і розлогих виразів, що дозволяє значно скоротити текст. До компресивної функції можна віднести також вживання аббревіатур. Складні слова замінюють цілі словосполучення, сприяючи лаконізму, що особливо важливо в заголовках і підзаголовках: *Die **Gesundheitssystemreform** in Gaza bricht zusammen – und Deutschland schaut weg* (Berliner Zeitung, 29.08.2025) – замість *die **Reform des Gesundheitssystems*** «реформа системи охорони здоров'я».

Висновки. Вживання складних слів підвищує інформативність медіатекстів. Вони дозволяють передати більше інформації в одному слові, що особливо важливо в заголовках та підзаголовках, де простір обмежений, але необхідно донести увесь зміст інформації. Що робить медіатекст більш насиченим та інформативним, що важливо для привернення та утримання уваги читача.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Галушко Т.В. Складні слова в німецьких медіатекстах періоду воєнних дій в Україні. *Слобожанський науковий вісник. Серія: Філологія*. Вип. 6. 2024. С. 5-10.

2. Карпюк В.А. Класифікація способів словоскладання в сучасній німецькій мові. *Філологічні студії*. 2016. Вип. 14. С. 75–81.
3. Коваленко В. Структурна характеристика німецьких лінгвістичних термінів. *Актуальні питання вивчення германських, романських і слов'янських мов і літератур та методики викладання іноземних мов*. 2024. Вінниця: ДонНУ імені Василя Стуса. 2024. 322 с. С. 136-137.
4. Donalies E. Die Wortbildung des Deutschen. Ein Überblick. Narr, Tübingen, 2002.

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, доцентка Гоштанар І.В.

УДК 793.33

Пруднікова Н.О.

МИСТЕЦТВО ЯК ТЕРАПІЯ: РОЛЬ АМАТОРСЬКИХ КОЛЕКТИВІВ СПЕЦІАЛЬНИХ ШІКІЛ У АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПРОБЛЕМАМИ У СУСПІЛЬСТВІ

У статті проаналізовано значення танцевальної терапії, її основні цілі та задачі для дітей з особливими освітніми проблемами. На прикладі танцювального колективу “Квітка” м.Миколаєва спеціальної школи №2 було досліджено значення аматорських колективів спеціальних шкіл. Їх вплив на психологічний, сенсорний, емоційний, фізичний, когнітивний, вербальний розвиток дитини та в подальшому соціалізація в суспільстві.

Ключові слова: арт-терапія. мистецтво, аматорський колектив, діти з особливими освітніми потребами, соціалізація.

The article analyzes the significance of dance therapy, its main goals and objectives for children with special educational needs. Using the example of the dance group "Kvitka" in Mykolaiv, Special School No. 2, the importance of amateur groups in special schools was investigated. Their influence on the psychological, sensory, emotional, physical, cognitive, and verbal development of children and their subsequent socialization in society was examined.

Постановка проблеми. Сучасний світ пройшов багато етапів емолюції: від ручного до вискотехнічного виробництва, автоматизованих систем, що базуються на наукових відкриттях, інноваціях та глобальній цифровізації серед усіх верст населення. Все це призводить до відчутних змін в навколишньому середовищі та повсякденному житті суспільства: стрес, постійна зайнятість на роботі, відсутність якісного відпочинку, різні залежності, байдуже ставлення до свого здоров'я. На цьому тлі спостерігається зростання тенденції до збільшення кількості дітей з особливими освітніми проблемами, що вимагає від освіти їх

ефективного навчання та обов'язково адаптацію до умов сьогоденного суспільства.

Мистецтво як терапія, а саме, танцевально-рухова терапія, музикотерапія, візуально-образотворча терапія, пісочна терапія, кулінарна терапія, драматерапія займає важливу частину в сучасній освіті для дітей з освітніми проблемами, мета якої лежить в гармонізації розвитку особистості через самопізнання, саморелізацію, за даними попередніх досліджень науковців.

Мистецтво – вираження найглибших думок найпростішим способом (Альберт Ейнштейн) Вже декілька років позитивні зміни в освіті приводять до розуміння впроваджувати більше мистецьких годин в спеціальних закладах на додаткові корекційні предмети та різноманіття творчих гуртків, що надає змогу опанувати різні напрями мистецтвотерапії.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідження Г.М. Падалки [3, 4], підкреслюють, що ключевим завданням мистецької освіти є формування мистецького розвитку дітей через інтеграцію розумової і духовно-емоційної сфер. Варто відзначити, що дослідження, які пропонують практичний шлях до мистецького розвитку особистості через духовно-емоційну діяльність, включають дослідження О. Рудницької, які запропонували мистецькі парадигми становлення особистості, а також дослідження О. Олексюка та М. Ткача, які дослідили компоненти духовного потенціалу особистості у сфері музичного мистецтва та запропонували концепцію розвитку духовності людини через емоційно-почуттєве ставлення.

У сфері музичної освіти також є проекти, спрямовані на дітей та учнів, які мають проблеми зі спілкуванням. Роботи Т. Добровольської, М. Зикова, Л. Комісарової, І. Левченка, О. Медведєвої, Л. Назарової вказують на те, що мистецтво є важливим засобом духовного та емоційного розвитку цих дітей, формуючи їх внутрішній світ мислення, сприймання, емоції та почуття, а також створюючи систему цінностей.

Тема – танцювальне мистецтво як терапевтичний ресурс у роботі спеціальних шкіл з дітьми, які мають труднощі в навчанні та соціалізації.

Завдання даної публікації – проаналізувати танцювальну терапію як навчальний, розвивальний та корекційні процеси.

Виклад основного матеріалу. Витоки танцювальної -рухової терапії поширюються з середини ХХ століття, коли в США почали досліджувати лікувальний потенціал руху та танцю. У 1940-1950 -х роках Меріан Чейс, Труді Шуль та Маргарет Дюблер - довели, що вираження емоцій через танець може сприяти психологічному оздоровленню та соціальній адаптації. У 1966 році було засновано Американську асоціацію танцевальної терапії, що заклало основу для наукової стандартизації методу. Згодом підходи набували популярності в Європі, де поєдналися з елементами тілесно-орієнтованої психотерапії та арт-терапії.

Основні цілі танцювальної терапії: психоемоційна стабілізація, розвиток тілесної усвідомленості, соціальна інтеграція, особистісне зростання, мотивація. Різні форми роботи (індивідуальна, групова, інтегративна, клінічна) та правильний вибір терапії, професійна майстерність реабілітолога чи вчителя, сприяють гарним результатам навіть після першого заняття дітям та дорослим. Таким чином, поставлені цілі стають орієнтиром для визначення конкретних завдань арт-терапії, включають розвиток творчих здібностей, психокорекцію та соціальну адаптацію учасників.

Аматорський танцювальний колектив в спеціальній школі для дітей з освітніми потребами – одна із важливих ланок життя закладу. Він виконує як терапевтичну функцію, так і соціалізацію в суспільстві. Детально аналізуючи будь-який мистецький гурток, можна сказати, що дитини потрапляє в малу модель дорослого життя, де проходить поступово, обов'язково за допомогою керівника, всі етапи адаптації через самовираження, самореалізацію, а саме, виступи на концертах, на фестивалях участь у різних перформансах.

Саме відмінність від основної форми навчального процесу – урок, де немає обмеження в часі, вільне пересування і спілкування з однолітками, різноманітна музика, гурток дає учням з ООП розкрити свої мистецькі здібності та застосовує гнучкі умови для індивідуального розвитку, сприяючи творчій ініціативі та соціальній адаптації завдяки практичній діяльності у мистецькому середовищі. При незначних успіхах у навчальній діяльності часто діти дуже яскраво проявляють себе в мистецьких гуртках, маючи успіх та гарні результати. І це стає тією таємничою, рушійною силою мистецтва, яке захоплює людство ще з давніх часів.

На прикладі самодіяльного хореографічного колективу “Квітка” спеціальної школи №2 м.Миколаєва можна простежити цілі та задачі танцювальної терапії на практиці, як змінювався учнівський склад за розумовими, руховими, пізнавальними, психічними процесами. Гурток мав три вікові групи дітей, які виступали в окремих групах, іноді всі разом. Учні на початку приходили тільки з мінімальним рівнем рухливості, координації у просторі, але згодом танцювальна майстерність покращувалась опануванням різних танцювальних рухів відповідно до характеру музики, темпу, назви хореографічної композиції і вікової категорії, участю в різних хореографічних фестивалях (“Золотий Лелека” м.Рибаків, м.Миколаїв, змагання з сучасних танців в номінації хіп-хоп). Діти розвивали комунікативні навички мовлення, увагу, зорову пам'ять, творчу уяву, ставали більш впевнені в собі, з'являється авторитет серед учнів та учителів, покращується соціальна адаптація.

Висновки. Одним із важливих питань в суспільстві є вирішення питання комунікація дітей з ООП. Зараз ми можемо спостерігати прогресивний, інноваційний шлях реалізації соціальної політики в Україні на вирішення проблем людей з особливим потребами: з'являються соціальні

кімнати, реабілітаційні клуби, соціальні центри, які допомагають адаптації в суспільстві. Удосконалюються соціальне законодавство, змінюється суспільна думка населення. Ми проаналізували, що навчальний тасоціальний розвиток особистості з ООП може результативно проходити за допомогою засобів мистецтва в процесі співпраці учнів, батьків, викладачів, що в подальшому приведе до більш швидкої соціалізації та активної життєвої позиції в залежності той чи іншої потреби. Арт-терапія це такий творчий ресурс, який завжди буде надихати, мотивувати, наповнювати дитину, розкривати її навколишній світ більш, ширше та різноманітно, що формує позитивні іноді глобальні зміни в поведінці та мисленні дитини з ООП.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бондаренко С. І. Музично-рухова терапія як засіб соціалізації дітей із порушеннями розвитку Практична психологія та соціальна робота. 2022. № 6. С. 34–40.
2. Гончаренко Н. М. Арт-терапія у спеціальній освіті: теорія і практика. Київ: Логос, 2020. 184 с.
3. Падалка Г.М. Педагогіка мистецтв (Теорія і методика викладання мистецьких дисциплін). К.: Освіта України, 2008. 274с

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, доцентка Терешенко Н.В.

УДК [373.3/.5-043.2:159.923.2]:82-3'06.09

Реуцева О.М.

ПІДЛІТКОВІ ТРАНСФОРМАЦІЇ У СУЧАСНІЙ ЖІНОЧІЙ ПРОЗІ

У статті проаналізовано, як у творах Марини Павленко, Барбари Космовської та Крістіне Нестлінгер художньо осмислюється вплив шкільних взаємин на внутрішні трансформації підлітків, а також як через образи героїнь-дівчат розкриваються універсальні аспекти дорослішання в шкільному середовищі.

Ключові слова: жіноча проза, підлітковий вік, підліткова трансформація, шкільна соціалізація, рольова поведінка.

This article examines the ways in which school relationships shape the inner transformations of adolescents in the works of contemporary women writers – Maryna Pavlenko, Barbara Kosmowska, and Christine Nöstlinger. Through the portrayal of female protagonists, the texts illuminate universal aspects of adolescence within the school environment.

Keywords: women's prose, adolescence, adolescent transformation, school socialization, role behavior.

Підлітковий вік — критично важливий етап психологічної трансформації та формування ідентичності. Як зазначено у підручнику з вікової психології, цей «період охоплює навчання в основній школі (5-9 класи) і знаменує собою суттєві зрушення суб'єкта в напрямку дорослішання. Даний вік характеризується бурхливими, але нерівномірними темпами зростання організму та фізіологічними змінами» [5, с. 185]. Школа як ключовий соціальний інститут виступає не лише простором щоденної взаємодії, а й потужним каталізатором цих змін. Саме в шкільному середовищі інтенсивно відбуваються процеси соціалізації, випробування власних меж, переживання перших закоханостей та глибоких криз дружби.

Проблематика підліткового дорослішання залишається однією з найактуальніших у сучасній літературі для юнацької аудиторії. Особливу увагу до внутрішнього світу дівчат-підлітків та їхньої психологічної вразливості в контексті шкільних взаємин звернено у прозових текстах, створених жінками-письменницями. Аналіз творів Марини Павленко («Моя класнюча дівчинка»), Барбари Космовської («Буба», «Буба: мертвий сезон») та Крістіне Нестлінгер («Маргаритко, моя квітко») дозволяє простежити універсальні й культурно-специфічні літературні моделі осмислення підліткових трансформацій. У цих текстах школа постає не лише як фізичний простір для навчання, а й як соціокультурне середовище, що формує соціальні навички, вибудовує стосунки та сприяє пошуку власної ідентичності. Саме через шкільні взаємини розкривається складна динаміка дорослішання, що охоплює як зовнішні поведінкові прояви, так і внутрішні психологічні зрушення.

Школа у творах сучасних авторок — соціальний простір, де розгортаються процеси комунікації, конфліктів і підтримки. Саме в шкільних стосунках віддзеркалюється напруження між особистістю підлітка та колективом. Взаємини з однолітками, вчителями і батьками визначають характер психологічних змін і емоційних коливань дівчат, що опиняються в центрі сюжету.

У повісті Марини Павленко школа постає як арена рольової поведінки, де головна героїня намагається відповідати очікуванням соціуму та знайти баланс між зовнішнім образом і внутрішнім «Я». Її трансформація відбувається через зіткнення з соціальними нормами, стереотипами та внутрішніми сумнівами, що актуалізує проблему самоприйняття. Така шкільна соціалізація не лише формує моделі поведінки, а й спонукає до глибоких етичних роздумів.

Головна героїня повісті, чотирнадцятирічна Юлька, не задоволена своїм життям у маленькому провінційному містечку, не має гарних друзів, їй не подобається школа і клас, в якому вона навчається: *«... маленьке зачухане провінційне містечко: батьки в нім захрясли й не те що за кордон — до столиці не рвуться, як те поробили порядні люди. Так, до*

оскоми нуднюща школа й примітивний клас. Так, подруг — і взагалі нема: хіба Людка нормальна подруга?» [4, с.11].

Через постійні невдачі батька в бізнесі, родина Юльки має обмежені фінансові ресурси, тому вона не може дозволити собі модний одяг. У підлітковому віці кожна дівчина прагне виглядати привабливо та сучасно, однак усі спроби героїні виглядати краще зазнають невдачі. Хлопець із паралельного класу на ім'я Бурхан ще з дитячого садка глузував із її рудого волосся. Коли дівчина вирішила змінити колір, спроба виявилася невдалою: *«Фарбуючись уперше, мабуть, перетримала фарбу, і волосся вийшло чорне, як смола, ще й посічене та розпелехане. За таку прикрість у «добропам'ятних» ровесників вона досі «чорна міль» або «чортова муха». Повбивала б! Юля не любить дитсадка, не любить школи, не любить свого класу, не любить нікого, бо всі — проти неї. Мов ті скажені бджоли: аби куснути»* [4, с. 27-28]. Відчуваючи соціальну ізоляцію та емоційний дискомфорт, героїня уникає реального життя, занурюючись у віртуальний простір соціальних мереж, де створює ідеалізовану версію себе: *«Тут, здається, узагалі не існує ні хвороб, ні смерті. Тут весело й прикольно. Тут вона, Юлька, виставлена лише в своїх наймодніших прикидах і в найкращих видах! Тут нема нікому інтересу до її поганих оцінок, до її убогого житла й до ганебного мотоцикла з коляскою. Тут вона, власне, й не Юлька: вона тут представлена ніком «Діана», і нікому нема ніякого собачого діла, що в дитинстві сусідчині Галчині внуки (слава Богу, вони давно вже «штатники», тобто повийздили у США) дражнили її «Юлька — з носа булька»?...»* [4, с. 26-27].

Поступово героїня повісті М. Павленко змінюється як зовні, так і внутрішньо. Перестала фарбуватися, її природне золотаве пшеничне волосся починає відростати. Коли Юлька захворіла і протягом тижня не заходила у віртуальний простір, вона усвідомила, що її відсутність залишилася непомітною. Навіть єдина подруга Людка не звернула уваги на її зникнення. Натомість виявилось, що про неї увесь час пам'ятав Бурхан — хлопець, від насмішок якого вона раніше потерпала. Він дедалі частіше навідувався до Юльки, і поступово їхнє спілкування набуло дружнього, теплішого характеру.

Змінюється і ставлення героїні до родини, до власного походження. Якщо раніше вона соромилася того, що є звичайною дівчиною з українського провінційного містечка, то після спілкування з пасічниками — Мухамедом та дідом Залипою — її світогляд трансформується: *«Я українка! — чи не вперше ствердила не комплексуючи. Ба, відчула навіть гордість чи що. Досі цього стидалась, наче вошей або-що! У розмові з дівчатами (при батьках якось нітилась) усе більше чужих слів уживала: я ж не село зачухане. А тут... Невже на всесвітньо відомий винахід Прокоповича та «брендовий» монофлорний мед купилась?»* [4, с. 103-104].

Із появою бджільництва як родинної справи змінюється і шкільне життя Юлі. Вона стає впевненою в собі самодостатньою особистістю, яка

вже не соромиться ані власного зовнішнього вигляду, ані сільського побуту, ані свого захоплення поезією, що з'явилося в її житті останнім часом: *«Юлька дожила, що ненароком часом навіть у класі обмовлювалась якимсь поетичним рядком!.. А ще з приємністю відзначила, що в такі моменти... ніхто й не думав з неї сміятись!.. Взагалі, у школі останнім часом Юлю не знати чому заповажали, оцінки дивним чином поліпили». О, вона могла тільки здогадуватись, що це — наслідок її прекрасної «бджолої» метаморфози (!), а ще — копійкою «бджолої» праці» [4, с. 146]. У селі дівчину стали називати «Мухамедовою королевою». Бурхан зізнається, що завжди захоплювався Юлею і кохає її.*

Таким чином, повість М. Павленко «Моя класнюча дівчинка» репрезентує складний процес підліткової трансформації, що розгортається в межах шкільного та родинного середовища. Через образ Юльки авторка демонструє, як соціальні очікування, рольова поведінка та міжособистісні конфлікти впливають на формування ідентичності, самооцінки й емоційної зрілості. Шкільні взаємини — від ізоляції до поступового прийняття — відіграють ключову роль у становленні героїні як самодостатньої особистості, здатної до рефлексії, самоприйняття та етичного вибору.

На відміну від українського контексту, в якому шкільне середовище постає як простір поступового самоствердження, у романах польської письменниці Барбари Космовської («Буба» та «Буба: мертвий сезон») акцент зміщується на внутрішню ізоляцію героїні, що виникає внаслідок емоційного відчуження як у школі, так і в родині. Тут шкільні взаємини не стільки сприяють трансформації, скільки загострюють психологічну вразливість, провокуючи героїню до глибокого осмислення себе, власних потреб і меж.

Головна героїня обох романів — шістнадцятирічна дівчина на ім'я Буба. Її батьки — публічні особи: мати — відома авторка любовних романів, батько — популярний телеведучий. Буба почувається самотньо, адже батьків більше цікавить власна кар'єра, ніж життя доньки. Єдиним, хто завжди її підтримує, є дотепний дідусь Генрик. Саме йому, а не батькам, героїня довіряє свої переживання, розповідає про особисте. Він дізнається, що Буба безнадійно закохана в Адася — хлопця, знайомого ще з дитячого садка, який, на жаль, зустрічається з її подругою — модницею Йолькою. Згодом дідусь дізнається і про стосунки Буби із Мілошем. Через внутрішні монологи героїні та її розмови з дідусем читач поступово усвідомлює, наскільки непростим є життя Буби в шкільному соціумі. Її ровесники стають джерелом емоційних потрясінь, внутрішніх переживань, і сумнівів, що лише посилює її потребу в захисті, розумінні та емоційній стабільності.

У романах Б. Космовської шкільне середовище постає не як простір підтримки чи самореалізації, а як сцена емоційної відстороненості, де більшість зосереджується на «рольових масках», а головна героїня змушена шукати внутрішні ресурси для збереження себе. На відміну від Юльки з повісті М. Павленко, яка поступово інтегрується в шкільну спільноту, Буба

демонструє тип героїні-спостерігачки, яка дистанціюється від соціальних ролей, нав'язаних однокласниками та дорослими. Вона не прагне бути популярною, не бере участі у звичних підліткових змаганнях за статус, як це робить Йолька. Цю позицію Буби яскраво ілюструє епізод, коли вона медитує: *«Її асертивність, яка давалася нелегко, спонукала Бубу зазирнути в глиб себе, де вона виглядала гармонійно й зовсім не нагадувала дурненьку. Якраз навпаки. Усередині самої себе Буба була відмінницею в школі виживання, свідомо власної переваги над усім, що її оточує. Ну, може, не над усім, але, напевне, над світом, у якому більшість її рідних та знайомих бавилися в піжмурки. Гралися мати й дідусь, а поруч із ними крутилася, наче дзига, довгонога Йолька. Поміж них з певною гідністю веештався Адаць. І в усіх на очах були пов'язки. Крім Буби, яка знову сплела ноги, вирівняла дихання й виключилася із гри»* [1, с. 60-61].

У шкільному середовищі Буба стикається з байдужістю, а іноді — з нерозумінням. Її мовчазна присутність, небажання грати соціальні ролі, відмова від демонстративної поведінки — це не протест, а форма захисту. Школа для неї — не місце самоствердження, а простір, де вона вчиться бути собою, не втрачаючи гідності.

Проблеми взаємин у шкільному середовищі в обох романах польської авторки проявляються не лише через складну соціальну ієрархію серед учнів, а й у стосунках із педагогами, які постають не як ідеалізовані наставники, а як звичайні люди зі своїми слабкостями, рисами характеру та особливостями поведінки. Саме ці риси стають підґрунтям для іронічних прізвиськ, які учні надають своїм учителям: Пандемія, Піпетка, Редбулька, Шварценегер, Гібсон, Крейзі, Сокира. Наприклад, Гібсоном прозвали вчителя фізики за характерну манеру оцінювання: *«Він постійно каже: «okay, no, the best, one i two». Інших оцінок не ставить...»* [1, с. 64]. Вчитель фізкультури, обдарований атлетичною статуєю, отримав прізвисько Шварценегер: *«Шварценегер, обдарований могутніми м'язами, був прихильником культу тіла й умів безпомилково прокоментувати всі недоліки фігур своїх учениць»* [1, с. 67]. За надмірну енергійність учительку польської мови та літератури прозвали Редбулька, а інші педагоги отримали прізвиська, що відображають їхню професійну або особистісну специфіку: хімії — «Піпетка», математики — «Сокира», англійської — «Крейзі», біології — «Пандемія».

Таким чином, шкільне середовище у романах Барбари Космовської постає як арена соціальних випробувань, де розгортаються важливі життєві процеси: конфлікти з ровесниками, дружба і підтримка, перше кохання і перша зрада, стосунки з учителями, налагодження або руйнування комунікації. Зрештою, цей простір стає тим місцем, де головна героїня вчиться ідентичності, самоприйняттю та емоційній зрілості.

На відміну від польського контексту, де героїня обирає шлях внутрішнього спротиву, в австрійському романі Крістіне Нестлінгер «Маргаритко, моя квітко» шкільне середовище постає як простір відкритої

боротьби за право бути собою. Тут конфлікти з однолітками та дорослими набувають більш виразного характеру, а процес дорослішання Маргарити супроводжується активним самоствердженням у культурно неоднозначному соціумі. Авторка майстерно поєднує психологічну глибину з соціальною критикою, демонструючи, як школа може стати водночас джерелом травматичного досвіду і простором для формування ідентичності.

Головна героїня — чотирнадцятирічна Маргарита — не відповідає усталеним нормам зовнішності та поведінки, що на початку твору робить її мішенню для глузувань і булінгу з боку однокласників. Її зовнішній вигляд, манера говорити, емоційна відкритість — усе це стає підставою для соціального виключення. Школа в романі постає як середовище, де домінують стереотипи, а інакшість сприймається як загроза. Маргарита не прагне адаптуватися до шкільного середовища — вона чинить йому спротив. На початку роману перед читачами постає дівчинка-підліток із цілою низкою комплексів. Вона вважає себе товстою, порівнюючи власну фігуру із фігурами однокласниць. Її занепокоєння зовнішністю має підґрунтя: дівчина давно потерпає від насмішок однолітків. Наприклад, її сусід Конні глузує не лише з Маргарити, а й з усієї родини Закмаєрів: *«У будинку, де жила Маргарита, до неї та її родини ставилися не вельми приязно. Їх не називали «сім'я Закмаєрів» чи «Зак-маєри», а говорили: «Заки-Рюк-заки». Це вигадав Конні, син сусідів. Конні був неймовірно худий, і грубаси веселили його більше, ніж будь-який найсмійливіший анекдот* [3, с. 5].

Згодом життя Маргарити кардинально змінюється: батьки, перебуваючи на межі розлучення, вирішують пожити окремо, і героїня переїжджає до матері, балансуючи між двома батьківськими світами. Поступово читач спостерігає за внутрішніми й зовнішніми змінами, що відбуваються з дівчиною. Вона худне, починає — спочатку потай, а згодом відкрито — зустрічатися з красенем Флоріаном Кальбом. Пізніше в її житті з'являється ще один хлопець — Гінцель, дивакуватий юнак із татуюванням у формі метелика на обличчі.

Підліткова трансформація Маргарити — це не лише психологічний процес, а й етична позиція: бути собою попри все. Героїня поступово вчиться відстоювати власні думки та переконання, говорити «ні», коли це необхідно, приймати самостійні рішення. Наприкінці твору перед читачем постає вже не закомплексована дівчина-підліток, а зріла, самодостатня, впевнена в собі особистість, яка сама стає джерелом підтримки для інших.

Досліджуючи універсальні аспекти дорослішання у шкільному середовищі на прикладі творів трьох авторок з різних країн, ми переконалися, що школа в художньому просторі цих текстів постає не лише як навчальний заклад, а й як соціокультурне середовище, що активно впливає на формування ідентичності, емоційної зрілості та етичної позиції героїнь. Незалежно від культурного контексту — українського, польського чи австрійського — ключові характеристики підліткового віку залишаються незмінними: психологічна вразливість, потреба в підтримці та неминучість

трансформації на шляху до самостійності. Шкільні взаємини — дружба, перше кохання, конфлікти та комунікація з дорослими — виступають визначальними чинниками цього процесу. Досліджувані твори не лише ілюструють етапи дорослішання, а й пропонують читачам інструменти для власних внутрішніх змін, акцентуючи на важливості шкільної соціалізації в сучасному світі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Космовська Б. Буба : роман / пер. з пол. Б. Л. Антоняк : Урбіно, 2010. 238 с.
2. Космовська Б. Буба : мертвий сезон : роман / пер. з пол. Б. Л. Антоняк : Урбіно, 2011. 222 с.
3. Нестлінгер К. Маргаритко, моя квітко : роман / пер. з німецької О. Сидор. Львів : Урбіно, 2012. 416 с.
4. Павленко М. Моя класнюча дівчинка. Вінниця : ФОП Кузьмін Андрій Вячеславович, 2023. 256 с.
5. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П. Пасека О. В. Вікова психологія: навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2012. 376 с.

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, доцентка Бондаренко Л.Г.

УДК 172.15:322.17:37.017.4

Ріпа О.І.

ОСОБЛИВОСТІ ВІДТВОРЕННЯ РЕЛІГІЙНО-ФІЛОСОФСЬКОГО ПІДТЕКСТУ В ПЕРЕКЛАДІ АНГЛОМОВНИХ ПІСЕНЬ ГРУТУ "METALLICA" УКРАЇНСЬКОЮ МОВОЮ

У статті розглянуто особливості відтворення релігійно-філософського підтексту в перекладі англomовних пісень гурту "Metallica" українською мовою. Досліджено лексико-семантичні трансформації, культурну адаптацію та методи передачі біблійних і філософських символів. Визначено основні труднощі, що виникають під час міжкультурного перекладу пісенних текстів, та шляхи їх подолання.

Ключові слова: переклад, підтекст, релігійно-філософські мотиви, культурна адаптація, Metallica.

The article examines the peculiarities of reproducing the religious and philosophical subtext in the translation of Metallica's English-language songs into Ukrainian. Lexical-semantic transformations, cultural adaptation, and methods of conveying biblical and philosophical symbols are analyzed. The main difficulties arising during intercultural song translation and ways to overcome them are identified.

Key words: translation, subtext, religious and philosophical motifs, cultural adaptation, Metallica.

Постановка проблеми. У сучасній перекладознавчій науці все більшу увагу приділяють питанню відтворення підтексту — глибинного смислового рівня тексту, який часто визначає його ідейну та емоційну цінність. Проблема набуває особливої актуальності при перекладі пісенних творів, де смислова насиченість поєднується з ритмічною та емоційною організацією мови. Пісні американського метал-гурту Metallica становлять яскравий приклад текстів, у яких релігійно-філософський підтекст відіграє ключову роль у формуванні художнього змісту та авторського послання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблему підтексту у перекладі досліджували такі вчені, як Андрієнко Т. П., Журавль Т. В. і Хайдарі Н. І. Серед сучасних дослідників особливу увагу приділяють перекладу пісень і збереженню їхньої культурної семантики (О. Ребрій, І. Коваленко, Н. Мачульська). Проте саме релігійно-філософські підтексти у творах метал-музики залишаються малодослідженими, що створює наукову нішу для аналізу перекладацьких стратегій у цьому напрямі [2, с.499] [6, с.149].

Мета статті. Метою статті є аналіз способів і стратегій відтворення релігійно-філософського підтексту в англо-українському перекладі пісень гурту Metallica, а також визначення ефективності лексико-семантичних трансформацій при збереженні емоційної та культурної цілісності оригіналу.

Виклад основного матеріалу. Релігійно-філософський підтекст у пісенних текстах Metallica ґрунтується на біблійних алюзіях, символах гріха, спокути, духовної боротьби та морального вибору. При перекладі цих елементів перекладач має враховувати не лише лексичний рівень, а й культурні конотації, що формують асоціативне поле сприйняття.

Одним із головних завдань перекладача є збереження семантичної глибини тексту. Наприклад, у пісні “The God That Failed” фраза “the healing hand held back by the deepened nail” містить біблійну алюзію на розп’яття Христа. Український варіант «цілюща рука, зупинена цвяхом, що глибше ввійшов» передає не лише буквальний, а й сакральний сенс образу. У цьому випадку застосовується конкретизація як перекладацька стратегія, що посилює експресивність [1].

Іншим прикладом є рядок “Master of puppets, I’m pulling your strings”, де слово “puppets” може бути перекладено як «маріонетки» або «безвольні істоти». Останній варіант розкриває метафоричний рівень, наголошуючи на втраті людиною духовної свободи. Таким чином, застосовується модуляція — перехід від конкретного значення до філософського узагальнення [2].

Дослідження показує, що переклад релігійно-філософських елементів часто потребує семантичного розвитку, коли значення оригіналу

розширюється з метою досягнення смислової точності. Так, поняття “sin” може варіюватися від «гріх» до «провина», залежно від контексту, а “salvation” — перекладатися як «порятунок», «спасіння» або «викуплення» відповідно до богословського підтексту [3] [5].

Загалом, перекладач виступає не лише як посередник між мовами, а як інтерпретатор культур, який переосмислює першоджерело, зберігаючи його духовну суть. Це вимагає філологічної точності, культурної обізнаності та глибокого розуміння філософської концептосфери твору [4].

Висновки. У ході дослідження встановлено, що релігійно-філософський підтекст є одним із найскладніших аспектів у перекладі пісенних текстів гурту Metallica. Його відтворення потребує поєднання семантичної точності та емоційної експресії. Перекладач має не лише передати значення слів, а й зберегти символічну структуру, морально-філософську напругу та художню атмосферу твору.

Ефективними виявилися такі перекладацькі стратегії, як модуляція, конкретизація, семантична адаптація і культурна компенсація, що забезпечують глибину і цілісність перекладу. Аналіз показав, що українська мова володіє достатнім потенціалом для адекватного відтворення релігійних символів і філософських концептів оригіналу.

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на порівняльний аналіз перекладу релігійно-філософських мотивів у творчості інших музичних гуртів, що дозволить розширити перекладознавчі уявлення про адаптацію культурних кодів у музичному дискурсі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Альбоми Metallica: Повна історія культової творчості. URL: <https://retro.ua/albomy-metallica-povna-istoriya-kultovoyi-tvorchosti/> (Дата звернення: 22.09.2025).
2. Андрієнко Т. П. Стратегії в інтеракційній моделі перекладу (на матеріалі перекладу англomовних прозових та драматургічних творів українською та російською): дис. ... докт. філол. наук: 10.02.16 «Перекладознавство». К., 2017. 499 с.
3. Гурт Metallica зібрав \$1 мільйон для допомоги українцям. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-culture/3499463-gurt-metallica-zibrav-1-miljon-dla-dopomogi-ukraincam.html> (Дата звернення: 22.09.2025).
4. Десять здобутків Metallica. URL: <https://www.radioroks.ua/info/289-10-zdobutkiv-metallica/> (Дата звернення: 22.09.2025).
5. Десять кращих пісень групи Metallica Джерело: <https://comments.ua/ua/life/415090-desyat-kraschih-pisen-grupi-metallica.html> © Comments.ua. URL: <https://comments.ua/ua/life/415090-desyat-kraschih-pisen-grupi-metallica.html> (Дата звернення: 22.09.2025).
6. Журавль Т. В., Хайдарі Н. І. Поняття перекладацьких трансформацій та проблема їх класифікації // Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Серія: Філологія. 2015. № 19, том 2. С. 148–150

Науковий керівник кандидатка філологічних наук, доцентка Хан О.Г.

КОМП'ЮТЕРНА ГРАФІКА ЯК УНІВЕРСАЛЬНИЙ ІНСТРУМЕНТ СУЧАСНОСТІ

У статті досліджується феномен комп'ютерної графіки як однієї з багатофункціональних форм сучасного мистецтва. Проаналізовано історичний розвиток, вплив цифровізації на традиційні художні практики та основні тенденції, що визначають напрямки його еволюції. Найбільшу увагу приділено різноманіттю програм та їх розширений вплив, та як цифровізація спрощує роботу художників. Визначено перспективи комп'ютерної графіки у контексті сучасного культурного простору та його вплив на традиційні тенденції.

Ключові слова: інформаційні технології, комп'ютерна графіка, художні образи, творчі завдання, дизайн, графічний об'єкт, сучасне мистецтво, редагування, наука, завдання.

The article explores the phenomenon of computer graphics as one of the multifunctional forms of contemporary art. The historical development, the impact of digitalization on traditional artistic practices, and the main trends determining the directions of its evolution are analyzed. The greatest attention is paid to the diversity of programs and their expanded influence and how digitization simplifies the work of artists. The prospects of computer graphics in the context of the modern cultural space and its influence on traditional trends are determined.

Keywords: information technology, computer graphics, artistic images, creative tasks, design, graphic object, modern art, editing, science, tasks

Стрімкий розвиток інформаційних технологій, які значно впливають на методи створення робіт та різноманіття стилів митців, – це невід'ємна частина сучасного світу. У цьому різноманітті комп'ютерна графіка посідає особливе місце серед інструментів, які полегшують інтерпретацію та візуалізацію ідей для створення нових художніх образів, або вирішення інноваційних завдань.

Її використання виходить далеко за межі традиційного мистецтва, охоплюючи такі сфери, як дизайн, архітектура, освіта, реклама, наукові дослідження тощо. Проблема полягає у визначенні оптимальних способів застосування засобів комп'ютерної графіки для активізації творчої діяльності та вироблення нових підходів до розв'язання завдань, що вимагають нестандартного мислення.

Білл Гейтс колись сказав: «Ми не можемо чекати, доки світ зміниться сам. Нам потрібно створювати майбутнє». Ця цитата відображає ідею активної участі у формуванні майбутнього за допомогою технологій, у тому

числі й комп'ютерної графіки, яка на сьогоднішній день має велике значення та вплив в житті митців, та робить великий інноваційний прогрес поєднання «старої» та « нової» школи мистецтв.

У науковій літературі та практичних дослідженнях комп'ютерна графіка розглядається як важливий чинник формування візуальної культури, засіб розвитку просторового мислення, а також як інструмент навчання і творчого самовираження. Значна увага приділяється аналізу програмних забезпечень для створення та редагування графічних об'єктів, наприклад як Adobe Photoshop/Illustrator, Figma, Canva, Blender, Krita, PaintToolSai, CorelDRAW, які є самими вживаними та частіше використовуються в освіті й професійній діяльності. [3, с. 19]

Водночас недостатньо вивченим залишається питання інтеграції засобів комп'ютерної графіки у вирішення комплексних творчих завдань, які поєднують художні, технічні та наукові компоненти. Недостатньо уваги приділяється міждисциплінарним підходам, коли комп'ютерна графіка використовується не лише як технічний інструмент, а й як засіб формування нових креативних стратегій. [5, с. 49]

Метою статті є дослідження самого поняття комп'ютерної графіки та її вирішення творчих завдань, визначення всіх переваг можливостей, а також відокремлення технології як окремого засобу розвитку креативності та формування підходів до інтеграції графічних технологій у різні сфери діяльності. Також розглянути види комп'ютерної графіки та графічні редактори, у яких найкраще та легше редагувати, малювати та моделювати.

Використання комп'ютерної графіки у творчих завданнях базується на поєднанні технічних навичок з креативним мисленням і ось основні напрями її застосування.

- Освітня діяльність. Комп'ютерна графіка сприяє розвитку просторової уяви, формує у студентів навички проєктного мислення, дозволяє створювати візуалізації наукових моделей.

- Дизайн та архітектура. Графічні редактори полегшують роботу та процес пошуку форм, кольорів і текстур, що дає творче місце для уяви та експериментів, що також стимулює пошук нових естетичних рішень

- Мистецтво і медіа. Завдяки графічним технологіям митці мають можливість поєднувати традиційні художні прийоми з цифровими ефектами. Створювати звуко та відео медіа тепер набагато простіше та доступніше.

- Наука та техніка. Візуалізація даних та моделювання складних процесів забезпечують новий рівень аналізу та інтерпретації результатів досліджень.

Таким чином, можна зробити висновок, комп'ютерна графіка стала невід'ємною частиною нашого життя та виступає універсальним інструментом, що поєднує технічну точність і креативність. Її використання забезпечує можливість вирішення як прикладних, так і концептуальних

завдань. Сфери застосування постійно збільшуються, що водночас вимагає більш детального вивчення всіх її можливостей експлуатації. [4, с. 12].

Дослідження показало, що комп'ютерна графіка є ефективним засобом для вирішення творчих завдань у різних сферах діяльності. Вона сприяє розвитку креативності, інтеграції мистецьких та технічних підходів, а також формує нові можливості для професійного та наукового зростання.

Подальші розвідки у цьому напрямі варто зосередити на вивченні міждисциплінарних практик, розробці інтерактивних методик навчання та створенні програмних рішень, орієнтованих на розвиток творчого потенціалу особистості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Жалдак І. М. Комп'ютерна графіка в освіті та мистецтві. – Київ: Наукова думка, 2018. – 214 с.
2. Лазарєв М. І. Сучасні програмні засоби комп'ютерної графіки: навчальний посібник. – Харків: ХНУМГ, 2021. – 276 с.
3. Морзе Н. В., Осадчий В. В. Використання графічних редакторів у навчальному процесі // Комп'ютер у школі та сім'ї. – 2020. – № 3. – С. 17–22.
4. Пічугін М. Ф. Комп'ютерна графіка: навчальний посібник. – Київ, 2013. – С. 12- 23.
5. Романенко Л. А. Розвиток просторового мислення студентів засобами комп'ютерної графіки // Інформаційні технології і засоби навчання. – 2019. – № 6. – С. 44–51.
6. Спирін О. М. Інформаційно-комунікаційні технології у професійній підготовці майбутніх учителів. – Житомир: Вид-во ЖДУ, 2017. – 312 с.

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, доцентка Малезик Ю.М.

УДК 061:[008+7](477):313.232.7

Соценко Ю.Ю.

КУЛЬТУРНА ДИПЛОМАТІЯ: РОЛЬ УКРАЇНСЬКИХ МИСТЕЦЬКИХ ПРОЄКТІВ У МІЖНАРОДНОМУ СПІВРОБІТНИЦТВІ ТА КУЛЬТУРНИЙ ПІДТРИМЦІ

У статті розглянуто поняття культурної дипломатії та значущість сучасної зовнішньої політики України в умовах війни з російськими агресорами. Акцентовано увагу на важливості транслявання наративів української ідентичності та боротьби за свободу.

Ключові слова: культурна дипломатія, міжнародне співробітництво, культурна підтримка, мистецькі проєкти, Україна.

The article examines the concept of cultural diplomacy and the significance of Ukraine's contemporary foreign policy in the context of the war with Russian

aggressors. Particular attention is paid to the importance of conveying narratives of Ukrainian identity and the struggle for freedom.

Keywords: cultural diplomacy, international cooperation, cultural support, art projects, Ukraine.

В реаліях глобалізації XXI століття, а для України, яка з 2014 року перебуває в умовах російської агресії, з 2022 року – повномасштабної війни, роль культурної політики у міжнародному співробітництві набула особливого значення. Мистецькі проекти стали засобом культурного самовираження та формою протидії дезінформації та інструментом зміцнення міжнародної підтримки нашої держави.

За визначенням українських науковців І.Б. Матяш, В.М. Матвієнка: «Зовнішня культурна політика – це комплекс заходів, які держава розробляє та здійснює на міжнародному рівні для популяризування національної мови й культури за кордоном і задля створення сприятливої зовнішньої політичної кон'юнктури, що дає змогу ефективно реалізовувати зовнішню політику» [3, с. 7–8].

На їхню думку зовнішня політика має три взаємопов'язані цілі:

- поширення позитивного іміджу країни на міжнародній арені, де культурні цінності та зв'язки слугують важливим інструментом для досягнення цієї мети;

- створення умов, що сприяють успішному виконанню політичних, дипломатичних, економічних та інформаційних завдань держави на міжнародному рівні;

- формування партнерства з іншими країнами на засадах рівноправності та взаємної вигоди в різних сферах діяльності [3].

Публічна дипломатія є складовою частиною політики м'якої сили, концепцію якої розробив американський політолог Джозеф Най. Згідно з його поглядами, м'яка сила – це здатність держави впливати на вподобання інших країн через три основні елементи: культуру, політичні цінності та зовнішню політику. Публічна і культурна дипломатія спрямовані на передачу цих аспектів іншим державам [3].

До ключових праць із проблематики культурної дипломатії серед іноземних науковців належать дослідження американських учених – Antony Blinken (Е. Блінкен), Kenneth L. Adelman (К.Л. Адельман), James Critchlow (Дж. Крічлоу), J. Duffey (Дж. Даффі), Nicholas Cull (Н. Каллу).

В українському науковому середовищі питання культурної дипломатії, зокрема в контексті теорії міжнародних відносин, розробляють такі дослідники як Сергій Гуцал, Оксана Зернецька, Олексій Литвиненко, Михайло Ожеван, Олександр Кучмій, Юлія Константинова, Андрій Луценко, Ірина Місюк, Наталія Мусієнко, Ольга Розумна, Тетяна Пересунько, Ірина Піскорська, Оксана Потехіна, Марія Процюк, Георгій Почепцов, Ірина Сухорольська, Євген Макаренко, Олена Тищенко-Тишківець, Наталія Сербіна, Ярослав Турчин та інші.

З нашої точки зору, більшість наукових робіт концентрується на загальних стратегіях культурної дипломатії. Недостатньо вивченими залишаються мистецькі проекти та їх вплив на міжнародне співробітництво й культурну підтримку країни, саме під час війни. Але за останні роки культурні діячі, митці, артисти зробили величезний внесок для розширення та пізнаності української ідентичності і культурної дипломатії.

Генеральний директор Українського інституту Володимир Шейко підкреслив, що «24 лютого мільйони людей у світі раптом відкрили для себе найбільшу в Європі державу Україну, а досі вони про неї нічого не знали» [1]. Події кардинально змінили українську культурну дипломатію, і цей процес триває. За підтримки Міністерства культури та інформаційної політики України (МКІП) вдалося втілити понад 100 проєктів і виставок для світової аудиторії, присвячених війні в Україні, а також організувати понад 500 зустрічей з українськими та міжнародними партнерами [1].

Такими прикладами є проєкт зроблений у грудні 2022 року зусиллями креативної агенції Saatchi & Saatchi Ukraine, МЗС України, ГО BRAND UKRAINE та Фонду Олени Зеленської з'явилася нова інтерпретація «Щедрика». Залишивши незмінною відому мелодію Миколи Леонтовича, творці додали слова, що передають воєнні події та емоції українців. Англійською мовою пісню виконав Тарас Тополя разом із хором імені Григорія Верьовки та дитячим ансамблем «Зернятко». Музичний твір пролунав на 22 радіостанціях у 11 країнах. Концепція була простою: кожен, хто через Shazam упізнає пісню, отримає можливість зробити внесок на допомогу українським дітям [4].

Документальний фільм «20 днів у Маріуполі» Мстислава Чернова – стрічка, яка висвітлює перші двадцять днів повномасштабного вторгнення росії в Україну, знята командою Associated Press в окупованому Маріуполі. Фільм отримав світову прем'єру на фестивалі «Sundance» у 2023 році, де здобув приз глядацьких симпатій. У 2024 році він став першим українським шедевром, що здобув «Оскар» за найкращий документальний фільм.

Виступи гуртів DakhaBrakha, ONUKA, Океан Ельзи за кордоном поєднують культурну місію з фандрайзингом для ЗСУ. Літературні переклади творів Сергія Жадана, Оксани Забужко, Софії Андрухович відкривають західним читачам українську перспективу, формуючи нові культурні мости.

На наші глибокі переконання, українська діаспора стала однією із ключових складових розвитку культурної дипломатії. Українці, які через війну опинилися за кордоном, стали своєрідними культурними амбасадорами. Вони беруть участь у фестивалях, виставках і дискусійних платформах, демонструючи світові неповторність української культури. Це відкриває Україні нові шляхи до міжнародної взаємодії, сприяє культурним обмінам і налагодженню партнерських відносин.

Отже, все це в сукупності виконує для нас подвійну функцію, а саме, створення позитивного образу України (репрезентативну), зміцнення міжнародної солідарності (мобілізаційну).

Безперечним є факт того, що українські культурно-мистецькі проєкти впливають на міжнародні відносини не менше, ніж офіційні політичні інститути та яскраво доводять, що культура може бути потужним інструментом дипломатії. Мова мистецтва є мовою, яка доносить сенси, глибину, а також є зрозумілою для аудиторій у різних країнах.

Подальші дослідження з теми української культурної дипломатії в умовах глобалізації та війни можуть бути спрямовані на порівняння ефективності державних та незалежних культурних ініціатив, аналіз впливу цифрових форматів та опрацювання довготривалих наслідків культурної дипломатії для іміджу України у світі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бортняк К. Володимир Шейко: «За кордоном хочуть бачити мистецтво, яке швидко рефлексує досвід війни». Український тиждень. 28 грудня 2022. URL: <https://tyzhden.ua/volodymyr-shejko-za-kordonom-khochut-bachyty-mystetstvo-i-ake-shvydko-refleksuiє-dosvid-vijny/>
2. Культурна дипломатія в часи невизначеності: як відбувся Міжнародний форум культурної дипломатії. The Ukrainians. URL: <https://theukrainians.org/kulturna-dyplomatiia/>
3. Культурна дипломатія: навч. посібник / за заг. ред. ; Інститут міжнародних відносин КНУ імені Тараса Шевченка; Наукове товариство історії дипломатії та міжнародних відносин. Київ: ДП «ГДП», 2021. 252 с.
4. Луценко А. В., Піскорська Г. А. «М'яка сила» в сучасній геополітиці: монографія. Київ, 2011. 216 с.
5. Маргарита Юхименко «Чому потрібна та як реалізовується українська культурна дипломатія» (2024) URL: <https://svidomi.in.ua/page/chomu-potribna-ta-iak-realizovuietsia-ukrainska-kulturna-dyplomatiia>

Науковий керівник докторка педагогічних наук, професорка Лимаренко Л.І.

УДК 793.33

Співаковська Є.О.

УКРАЇНСЬКІ ЖІНОЧІ ОБРАЗИ ЯК ДжЕРЕЛО ХОРЕОГРАФІЧНОЇ ІМПРОВІЗАЦІЇ

У статті досліджується потенціал українських жіночих образів як джерела для імпровізації в різних видах мистецтва, зокрема в театрі, музиці та танці. Проаналізовано архетипи та символіку, закладені в образах матері, дівчини, мольфарки. У статті приділяється особлива увага жіночим образам – їхнім емоційним, психологічним та соціокультурним характеристикам, що можуть стати основою для

створення динамічних, глибоких та оригінальних художніх творів. Виявлено, як традиційна спадщина може слугувати не лише матеріалом для репродукції, але й потужним інструментом для творчого переосмислення та імпровізації, що дозволяє сучасним митцям актуалізувати та по-новому інтерпретувати національні цінності.

Ключові слова: українські жіночі образи, імпровізація, мистецтво, архетипи, танець, музика.

The article explores the potential of Ukrainian female images as a source for improvisation in various art forms, particularly in theatre, music, and dance. It analyses the archetypes and symbolism inherent in the images of the mother, the girl, and the molfarka. The article pays particular attention to female images—their emotional, psychological, and sociocultural characteristics, which can serve as a basis for creating dynamic, profound, and original works of art. It reveals how traditional heritage can serve not only as material for reproduction, but also as a powerful tool for creative rethinking and improvisation, allowing contemporary artists to actualize and reinterpret national values in a new way.

Keywords: Ukrainian female images, improvisation, art, archetypes, dance, music.

Українські народні танці — це не лише скарбниця традицій, але й невичерпне джерело для творчості та імпровізації. В основі українського народного танцю здавна лежала імпровізація. Танцівники та танцівниці, знаючи основні фігури та кроки, могли вільно варіювати їх, додаючи власні рухи, емоції та імпровізаційні елементи. Це дозволяло виразити індивідуальність виконавця, його настрій та ставлення до музики. Особливо це було характерно для жіночих танців, де грайливість, кокетство та ліричність вимагали більшої свободи.

Хореографія – це мистецтво розповіді через рух, де кожен жест, поза й динаміка несуть глибокий зміст. Для хореографів і танцюристів, що працюють з імпровізацією, знаходження джерела натхнення є ключовим. Одним із найглибших і найбагатших джерел є культурні образи, які увібрали в себе колективну пам'ять та архетипи. В українській культурі жіночі образи є потужним фундаментом, що дозволяє досліджувати широку палітру емоцій, станів та історій.

Українські жіночі образи, що дійшли до нас крізь століття, – це не просто історичні фігури, а живі, багатогранні архетипи, які можна перетворити на хореографічні образи. Нами було розглянуто, три з них – це образ дівчини, мольфарки та матері – саме вони є основою для імпровізації в хореографії.

Образ дівчини у хореографії – це втілення юності, невинності, мрійливості та перших почуттів. Її хореографічний образ ґрунтується на таких елементах, такі як:

- рух: легкість, плавність, повітряність. Можна використовувати оберти, стрибки, дрібні, швидкі рухи, що імітують гру, радість чи сором'язливість. Тіло гнучке, поза відкрита, голова часто піднята;
- динаміка: переходи від повільних, мрійливих рухів до різких, енергійних сплесків. Це відображає внутрішні суперечності: від сором'язливості до сміливості;
- емоція: радість, наївність, сором'язливість, туга. Імпровізація може досліджувати перше кохання, страх перед невідомим, радість відкриттів. Танцюрист може використовувати дрібну моторику (жестикауляція рук, міміка) для передачі цих станів [1, с. 54-57].

Образ мольфарки – це втілення таємної сили, містичного зв'язку з природою та внутрішньої мудрості. Хореографічна імпровізація на основі цього образу включає наступні елементи, такі як:

- рух: повільний, глибокий, що має вагу. Рухи можуть бути низькими, близькими до землі, з акцентом на центр тіла. Використовуються плавні, але потужні жести, що нагадують чаклування, збирання трав чи взаємодію з невидимими силами;

- динаміка: контрольована, зосереджена. Темп може бути повільним, із раптовими, різкими змінами, що символізують вибух магічної сили. Використовується робота з простором, його "стискання" або "розширення";

- емоція: спокій, зосередженість, але з прихованою силою. Імпровізація може відображати внутрішню боротьбу, самотність, мудрість, що дає спокій. Погляд фіксований, наче бачить більше, ніж інші.

Таким чином, у хореографії образ мольфарки є архетипом, що уособлює жіночу інтуїцію, мудрість та зв'язок з природою. Вона є не просто персонажем, а символом давніх знань, що передаються з покоління в покоління. Її образ дозволяє хореографам досліджувати теми людських відносин з природою, а також роль жінки як берегині та носійки сакральних знань.

Хореографічні постановки, що використовують образ мольфарки, допомагають зберегти та популяризувати українські культурні традиції, а також показати їхню глибину та багатогранність.

Образ матері у хореографії – це один із найглибших і найсильніших архетипів, потужний і багатогранний символ, який може передавати цілу палітру емоцій і сенсів. Її рухи виражають безумовну любов, турботу та захист. Імпровізація цього образу включає наступні елементи, такі як:

- рух: стійкість, заземленість, плавність. Центр ваги тіла знаходиться низько, рухи "кореняться" в землі. Використовуються обіймаючі жести, які символізують захист, а також рухи, що імітують коливання, годування, турботу;

- динаміка: від повільної, розміреної динаміки до раптового вибуху сили. Наприклад, танець може починатися з ніжної, спокійної коди, але раптом стати різким, потужним і навіть агресивним, якщо мова йде про захист;

- емоція: спокій, терпіння, але також внутрішня сила та готовність до боротьби. Імпровізація може показувати багатшаровість материнського образу: ніжність, стійкість, мудрість і жертвність [2, с. 29].

Таким чином, образ матері в хореографії часто асоціюється з такими поняттями, як земля, природа, початок життя. Її танець може бути пов'язаний з темою родючості, циклічності життя та вічності. Вона може бути центром композиції, навколо якої рухаються інші персонажі, символізуючи її роль як основи сім'ї та суспільства.

Сучасні хореографи все частіше звертаються до традиційного українського танцю, щоб надихнутися та створити щось нове. Наприклад, елементи гопака - енергійні, динамічні рухи ніг, які можна поєднати з сучасними напрямками, як-от контемпорарі або хіп-хоп, створюючи унікальний, гібридний стиль. Танець "Рушник", що символізує долю та життя, дає можливість імпровізувати, використовуючи сам рушник як елемент, що продовжує рухи та надає їм драматизму. А м'які, плавні рухи хороводів можуть стати основою для медитативних та імпровізаційних танців, що фокусуються на внутрішньому стані танцівниці [3, с. 82].

Таким чином, використання українських жіночих архетипів у хореографічній імпровізації - це не просто наслідування образів, а глибоке дослідження їхньої сутності через рух. Образи дівчини, мольфарки та матері пропонують багатство хореографічних рухів, динаміки та емоцій, що дозволяє створювати унікальні та глибокі хореографічні образи. Це, в свою чергу, шлях до самопізнання і, водночас, акт поваги до культурної спадщини. Поєднання традиційного та сучасного, імпровізація на основі класичних рухів - це шлях до розвитку та збереження української хореографічної спадщини у світі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Карпинська М.М. Український жіночий образ в народній та сучасній хореографії: порівняльний аналіз. // Вісник Київського національного університету культури і мистецтв. Серія: Хореографічне мистецтво. - 2020. - Вип. 1. - С. 54-62.
2. Колодій Н.С. Жіночі образи українського фольклору як джерело для хореографічної імпровізації. // Народна творчість та етнографія. - 2019. - № 4. - С. 28-35.
3. Лисенко В.А. Імідж української жінки в культурологічному аспекті: монографія. - Київ: Ліра-К, 2021. - 180 с.
4. Шариков Д. І. Теорія, історія та практика сучасної хореографії: Монографія / Шариков Д. І. - К.: КиМУ, 2010.
5. Янина-Ледовська, Є. В. (2010). Напрямки та тенденції розвитку контактної імпровізації у контексті сучасної хореографії. Вісник Харківської державної академії дизайну і мистецтв. Мистецтвознавство: збірник наукових праць, 1, 247-249. Харків.

Науковий керівник доцентка Рехліцька А.Є.

БУКОВИНСЬКИЙ ТАНЕЦЬ ЯК ВІДОБРАЖЕННЯ КУЛЬТУРНОГО БАГАТСТВА РЕГІОНУ: ТРАДИЦІЇ ТА СУЧАСНІ ІНТЕРПРЕТАЦІЇ

У статті досліджено буковинський народний танець як культурний феномен. Визначено його історичне коріння, художні та технічні особливості, проаналізовано сценічну трансформацію та сучасні інтерпретації.

Ключові слова: Буковина, народний танець, хореографія, сценічна інтерпретація, культурна спадщина.

The article explores the Bukovinian folk dance as a cultural phenomenon. It defines its historical roots, artistic and technical features, analyzes stage transformation and modern interpretations.

Keywords: Bukovina, folk dance, choreography, stage interpretation, cultural heritage.

Постановка проблеми. Буковина — один із найяскравіших культурних регіонів України, де багатовікова взаємодія української, румунської, польської, угорської та єврейської традицій сформувала унікальне культурне середовище. Важливою частиною цього багатства є буковинський народний танець — яскрава та самобутня форма вираження духовного світу, емоційності й ідентичності місцевого населення. Його стилістика, пластика та ритмічна структура відображають ментальність краю, народну філософію життя й глибоку повагу до традиції.

Аналіз останніх досліджень і публікацій

У наш час, коли питання збереження культурної спадщини постає особливо гостро, вивчення буковинського танцю як явища є надзвичайно актуальним. Він не тільки відображає минуле, але й здатен гармонійно інтегруватися в сучасне мистецтво, зберігаючи при цьому свою автентичність.

Метою статті є проаналізувати буковинський танець як явище народної та сценічної культури, визначити його характерні риси, сценічні можливості та перспективи розвитку.

Основний зміст дослідження. Танцювальна традиція Буковини формувалася упродовж століть у контексті сільського життя, святкових обрядів, ярмарків, весіль та сезонних ритуалів. Танець виконував не лише естетичну, а й соціальну функцію — засіб комунікації, вияв радості, закоханості, єдності громади.

Танцювали всі: від дітей до літніх людей. Завдяки відкритості регіону до зовнішніх впливів, танець увібрав елементи з румунської, польської, угорської хореографії, зберігши український національний ґрунт.

Характерні риси буковинського танцю

1. Пластичність та м'якість рухів.

Танці плавні, округлі, «пливуть» сценою, нагадуючи пісню у жесті.

2. Жіночність і граційність.

Вирізняються красою руху рук, поставою, легкістю. Образ — ніжність і гідність.

3. Чоловіча стриманість і гідність.

Підкреслюється внутрішня рівновага, часто застосовуються притупи, підскоки.

4. Взаємодія між учасниками.

Танці є «розмовами»: погляди, міміка, жести — все має значення.

Ритміка та музика

Ритми: 2/4 або 4/4, іноді змішані. Мелодійність — основа емоційності.

Типові інструменти:

- скрипка,
- цимбали,
- акордеон,
- сопілка,
- барабан.

Буковинський танець у сценічному просторі

З другої половини ХХ ст. активно впроваджується в сценічну хореографію — зокрема ансамблем «Буковина». У ХХІ столітті з'являються інтерпретації з елементами контемпорарі, театру, неофольклору.

Висновки. Буковинський танець — глибока культурна мова, в якій закодовано цінності, пам'ять і духовність.

Його м'який, врівноважений характер відображає сам дух Буковини.

Сучасне мистецтво покликане не тільки зберігати, а й розвивати цю традицію через освіту, фестивалі, сцену.

Перспективи подальших розвідок

- Вивчення гендерної лексики танцю (жіночі/чоловічі партії).
- Аналіз впливу буковинського танцю на сучасну українську сцену.
- Розвиток методик викладання в мистецьких закладах.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Верховинець В. М. Теорія українського народного танцю. Київ: Мистецтво, 1958.
2. Помарянський М., Мураховський Я., Сулятицький Т., Пупченко М. Буковинський танець. Чернівці: Букрек, 2007.
3. Гуменюк А. Українські народні танці. Київ: Видавництво Академії наук УРСР.
4. Забрєдовський С. Г., Добровольська С. В. Хореографічне мистецтво Буковини: Витоки, сучасні обриси та перспективи. Київ: НАКККиМ.
5. Гарасимчук Р. Народна хореографія України. Львів: ЛНУ імені Івана Франка.
6. Купленик В. Етнографія українського танцю. Ужгород: Карпати.
7. Валявська К. У мереживі вальсу. Світське життя на Буковині (1848–1918).
8. Сидорчук В. О. «Про буковинські танці та рідних в окупації на Херсонщині» [Електронний ресурс]: <https://suspilne.media/chernivtsi/387797...>

9. Фейсбук-сторінка “Буковинський центр культури і мистецтва”: <https://www.facebook.com/buk.centre.culture>
10. Український танець: жанри та види. <https://osvita.ua/vnz/reports/culture/10589/>
11. Українські побутові танці. <https://osvita.ua/vnz/reports/culture/10577/>
12. Зубатов С. Л. Танцювальні композиції та етюди українських народних танців. <https://lira-k.com.ua/preview/12832.pdf>
13. Зубатов С. Л. Методика викладання українського народного танцю. <https://lira-k.com.ua/preview/12450.pdf>
14. Виступ ансамблю “Буковина”: Буковинські козачки — YouTube
15. Буковинський привітальний — Буковинський ансамбль пісні і танцю (2020): <https://www.youtube.com/watch?v=0K36EAfcVe0>

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, доцентка Терешенко Н.В.

УДК [725.1:379.8]:316.75-044.325"20"

Ткач Н.В.

ЗАКЛАДИ ДОЗВІЛЛЯ ЯК КУЛЬТУРНИЙ ФЕНОМЕН: ТРАНСФОРМАЦІЯ ЦІННОСТЕЙ І ФОРМ ВІДПОЧИНКУ В XXI СТОЛІТТІ

У статті досліджується феномен закладів дозвілля як важливої складової культурного простору сучасного суспільства. Аналізується трансформація цінностей і форм відпочинку в контексті глобалізації, цифровізації, зміни соціокультурних практик та зростаючої індивідуалізації вільного часу.

Ключові слова: заклади дозвілля, культура, відпочинок, цінності, трансформація, XXI століття.

The article explores the phenomenon of leisure institutions as an essential component of the cultural space of contemporary society. It analyzes the transformation of values and forms of recreation in the context of globalization, digitalization, changes in sociocultural practices, and the growing individualization of free time.

Keywords: leisure institutions, culture, recreation, values, transformation, the 21st century.

У сучасному світі заклади дозвілля виконують не лише функцію відпочинку, а й стають осередками, центрами культурного обміну, соціалізації та творчої самореалізації особистості. Вони перетворюються на багатофункціональні простори, які сприяють формуванню нових соціальних зв'язків, розвитку критичного мислення, реалізації креативного потенціалу та підтримці ментального здоров'я.

Особливо важливу роль такі заклади відіграють для молоді, яка шукає не просто звичайної розваги, а змістовного, емоційного та інтелектуально збагачувального дозвілля.

Глобалізація, розвиток цифрових технологій, мобільність і зростаючий вплив віртуального середовища призвели до суттєвих змін у сприйнятті дозвілля як соціокультурної цінності.

На наші глибокі переконання, традиційні форми проведення вільного часу поступово доповнюються або витісняються новими, інтерактивними та мультимедійними форматами.

Таким чином молоді люди дедалі частіше надають перевагу просторам, які поєднують культурний, соціальний та освітній досвід, наприклад, коворкінги, культурно-освітні центри, креативні хаби, арт-простори, інтерактивні музеї та інші платформи, що стимулюють комунікацію, співпрацю та самовираження.

У цьому контексті важливим завданням є дослідження трансформацій цінностей і форм відпочинку, оскільки саме ці зміни відображають глибші процеси, що відбуваються в соціокультурному середовищі XXI століття.

Аналіз дозвіллевих практик дає змогу краще зрозуміти потреби сучасного суспільства, особливо молодіжного середовища, а також окреслити перспективи розвитку культурної політики, урбаністики та освітніх стратегій, зорієнтованих на якісне перетворення публічного простору.

До проблем вивчення закладів дозвілля як культурного феномену звертають свої погляди такі українські науковці, як О.М. Панченко [1], І.О. Перетятко [2], І.В. Петрова [3], О.Ю. Шмаюн [5] та інші.

Однак, незважаючи на певний обсяг наукових робіт, присвячених різноманітним проблемам функціонування культурних закладів, дозвілля є аспекти, які й досі залишаються недостатньо висвітленими.

Мета статті: дослідити заклади дозвілля як культурний феномен XXI століття, що відображає багатовекторність сучасних соціокультурних процесів.

У межах роботи передбачено виявлення ключових тенденцій трансформації цінностей та форм організації відпочинку, зокрема в контексті глобалізації, цифровізації та зростання ролі креативних індустрій.

Завдання дослідження охоплюють:

- аналіз соціокультурного й технологічного впливу на сучасні практики дозвілля;
- вивчення нових форматів інтегрованої культурної платформи;
- оцінку процесів індивідуалізації вільного часу, що виявляється у зростанні попиту на персоналізовані, гнучкі та інноваційні моделі відпочинку.

Доцільно зазначити, що особливу увагу приділено вивченню взаємодії глобальних і локальних тенденцій, а також пошуку механізмів гармонізації традиційних і новітніх культурних практик у сфері дозвілля.

Цікавими і корисними для нас стали матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «Сучасний культурно-мистецький простір: креативні та інформаційно-комунікативні трансформації», яка відбулася 21–22 червня 2022 року в Національній академії керівних кадрів культури і мистецтв. Матеріали конференції присвячені актуальним питанням стану культурно-мистецького простору в умовах сьогодення, теоретичним питанням культурної дозвілєвої практики, соціальним комунікаціям в умовах глобальних трансформацій сучасності. Проаналізовано сучасні тенденції та інновації функціонування культурних і креативних індустрій. Висвітлено вітчизняний і зарубіжний досвід у розвитку інформаційних комунікацій та технологій [4]. Науковці констатують факт того, що культурний феномен глибинної духовної, солідарної взаємодії в суспільстві постає відправним аспектом пошуку системи духовних цінностей і змістоутворювальних культурологічних смислів феномену суспільного ідеалу в соціокультурному хронотопі України початку ХХІ століття [4, с. 7].

Тож, заклади дозвілля відіграють важливу роль у процесах соціалізації, створенні комунікативних платформ і розвитку креативних спільнот. Молодіжні клуби, культурні хаби та арт-простори є середовищем для обміну ідеями, досвідом і спільної творчості.

Акцентуємо увагу на тому, що культурно-дозвілєві установи також відіграють досить значну роль у формуванні локальної ідентичності та збереженні культурної спадщини. Відвідувачі активно залучаються до інтерактивних програм, що сприяють розвитку культурної компетентності та формуванню ціннісного сприйняття мистецтва.

Підкреслюємо, що використання цифрових технологій, VR/AR та соціальних мереж сприяє формуванню нових гібридних форматів дозвілля, які поєднують фізичну та віртуальну взаємодію. Такі інструменти дозволяють адаптувати досвід відвідування до індивідуальних потреб, залучати нову аудиторію та інтегрувати освітні елементи у культурно-дозвілєву діяльність.

О.Ю. Шмаюн зазначає: «...дозвілєва діяльність сприймається як процес культуротворення, що має стимулювати розвиток творчої індивідуальності, передбачає різноманітність культурно-дозвілєвих та рекреаційних заходів, створює умови для виявлення та задоволення свободи вибору дозвілєвих потреб та інтересів» [5, с. 261].

Звичайно, сучасні відвідувачі очікують індивідуалізованого підходу, обираючи заклади відповідно до власних інтересів, стилю життя та своїх уподобань у соціальних мережах. Це трансформує традиційні моделі організації дозвілля й вимагає впровадження нових управлінських стратегій у сфері культурного менеджменту.

Отже, доходимо висновку, що у ХХІ столітті заклади дозвілля постають як багатовимірні культурні феномени, які не лише задовольняють потребу у відпочинку, а й відображають динаміку соціокультурних процесів у глобалізованому світі. Вони функціонують як середовища, в яких

трансформуються суспільні цінності, формуються нові моделі соціальної взаємодії та проявляється зростаюча індивідуалізація дозвіллєвих практик.

Сучасні тенденції демонструють інтеграцію культурних, соціальних і технологічних складових: від поєднання традиційних форм розваг із цифровими інноваціями – до створення мультимедійних платформ, що об'єднують мистецтво, гастрономію, музику та комунікацію.

Важливою залишається й роль локальної ідентичності, адже заклади дозвілля нерідко виступають репрезентантами культурних особливостей конкретної спільноти чи міста, водночас сприяючи збереженню обрядів, традицій та відкритості до глобальних трендів.

Використання інноваційних технологій – віртуальної та доповненої реальності, інтерактивних платформ, онлайн-сервісів – суттєво змінює способи організації вільного часу, надаючи йому нових форм і змістів.

У перспективі подальших досліджень передбачається глибший аналіз впливу цифровізації на культурні практики, вивчення змін у просторовій організації закладів дозвілля, а також оцінка ефективності інтегрованих соціокультурних форматів, які поєднують відпочинок, освіту та творчість у єдиний культурний контекст.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Панченко, О.М. (2019). Організація та проведення культурно-дозвіллєвих заходів як чинник розвитку туризму. Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія: Економічні науки, 3 (2), С. 105–108.
2. Перетятко, І.О. (2018). Культурно-дозвіллєва діяльність як форма організації дозвілля в сучасних умовах. Теорія і практика управління соціальним розвитком, 2 (13), С. 77–84.
3. Петрова, І.В. (2011). Культурно-дозвіллєві практики населення сучасної України: тенденції та пріоритети. Культура і сучасність, 1, 108–112
4. Сучасний культурно-мистецький простір: креативні та інформаційно-комунікативні трансформації : матер. Всеукр. наук.-практ. конф., 21–22 червня 2022 р. М-во культ. та інформ. політики України; Нац. акад. кер. кадрів культ. і мистец. Київ : НАКККиМ, 2022. 195 с.
5. Шмаюн, О.Ю. (2020). КУЛЬТУРНО-ДОЗВІЛЛЄВИЙ ЦЕНТР ЯК ІННОВАЦІЙНИЙ ЗАКЛАД ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ. Питання культурології, (36), 260–268. <https://doi.org/10.31866/2410->

Науковий керівник докторка педагогічних наук, професорка Лимаренко Л.І.

МИСТЕЦТВО ТАНЦЮ ЯК ВИХОВАННЯ ОСОБИСТОСТІ

У статті досліджується мистецтво танцю як важливий засіб виховання особистості. Визначено його виховний потенціал у розвитку духовних та соціальних цінностей учнів. Основна увага зосереджується на ролі танцю у формуванні моральних орієнтирів і соціалізації дітей.

Ключові слова: мистецтво, танець, виховання, особистість, хореографія.

The article explores the art of dance as an important means of educating the individual. Its educational potential in the development of spiritual and social values of students is determined. The main attention is focused on the role of dance in the formation of moral guidelines and socialization of children.

Keywords: art, dance, education, personality, choreography.

Постановка проблеми. У сучасній системі освіти важливим завданням є виховання особистості, здатної до гармонійного розвитку та самореалізації. Виховна функція мистецтва набуває особливого значення, яке не зводиться лише до передачі знань, а формує ціннісні орієнтації. Серед різних видів мистецтва танець посідає особливе місце, оскільки поєднує емоційність, музику та рух, впливаючи на фізичну, естетичну й духовну сфери особистості. Виховний потенціал танцю виходить далеко за межі художнього самовираження. Він сприяє формуванню дисципліни, моральної стійкості, національної самосвідомості, а також розвиває здатність до співпраці та спілкування. Саме тому актуальним є дослідження мистецтва танцю як важливого засобу виховання особистості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій

Проблема виховного впливу мистецтва на формування особистості була предметом уваги багатьох науковців. По-перше воно полягає у недостатньому використанні виховного потенціалу танцю в освітньому процесі. Попри доведену користь хореографії для розвитку особливості, у багатьох закладах освіти мистецтво танцю розглядається переважно як дозвілля чи факультатив, а не як важливий інструмент виховання. Це знижує можливості цілісного розвитку дитини. К. Д. Ушинський розглядав мистецтво як важливий чинник морального розвитку, наголошуючи на єдності естетичного та виховного компонентів. Його праця наголошувала - вільна діяльність людини, на яку вона наважується з безумовної необхідності її для досягнення тієї чи іншої істинно людської мети в житті. [3, с. 120]. На думку В. О. Сухомлинського дуже складним явищем, в якому розкривається ідейний, емоційний, розумовий, естетичний, психологічний, творчий смисл людського життя, виховання й самовиховання. Творча праця

можлива лише тоді, коли людина ставиться до неї з любов'ю, коли вона свідомо бачить в ній радість, розуміє її користь і необхідність, коли праця робиться для нього основною формою прояву особистості і таланту [2, с. 310]. Л. Масол наголошувала на ролі мистецьких дисциплін у школі для виховання патріотизму й емоційної культури [1, с. 55]. Сучасні дослідження зосереджуються на аналізі мистецтва танцю як синтетичного феномена, що поєднує естетичні, соціальні та педагогічні аспекти. Р. Lovatt, J. Taylor аналізують хореографію як засіб формування ціннісних орієнтацій, патріотичних почуттів і розвитку емоційного інтелекту [4, с. 88; 5, с. 132]. Однак, незважаючи на значний науковий доробок, питання комплексного впливу мистецтва танцю на формування особистості залишається недостатньо розробленим і потребує подальшого дослідження. Інша важлива група праць присвячена психологічним аспектам танцю: вивченню впливу танцювальної діяльності на емоційний інтелект, емпатію та міжособистісну комунікацію.

Формулювання цілей статті

Мета статті полягає у з'ясуванні виховного потенціалу мистецтва танцю як засобу формування гармонійної особистості, аналізі його ролі у розвитку духовних, моральних, естетичних та соціальних цінностей.

Виклад основного матеріалу

Педагогічна діяльність у сфері хореографії пов'язана з високим фізичним і психологічним навантаженням. Разом з тим, у більшості праць танець розглядається фрагментарно-як мистецтво чи як форма дозвілля. Комплексний аналіз його виховного потенціалу потребує подальшої розробки, особливо в контексті сучасних освітніх викликів.

Мистецтво танцю є синтетичним видом творчості, що об'єднує фізичний, емоційний та духовний розвиток людини. У виховному процесі воно виконує кілька важливих функцій.

Естетична функція: танцювальне мистецтво формує художній смак, розвиває почуття гармонії та емоційної виразності. У процесі сприйняття та виконання танцю в учнів з'являється потреба у красі, що впливає на їхній світогляд. [1, с. 55].

Моральна функція: танцювальні образи здатні транслювати моральні й загальнолюдські цінності: доброту, щирість, силу волі, працелюбність. В.О. Сухомлинський підкреслював значення мистецтва у формуванні морального світу школярів [2, с. 310].

Соціальна функція: колективні танці виховують відповідальність, взаємоповагу, здатність до співпраці. Виконання у групі допомагає дитині навчитися працювати в команді, довіряти партнерові, долати індивідуалізм. [3, с. 120].

Особистісна функція: заняття танцем виховують дисципліну, витримку, наполегливість. Постійні тренування сприяють формуванню сили волі, а публічні виступи допомагають дитині долати невпевненість та страхи. [4, с. 88; 5, с. 132].

Прикладом ефективного виховного впливу танцю може бути його інтеграція в освітній процес початкової школи: народні ігрові танці на уроках мистецтва, участь учнів у тематичних концертах, використання ритмічних вправ для розвитку координації та уваги. Це сприяє не лише фізичному розвитку, а й формуванню позитивних емоцій і командного духу. [1, с. 180]. На мою думку, особливості цінності танець має в освітньому процесі початкової школи. Саме в цей період діти найбільш відкриті до творчого вираження. Використання народних ігрових танців на уроках, участь у шкільних концертах, ритмічні вправи для розвитку уваги й координації сприяють не лише фізичному вдосконаленню, а й формують позитивний фон, командний дух і почуття належності до спільноти.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Таким чином, мистецтво танцю є унікальним засобом виховання особистості. Воно формує естетичні смаки, моральні та патріотичні цінності, розвиває комунікативні навички, сприяє соціалізації та гармонізації внутрішнього світу дитини. На основі аналізу літератури та власних спостережень можна стверджувати, що танець формує естетичні смаки, моральні цінності, патріотичні почуття, комунікативні вміння та внутрішню гармонію. Наукова новизна статті полягає в акцентуванні комплексного характеру виховного впливу танцю, який однозначно розвиває інтелектуальну, емоційну й соціальну сфери особистості. Практичне значення полягає у можливості інтеграції хореографії в освітній процес – як на уроках мистецтва, так і в позакласній діяльності. Подальший розвиток пов'язаний з вивчення впливу танцю на розвиток емоційного інтелекту дітей молоді, створення інноваційних методів для реабілітаційної практики.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Масол Л.М. *Мистецтво у школі: теорія і практика*. – Київ: Генеза, 2011. – 256 с.
2. Сухомлинський В.О. *Вибрані твори*: у 5-ти т. – К.: Рад. шк., 1976. – Т. 4. – 640 с.
3. Ушинський К.Д. *Вибрані педагогічні твори*: у 2-х т. – Т. 1. – К.: Освіта, 1983. – 392 с.
4. Taylor J. *Psychology of Dance*.-Champaign, IL: Human Kinetics, 1995. – 240 с.
5. Lovatt P. *Dance Psychology: The Science of Dance and Dancers*. – London: Routledge, 2018. – 200 с.

Науковий керівник кандидат педагогічних наук, доцент Левченко М.Г.

**ЛЮБОВ, САМОТНІСТЬ І ІЗОЛЯЦІЯ У ПОЕЗІЇ ЕМІЛІ ДІКІНСОН:
ЛЕКСИКО-СЕМАНТИЧНИЙ ТА ЛІНГВОКОГНІТИВНИЙ АНАЛІЗ**

У цій статті йдеться про вживання метафор, символів та синтаксичних структур для відображення важких психологічних станів та внутрішніх переживань у поезії Емілі Дікінсон. Особлива увага приділяється когнітивним моделям концептів ЛЮБОВ, САМОТНІСТЬ і ІЗОЛЯЦІЯ, які відображають поетичну картину світу Емілі Дікінсон. Аналіз засвідчує глибоку інтроспекцію та філософське осмислення індивідуального досвіду в її поетичних творах. Стаття показує взаємозв'язок між мовними структурами та когнітивними механізмами формування психологічної реальності авторки творів.

Ключові слова: Емілі Дікінсон, поезія, любов, самоізоляція, лексико-семантичний аналіз, лінгвокогнітивний підхід, концепт.

This article examines the use of metaphors, symbols, and syntactic structures employed in Emily Dickinson's poetry to convey complex psychological states and inner struggles. Considerable attention is paid to the cognitive models of the concepts of LOVE, LONELINESS, and ISOLATION, which reflect Emily Dickinson's poetic view of the world. The analysis reveals deep introspection and philosophical reflection on individual experience in her poetic works. The article illustrates the connection between linguistic structures and the author's cognitive models of psychological reality.

Keywords: Emily Dickinson, poetry, love, self-isolation, lexical-semantic analysis, linguistic and cognitive approach, concept.

Одна з найвеличніших постатей американської поезії – Емілі Дікінсон, яка отримала свою відомість завдяки неймовірній здатності передавати глибокі емоції через свою творчість, також зуміла створити неймовірний поетичний світ. Поетичні надбання Е. Дікінсон є особливим та винятковим полем для дослідження взаємодії індивідуального досвіду та мовної структури. Актуальність дослідження зумовлена зростаючим інтересом сучасної лінгвістики до когнітивних підходів у аналізі художніх творів та специфіки використання мовних засобів, які відображають особистий досвід людини. Основними темами поезії є любов, самотність та самоізоляція, які вона розкриває з особливою інтимністю та глибиною.

Ми проаналізували лексико-семантичні та лінгвокогнітивні аспекти цих тематик у поезії Емілі Дікінсон та розглянули використання мовних засобів для вираження особистого досвіду, зокрема у вірші “*I cannot live with You*”, який вирізняється чітко та глибоко змальованим внутрішнім світом героїні [1].

За когнітивною лінгвістичною теорією, певні концепти існують у свідомості людини та утворюються через мову [2]. Такі лінгвістичні засоби як метафори, символи або синтаксичні структури сприяють більш глибинному дослідженню концептуальної складової поетичного мовлення. У поезії Е. Дікінсон найголовнішими концептами є любов, самотність та ізоляція, які вона виражає через лінгвістичні засоби. У межах лексико-семантичного та лінгвокогнітивного аналізу можна прослідкувати, що вірші LOVE, DEATH, LIFE, HEAVEN, HELL, які створюють поле з емоціями, і переплетені у свідомості як ліричної героїні, так і авторки твору.

Любов у поезії Емілі Дікінсон часто висвітлюється через метафори, які втілюють її складну та невизначену природу. Концепт LOVE у цій поемі репрезентується через образ звичайної побутової речі: *“Our Life – His Porcelain – / Like a Cup”* [3], життя як порцелянова чашка, крихке та несприятливе. У цьому, когнітивна стратегія – це осмислення неосяжно високих почуттів (таке як любов) через звичне та земне (побутовий посуд).

LOVE та DEATH у творі співіснують, що символізує біль від втрати. До прикладу, у вірші *“I can’t live with you”* авторка порівнює любов з нереальністю співіснування, підкріплюючи драматичність порівняння образами смерті та вічності.

*“I could not die – with You –
For One must wait
To shut the Other’s Gaze down –
You – could not – “* [3] .

Концепт LIFE – не уособлює життя, а лише символізує кінець щасливого життя та початок нестерпного існування: *“Life is over there - /Behind the Shelf”* коли вже звичне та просте життя стає чимось недосяжним [3].

Авторка твору вдало вербалізує емоції через оксиморони та парадокси, які передають різноманіття почуттів героїні твору, наприклад: *“I could not die – with You –”, “Nor could I rise – with You”*[3], ці рядки поєднують відчуття не буття із коханою людиною ані в житті, ані після смерті, що показує парадоксальність цього явища. Поняття *“Hell”* і *“Paradise”* використовуються для визначення особистого та душевного стану: *“That self - were Hell to me”*[3], у цих рядках пекло є нестерпним земним життям без “Тебе”, яке відчувається як пекло, а *“Paradise”* тільки з “Тобою”.

Слова *“apart”, “ajart”, “Oceans”, “Despair”*, які утворюють семантичне поле ізоляції, посилюють мотив неможливості поєднання. Простір між *“Я”* і *“Ти”* не лише фізичний, але і екзистенційний. У творі порівнюється відстань – як *“океани”* та *“молитва”*, а *“напіввідчинені двері”* – це знак самотності та вічної розлуки. Наприкінці твору Емілі Дікінсон створює образ *“white Sustenance – Despair – “* [3], де представляє відчай як єдиний інтерес душі героїні [4].

Таким чином, можна стверджувати що поезія Емілі Дікінсон репрезентує глибоке індивідуальне, особистісне переживання кохання як внутрішньої трагедії. Вона відступає від звичної романтики і показує іншу сторону медалі, майже абстрактну модель кохання, у якій домінують концепти життя, смерті й духовної ізоляції. Завдяки розмаїттю метафор, парадоксів і когнітивних образів поетеса відкриває перед читачем нові шляхи осмислення “особистого”.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Dickinson, E. The Complete Poems of Emily Dickinson / ed. by T.H. Johnson. – Boston: Little, Brown and Company, 1960. 770 p.
URL: <https://archive.org/details/completepoeamsofe00dick>
2. Evans, V., Green, M. Cognitive Linguistics: An Introduction. – Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 2006. 830 p.
URL: <https://www.routledge.com/Cognitive-Linguistics-An-Introduction/Evans-Green/p/book/9780748615599>
3. Dickinson, E. I cannot live with You [Електронний ресурс] / Emily Dickinson / URL: <https://poets.org/poem/i-cannot-live-you-640>
4. Романишин Н., Самборська Х. “ІДІОСТИЛІСТИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ МЕТАФОРИ У ПОЕЗІЇ ЕМІЛІ ДІКІНСОН: ЛІНГВО-КОГНІТИВНИЙ АСПЕКТ”. *Молодий вчений* 11(111) (2022): 49-52. URL: <https://molodyivchenyi.ua/index.php/journal/article/view/5636/5514>
5. LitCharts LLC. (2022, July 15). I cannot live with you summary & analysis. Website LitCharts. URL: <https://www.litcharts.com/poetry/emily-dickinson/i-cannot-live-with-you>
6. Freeman, M.H. Cognitive Linguistic Approaches to Literary Texts: A Tentative Overview // *Style*. 2003. Vol. 37, No. 3. P. 368-394.

Науковий керівник кандидатка філологічних наук, доцентка Поторій Н.В.

УДК 793.33

Циганюк Л.Є.

РОЛЬ ТАНЦІВ ГУЦУЛЬЩИНИ У СОЦІАЛЬНИХ ВЗАЄМОДІЯХ ТА ФОРМУВАННІ ІДЕНТИЧНОСТІ

У статті розглянуто роль традиційних танців Гуцульщини як важливого елементу соціальної взаємодії та засобу формування ідентичності. Проаналізовано колективний, комунікативний та стратифікаційний аспекти гуцульських танців, їхнє значення у зміцненні зв'язків усередині громади та у міжпоколінній передачі культурних традицій. Особливу увагу приділено символічному виміру танцювальних практик, що відображають світоглядні уявлення гуцулів, зокрема танцям «Аркан» та «Гуцулка». Наголошено на ролі гуцульських танців у збереженні локальної культурної самобутності та їхньому внеску у формування

національної ідентичності українців. У контексті глобалізаційних процесів підкреслено значення збереження й популяризації гуцульських танцювальних традицій як складової нематеріальної культурної спадщини України.

Ключові слова: Гуцульщина, традиційні танці, аркан, гуцулка, соціальні взаємодії, культурна ідентичність, нематеріальна спадщина, етнографія, українська культура.

The article examines the role of traditional Hutsul dances as an essential element of social interaction and a means of shaping identity. The study analyzes the collective, communicative, and stratification aspects of Hutsul dances, as well as their importance in strengthening community bonds and transmitting cultural traditions across generations. Particular attention is paid to the symbolic dimension of dance practices that reflect the worldview of the Hutsuls, especially the dances Arkan and Hutsulka. The article emphasizes the role of Hutsul dances in preserving local cultural uniqueness and their contribution to the formation of Ukrainian national identity. In the context of globalization, the preservation and popularization of Hutsul dance traditions are highlighted as part of Ukraine's intangible cultural heritage.

Keywords: Hutsul region, traditional dances, Arkan, Hutsulka, social interaction, cultural identity, intangible heritage, ethnography, Ukrainian culture.

Постановка проблеми. Гуцульщина є одним із найбільш самобутніх етнографічних регіонів України, що зберіг унікальну культурну спадщину та автентичність традицій. Одним із ключових елементів культурного життя гуцулів є танцювальне мистецтво. Гуцульські танці не лише відображають світоглядні уявлення, спосіб життя та характер населення Карпат, а й виконують соціально інтегративну функцію. Вони формувалися протягом століть як колективна практика, пов'язана із календарно-обрядовими святами, весільними діями та щоденними формами дозвілля. У сучасному світі вони трансформувалися, але продовжують залишатися важливим засобом формування локальної та національної ідентичності.

Аналіз наукових джерел. Особливості танців Гуцульщини вивчали Р. Гарасимчук, В. Авраменко, Б. Стасько, Н. Марусик. Історії танцювальної культури Гуцульщини досліджувала С. Курінна.

Дослідження ролі гуцульських танців у соціальних взаємодіях дозволяє глибше зрозуміти механізми збереження і передачі культурної спадщини, а також визначити їх значення у процесах культурної самоідентифікації.

Хореографічне мистецтво Гуцульщини розвивалося протягом багатьох століть. Елементи танцю відображають фізичні та моральні особливості гуцулів, їх найкращі риси характеру, побуту, історичного минулого, культури, вірувань, почуття прекрасного.

Г. Боримська в своєму дослідженні «Самоцвіти українського танцю» наголошує «Із стародавніх часів танок відображав життя, діяльність, почуття людини. Дослідники первісної культури неодноразово підкреслювали, що танок був невіддільний од пісні» [1, с 134]

Гуцульські танці традиційно відбувалися під час важливих суспільних подій – весіль, релігійних свят, вечорниць, сільських зібрань. Їх виконання було колективним актом, у якому брали участь різні вікові та соціальні групи. Участь у танці забезпечувала відчуття спільності та згуртованості, сприяла укріпленню горизонтальних зав'язків у громаді. Танці створювали простір для взаємодії між поколіннями, де молодь могла вчитися у старших, переймаючи досвід, традиції та культурні норми.

У танцях відображався певний соціальний порядок. Молоді хлопці прагнули показати силу, витривалість і спритність, що мало не лише естетичне, але й соціальне значення – це було символом їхньої здатності стати достойними членами громади. Жінки під час танців підкреслювали граційність, врівноваженість і гармонію, тим самим відтворюючи традиційні уявлення про жіночність. Старші учасники, спостерігаючи за танцем, контролювали дотримання традиційних норм і водночас утверджували свій авторитет у громаді.

Танці виступали важливим каналом невербального спілкування. Через рухи, ритм і жести передавалися емоції, почуття та соціальні повідомлення. Танцювальні дієства ставали майданчиком для знайомств, залицяння та формування пар. Таким чином, танці виконували функцію соціального комунікатора, допомагаючи встановлювати нові зв'язки та зміцнювати існуючі.

Танці як засіб формування ідентичності

Гуцульські танці відображають специфіку гірського середовища та ментальності його мешканців. Вони вирізняються складними ритмічними структурами, акцентами на силі, динаміці та імпровізації. Це підкреслює образ гуцула як сильного, незалежного й вільного. Виконання танців сприяє укріпленню почуття приналежності до своєї громади та підсилює гордість за власну культурну традицію.

У ХХ–ХХІ ст. гуцульські танці стали невід'ємною частиною української сценічної культури. Їх включають до репертуару професійних ансамблів, вони презентуються на фестивалях, конкурсах, міжнародних подіях як візитівка українського танцювального мистецтва. Таким чином, вони виконують роль символу національної культури, формуючи уявлення про українську самобутність у світі.

Традиційні танці є ефективним механізмом передачі культурних знань від старших до молодших поколінь. Танцювальна практика зберігає не лише рухи, але й цінності, норми поведінки, етичні та естетичні уявлення. Через танець відбувається спадкоємність традицій і підтримується колективна пам'ять громади.

Гуцульські танці мають глибокий символічний підтекст, що відображає світогляд та цінності громади.

- «Аркан» є одним із найвідоміших чоловічих танців, який символізує військове братство, мужність і готовність захищати громаду. Його виконання передбачає колективну взаємодію та чітку координацію, що підсилює почуття єдності.

- «Опришки» — чоловічий танець карпатських повстанців, що боролися за визволення поневоленого народу. У цьому танці виступає соліст (ведучий), який, на думку багатьох хореографів, символізує образ Олекси Довбуша.

- «Гуцулка» уособлює гармонію між чоловічим і жіночим началом, відтворює діалог між статями через рух і ритм. Цей танець також відображає елементи залицяння й побутових взаємин, що робить його соціально значущим.

Імпровізаційність танців є особливістю гуцульської культури. Вона дозволяє кожному танцівникові проявити свою індивідуальність, водночас залишаючись у межах колективних традиційних канонів.

Висновки. Гуцульські танці є унікальним культурним феноменом, що поєднує в собі естетичні, комунікативні та ідентифікаційні функції. Вони формують простір для соціальних взаємодій, укріплюють почуття спільності та забезпечують культурну тяглість поколінь. Танці Гуцульщини сприяють формуванню локальної ідентичності, підкреслюючи особливості гірського середовища та характеру гуцулів, а також стають важливим елементом репрезентації української культури на міжнародній арені.

У сучасних умовах глобалізації роль гуцульських танців набуває особливого значення. Вони не лише зберігають традиційні форми культури, а й сприяють культурному діалогу, підтримують почуття національної гордості та укорінюють відчуття належності до українського етнокультурного простору.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Боримська Г. Самоцвіти українського танцю. Київ : Мистецтво, 1974. 134
2. Гарасимчук, Р. Народні танці українців Карпат (Книга 1: Гуцульські танці). Інститут народознавства НАН України. 2008
3. Гошко Ю. Гуцульщина: історико-етнографічне дослідження. Львів: Інститут народознавства НАН України, 2005
4. Курінна, М. (). З історії танцювальної культури Гуцульщини: друга половина XX – початок XXI століття. Народна творчість та етнологія, 1, 2014. С. 117–122.

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, доцентка Терешенко Н.В.

ЕВОЛЮЦІЯ АКАДЕМІЧНОГО РЕПЕРТУАРУ ДЛЯ СОЛЬНОГО САКСОФОНА: ІСТОРИКО-СТИЛЬОВІ АСПЕКТИ

У статті розглянуто процес становлення та розвитку академічного репертуару для сольного саксофона від другої половини XIX ст. до початку XXI ст. Визначено основні етапи еволюції інструмента в академічному контексті: від перших транскрипцій творів, написаних для інших інструментів, до створення оригінальних композицій, що відобразили стилістичне розмаїття XX–XXI ст. Підкреслено значення саксофона як універсального інструмента, що поєднує академічні традиції та інноваційні пошуки сучасних композиторів.

Ключові слова: саксофон, академічний репертуар, сольне виконавство, еволюція, історико-стильові тенденції.

The article examines the process of formation and development of the academic repertoire for solo saxophone from the second half of the 19th century to the beginning of the 21st century. The main stages of the instrument's evolution in the academic context are identified: from the first transcriptions of works written for other instruments to the creation of original compositions that reflected the stylistic diversity of the 20th–21st centuries. The significance of the saxophone as a universal instrument that combines academic traditions with the innovative explorations of contemporary composers is emphasized.

Keywords: saxophone, academic repertoire, solo performance, evolution, historical and stylistic tendencies.

Саксофон, винайдений Адольфом Саксом у середині XIX століття, пройшов складний шлях від військово-духового інструмента до повноправного учасника академічної музичної традиції. Його включення до симфонічних та камерних жанрів відбувалося поступово, відображаючи загальні тенденції розвитку європейської музики та пошуки нових тембрових можливостей. З кінця XIX ст. починає формуватися сольний репертуар для саксофона, який у XX–XXI ст. розширюється за рахунок стилістичного розмаїття та експериментів у сфері звуковидобування.

Та попри стрімке зростання інтересу до саксофона в академічному середовищі, його репертуарна еволюція залишається малодослідженою у вітчизняному науковому просторі. Систематичне ж осмислення історико-стильових тенденцій дає змогу зрозуміти, яким чином цей інструмент інтегрувався у професійне мистецтво та які чинники впливали на формування сольного академічного репертуару.

Тож метою даної статті є визначення та характеристика основних етапів становлення й розвитку академічного репертуару для сольного

саксофона від XIX ст. до сьогодення з акцентом на історико-стильових особливостях.

Як відомо, формування репертуару для академічного саксофону було тісно пов'язано зі становленням інструменту, закріпленням його у виконавській практиці. Відповідно, спочатку почали вводити саксофон в оркестрові й оперні партитури, а згодом почав формуватися поступово ансамблевий репертуар і сольний. В межах даної статті ми зупинимось докладніше на формуванні репертуару саме для сольного виконання, оскільки саме сольний репертуар, на наш погляд, становить найбільш показовий пласт творчості, адже саме в ньому найповніше віддзеркалюється еволюція виконавських засобів та поступове розкриття темброво-виразових можливостей інструмента. На відміну від ансамблевого й оркестрового репертуару, де саксофон здебільшого виконує функцію тембрового збагачення або гармонійного доповнення, у сольних творах він постає як самодостатній художній феномен. Саме тут простежується динаміка розвитку технічного арсеналу, розширення діапазону виразових прийомів та поступове закріплення інструмента в академічній виконавській практиці.

У період другої половини XIX – початку XX ст. сольний репертуар для саксофона тільки починав формуватися, і значну його частину становили транскрипції та аранжування вже існуючих творів, написаних для інших інструментів (скрипки, кларнета, флейти, віолончелі). Це було пов'язано з тим, що:

- саксофон як новий інструмент не мав усталеного академічного репертуару;
- композитори ще не визначилися з його місцем у концертній та камерній практиці;
- виконавці прагнули продемонструвати технічні та виразові можливості інструмента через уже відомі зразки музики.

Таким чином, перші концерти та сольні виступи саксофоністів часто будувалися саме на транскрипціях класичних творів, що згодом стало важливим етапом у становленні його академічного статусу. Серед найбільш популярних транскрипцій того часу назвемо твори епохи бароко та класицизму: Сонати для флейти, Партити та сонати для скрипки соло Й. С. Баха, Сонати для гобоя та флейти Г. Генделя, Adagio Т. Альбіноні, Концерт для кларнета В. А. Моцарта, Концерт для віолончелі з оркестром Й. Гайдна. Не менш яскравими є перекладення для саксофону чуттєво-емоційних творів епохи романтизму, наприклад, «Серенада», «Ave Maria» Ф. Шуберта, «Павана», Пісні для голосу Г. Форе, Капріс №24 Н. Паганіні, Куплети тореадора, Хабанера з опери Ж. Бізе «Кармен» та ін.

Та вже в XIX столітті крім транскрипцій відомих творів чинне місце зайняли й оригінальні твори для сольного саксофона. Зокрема це твори Ж.Б. Сінжеле: Концертні соло №№1-9, Фантазії для саксофона і фортепіано, Концертіно, Каприс; Каприс та варіації для альт-саксофона та фортепіано Ж.Б. Арбана; Фантазія на оригінальну тему, Premier Solo andante et bolero,

Deuxieme Solo – Cavatine Ж. Демерссмана; Концерт для альт-саксофона і фортепіано П. Женена та ін.

Оригінальні твори для саксофона на відміну від транскрипцій мали особливу специфіку, адже вони були написані з повним урахуванням техніко-виразових можливостей інструмента. У перелічених, та в інших композиціях композитори прагнули продемонструвати гнучкість тембру саксофона, його виразність у кантилені і одночасно віртуозність у пасажах та технічних прийомах. Характерною тенденцією в оригінальних академічних творах для саксофона в ХІХ столітті було використання всіх тембрових різновидів інструменту, прагнення до концертного стилю.

В ХХ столітті відбувається вагомий крок в розвитку репертуару для саксофону. Це було пов'язано з виникненням жанру сонати для камерного ансамблю (саксофон+фортепіано) та сольного саксофона. Серед найбільш показових перших зразків цього жанру назвемо сонати Б. Хайдена, написані на початку 30-х років ХХ століття, сонати В. Кнорра, В. Якобі, П. Крестона, П. Хіндемита. Пізніше в другій половині ХХ століття і на початку вже ХХІ століття – сонати Ю. Іщенка, Г. Андерсона, О. Нельсона, В. Шмідта, Й. Фільда, Д. Кенфілда та ін. Соната «...як вища форма «абсолютної музики»...» [2, с.31] продемонструвала прагнення музикантів (композиторів і виконавців) осмислити філософсько-естетичні проблеми буття крізь призму особистісного (ліричного, передусім) сприйняття світу – фіксує найвищий статус функціонування кожного з видів академічної музично-інструментальної творчості» [1, с.140]

Крім жанру сонати продовжували розвиватися оригінальні саксофонні мініатюри, які збагачувалися новими художньо-виразальними елементами, значно розширювалися їх жанрові і стильові межі, а також поглиблювалися виразові можливості інструмента за рахунок впливу джазової стилістики, що безумовно збагатило репертуар новими ритмічними й тембровими елементами. Наприклад, «Етюд у стилі свінгу» Дж. Гершвіна, «Hot-Sonate» Е. Шульхоффа та ін.

У другій половині ХХ століття композитори звертаються до новітніх технік письма, використовуючи експерименти з фактурою, тембром, артикуляцією, а також залучаючи елементи авангарду, мінімалізму й алеаторики. Репертуар стає надзвичайно різноманітним і відображає широку панораму художніх пошуків епохи.

На початку ХХІ століття спостерігається інтеграція саксофона з електронікою та мультимедійними засобами, що відкриває нові перспективи для сольного виконавства. Водночас важливою тенденцією стає синтез різних стильових напрямів – академічної, джазової та популярної музики, що формує сучасну багатовимірну модель репертуару. Цікавими зразками, які ілюструють вищесказане, можна назвати твір П. Гана «Фернандіна» для саксофона-альта і вібрафона, «Suite off Pist» для сопрано-саксофону і віолончелі С. Генрісона, композицію К. Штокгаузена «Саксофон» для сопрано-саксофону та бонгів, його ж «Соло для саксофона

із зворотнім зв'язком», п'єсу «Зображення моря» С. Расмусена для саксофона та ударних.

Виходячи з вищесказаного, хронологію становлення й формування академічного репертуару для саксофону можна представити наступним чином:

- середина XIX століття. Початковий етап формування репертуару: домінують транскрипції класичних творів та перші оригінальні композиції, у яких виявляються характерні риси романтизму – виразність мелодики, віртуозність та орієнтація на сольне виконавство;
- кінець XIX – початок XX століття. Поступове зростання кількості оригінальних творів для саксофона; репертуар починає відображати нові стильові пошуки, проте залишається під значним впливом романтичної традиції;
- перша половина XX століття. Активне формування академічної традиції: з'являються масштабні твори для саксофона з оркестром, камерні ансамблі, концертні п'єси. Репертуар урізноманітнюється жанрово та стилістично, виявляється вплив не лише академічної, але й джазової музики;
- друга половина XX століття. Значне розширення виражальних можливостей: використання новітніх композиційних технік, експерименти з тембром, артикуляцією, формою. Саксофон здобуває статус рівноправного академічного інструмента у світовій музичній культурі;
- кінець XX – початок XXI століття. Репертуар саксофона характеризується синтезом академічних, джазових і сучасних стилів, активним використанням розширених технік гри, а також інтеграцією новітніх технологій (електроніки, мультимедіа). Це забезпечує подальший розвиток інструмента та його актуальність у сучасному музичному просторі.

Таким чином, формування репертуару для сольного саксофона відбувалося поступово: від транскрипцій та перших романтичних творів XIX століття – до різноманітних жанрово-стильових зразків XX–XXI століть, збагачених джазовими елементами, новітніми техніками та сучасними художніми пошуками.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ван Хаюань Художньо-технологічні засади саксофонної творчості: історико-стильовий та жанрово-виконавський аспекти : дис. ... канд. мистецтвознавства (доктора філософії). Одеса, 2024. 215 с.
2. Кочнев В. Фортепіанний сонатний цикл у творчості сучасного музиканта: дис. ...доктора мистецтв. Одеса, 2022. 102 с.
3. Стецюк Р.А. Органологія саксофона: історіографія, прообрази, сучасні модифікації. *Музичне і сценічне мистецтва*. Харків, 2019. Вип.2. С.105-111.
4. Bolitho W. «The Saxophone» in *Modern Essays (Second Series): Selected by Christopher Morley*. New York : Harcourt, Brace and Co. 1924. p. 450-457.

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, доцентка Гунько Н.О.

ТАНЕЦЬ ЯК ЕМОЦІЙНИЙ ТЕКСТ: ОСМИСЛЕННЯ ДИНАМІКИ ПОЧУТТІВ У ХОРЕОГРАФІЧНІЙ КОМПОЗИЦІЇ

У статті розглянуто танець як своєрідний емоційний текст, у якому рух постає засобом художнього осмислення динаміки почуттів. На основі аналізу історико-мистецьких та ідейно-тематичних засад хореографії виявлено особливості пластичного вираження емоцій, а також окреслено роль композиційної побудови та сценографії у створенні цілісного образу. Доведено, що танець функціонує як універсальна мова, здатна передавати найтонші психологічні стани й відображати багатовимірність внутрішнього світу людини.

Ключові слова: танець, хореографічна композиція, емоції, динаміка почуттів, сценографія.

Актуальність теми. У сучасному мистецтвознавстві танець розглядається не лише як технічна дисципліна, а як особлива мова, що здатна передавати глибокі емоційні стани. Осмислення динаміки почуттів у хореографічній композиції дозволяє зрозуміти, як рух стає засобом художнього висловлювання та створення сценічного образу.

Метою статті є дослідження танцю як емоційного тексту, у якому пластичність і виразність руху функціонують як засіб відтворення внутрішніх процесів людини.

Танець постає не лише як рухова діяльність, а як особливий вид невербального тексту, у якому кожен жест, ритм і пауза стають знаками внутрішніх переживань. Хореографічна композиція, подібно до літературного твору, має власну драматургію: експозицію, розвиток, кульмінацію та розв'язку, що відображають емоційний шлях виконавця й глядача. Динаміка почуттів у танці передається через пластичність тіла, зміну темпу, акцентування рухів, контраст світла й музики. У цьому контексті танець можна розглядати як живий текст, де кожен рух є словом, а композиція – розповіддю, що народжується з тілесної виразності й водночас формує спільний емоційний простір між сценічним виконавцем та аудиторією.

Історико-мистецькі засади демонструють, що впродовж століть танець виконував роль інструмента вираження емоцій: від ритуальної символіки у первісних обрядах до експресивності модерністських та авангардних пошуків ХХ століття. Класицизм надавав перевагу гармонії та чіткості форми, романтизм — драматизму внутрішніх переживань, а модернізм і постмодернізм відкрили шлях до індивідуальної свободи та тілесної експресії. Хореографічна композиція постає як своєрідна культурна

пам'ять, у якій поєднуються традиційні та новаторські підходи [1, с.349], [3, с. 52].

Ідейно-тематична основа хореографічної композиції свідчить, що рух ніколи не є нейтральним: він завжди несе емоційний сенс. Жест, пауза, ритмічний акцент чи темпоритм функціонують як інтонаційні засоби мови почуттів. У цьому сенсі танець можна трактувати як емоційний текст, у якому драматургія будується на логіці зміни почуттів.

Композиційно-архітектонічна структура танцювального твору виступає способом відображення емоційної динаміки. Від експозиції до кульмінації та розв'язки відбувається перехід від конфлікту до гармонії, що символізує шлях внутрішніх переживань людини. Кожен рух постає аргументом у своєрідному діалозі, який ведуть між собою персонажі або цілі танцювальні групи [2, с.6].

Особливу роль у створенні емоційного наративу відіграє сценографія. Вона формує просторовий та світловий образ, який підсилює драматургію танцю. Поєднання світла, костюмів та сценічного простору створює додатковий рівень виразності, що відтворює шлях від напруження й протиставлення до гармонійного синтезу.

Також розглянемо психологічний аспект сприйняття танцю як емоційного тексту.

Осмислення танцю як емоційного тексту потребує врахування не лише художніх, а й психологічних механізмів сприйняття. Глядач, спостерігаючи за рухами виконавця, не просто фіксує форму та ритм, а емоційно «зчитує» їх, проєктуючи на власний досвід. Цей процес пояснюється дією дзеркальних нейронів, які активуються під час споглядання руху і створюють ефект співпроживання. Саме завдяки цьому нейрофізіологічному феномену глядач інтуїтивно розпізнає радість, тривогу чи драматизм, що закладені у пластиці танцівника.

Важливим чинником виступає ритмічна організація композиції. Наукові дослідження свідчать, що зміна темпу, акцентування сильних і слабких долей, контрастність динаміки впливають на частоту серцевих скорочень та дихання, викликаючи відповідні психофізіологічні реакції. Повільний темп сприяє медитативному зануренню, тоді як швидкий — стимулює відчуття напруження, тривоги або ейфорії. Таким чином, ритм і темпо-ритм стають своєрідними емоційними маркерами, які підсилюють сюжетно-драматичну лінію.

Не менш значущою є інтонаційність рухів — мікродинаміка жестів, пауз та мімічних нюансів. Навіть невеликий нахил голови чи зміна амплітуди руху сприймається як зміна емоційної інтонації, подібно до зміни тону в усній мові. Ця тілесна «пунктуація» допомагає глядачеві орієнтуватися в емоційних переходах, створюючи ефект розмови без слів.

Психологічне сприйняття танцю також залежить від індивідуального досвіду глядача: культурного бекграунду, особистих переживань, навіть актуального настрою. Тому один і той самий рух може викликати різні

асоціації та відтінки почуттів у різних людей, що робить танець багатозначним і відкритим для інтерпретацій.

Таким чином, психологічний підхід дає змогу глибше пояснити, як хореографічна композиція перетворюється на живий емоційний текст, у якому глядач не просто спостерігає, а співпереживає, стаючи співтворцем художнього смислу.

Висновки. Танець як емоційний текст є унікальною формою художнього висловлювання, де пластичність руху поєднується з глибиною внутрішніх переживань. У хореографічній композиції відбувається трансформація почуттів у сценічний образ, а динаміка емоцій постає драматургічним каркасом твору. Композиційна структура, сценографія та історико-мистецький контекст забезпечують багатшаровість і психологічну глибину хореографії, яка водночас виконує функцію культурної пам'яті та художньої рефлексії.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Зінич О. Тенденції інтеграції образних систем сучасного українського балетного (пластичного) театру у світовому контексті: аспект інтерпретації тексту вистави. *Образні системи української художньої культури в історичному та типологічному аспектах: театр, музика, образотворче мистецтво: колект. монографія*. Київ, 2019. С. 315–459. URL: <http://www.etnolog.org.ua/pdf/stories/monografiji/2019/obraz.pdf> (дата звернення: 03.09.2025).
2. Плахотнюк О. Етносвітогляд фольклорного танцю в мистецькому просторі сучасності. *Актуальні питання гуманітарних наук: міжвузівський зб. наук. праць*. Дрогобич, 2021. Вип. 35. Том 5. С. 4–8. DOI: <https://doi.org/10.24919/2308-4863/35-5-1> (дата звернення: 03.09.2025).
3. Тимчула А. Народне хореографічне мистецтво українців Закарпаття другої половини XX – початку XXI ст. : дис. на здоб. наук. ступ. канд. мист-ва: 26.00.01. Київ, 2021. 197 с. URL: <https://uacademic.info/ua/document/0421U101552> (дата звернення: 03.09.2025).

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, доцентка Терешенко Н.В.

УДК 371

Шкімбова В.Ю.

ЦИФРОВИЙ ЖИВОПИС: СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ

У статті досліджується феномен цифрового живопису як однієї з найдинамічніших форм сучасного мистецтва. Мета дослідження – проаналізувати сучасні тенденції розвитку цифрового живопису, визначити його роль у трансформації художніх практик та окреслити перспективи інтеграції цифрових технологій у мистецький простір. У

роботі проаналізовано історичний розвиток, вплив цифровізації на традиційні художні практики та основні тенденції, що визначають напрямки його еволюції. Особливу увагу приділено ролі цифрових технологій у розширенні можливостей художників, використанню штучного інтелекту, NFT-технологій, а також інтеграції цифрового мистецтва з доповненою та віртуальною реальністю. Визначено перспективи цифрового живопису у контексті сучасного культурного простору та його значення для арт-індустрії.

Ключові слова: цифровий живопис, цифрове мистецтво, штучний інтелект, NFT, віртуальна реальність, технологічні інновації.

This article investigates the phenomenon of digital painting as one of the most dynamic forms of contemporary art. The purpose of the research is to examine current trends in the development of digital painting, to identify its role in the transformation of artistic practices, and to outline the prospects for integrating digital technologies into the artistic domain. The study explores the historical evolution of the field, the impact of digitalization on traditional artistic practices, and the key trends shaping its trajectory. Special attention is devoted to the role of digital technologies in expanding the creative capacities of artists, the application of artificial intelligence and NFT technologies, as well as the integration of digital art with augmented and virtual reality. The research further defines the prospects of digital painting within the context of the contemporary cultural landscape and highlights its significance for the art industry.

Keywords: digital painting, digital art, artificial intelligence, NFT, virtual reality, technological innovations.

Стрімкий розвиток цифрових технологій спричинив фундаментальну трансформацію художньої сфери, відкривши безпрецедентні можливості для творчої діяльності.

Малежик Ю.М. відносить будь-яке мистецтво, створене засобами комп'ютерних технологій у цифровій формі, до цифрового мистецтва. Термінологія, пов'язана з технологічними мистецькими формами, завжди була мінливою. Цифрове мистецтво зазнало численних змін у назві з моменту його виникнення. Спочатку воно називалося комп'ютерним мистецтвом, згодом - мультимедійним мистецтвом та кібер-артом у 1960–1990-х роках. Наприкінці XX століття мистецькі форми, що використовують цифрові технології, стали відомі як цифрове мистецтво або медіа-арт [4].

Цифровізація, як процес, проникає в усі сфери візуального мистецтва, включаючи традиційні форми, такі як живопис, графіка та скульптура, водночас сприяючи формуванню нових художніх практик. Серед них виділяються такі явища, як мережеве мистецтво, цифрові інсталяції, цифровий монтаж і мистецтво віртуальної реальності, які вже посіли важливе місце у сучасній художній діяльності. Таким чином, цифрове

мистецтво не лише розширює межі традиційних жанрів, а й створює нові форми художнього вираження, що відповідають умовам технологічного прогресу.[2, с. 62-63].

Сучасний цифровий живопис є складним і багатошаровим феноменом, що виник на перетині традиційного художнього досвіду та динамічного розвитку цифрових технологій. Його актуальність зумовлена не лише технічним прогресом, а й трансформацією концепції матеріальності в мистецтві. В епоху постцифрової культури цифровий живопис демонструє унікальну взаємодію між нематеріальними алгоритмічними процесами та новими формами художньої репрезентації, що дає підстави говорити про неоматеріальність як одну з визначальних характеристик цього напрямку [5].

Цифровий живопис, як один із найбільш динамічних напрямів сучасного мистецтва, являє собою синтез класичних живописних технік та інноваційних технологічних рішень. Ця конвергенція надає митцям можливість експериментувати з текстурами, кольорами та стилістичними прийомами, розширюючи межі традиційного мистецтва та відкриваючи нові горизонти для художнього вираження.

Цифровий живопис набуває особливої актуальності у сучасному світі завдяки стрімкому розвитку технологій та зміні підходів до мистецтва. Одним із ключових факторів, що зумовлюють його поширення, є доступність цифрових інструментів, які дозволяють художникам створювати твори, мінімізуючи потребу в традиційних матеріалах, таких як фарби, полотно чи пензлі. Сучасні графічні планшети, програмне забезпечення та мобільні додатки забезпечують художникам широкі можливості для творчості, спрощуючи процес створення та редагування зображень.

Важливу роль у популяризації цифрового живопису відіграє розвиток соціальних мереж та цифрових платформ. Інтернет-простір надає митцям змогу демонструвати свої роботи широкій аудиторії, отримувати зворотний зв'язок та продавати власні твори на міжнародних майданчиках. Це сприяє активному розвитку цифрової художньої спільноти та формуванню нових мистецьких напрямів. Крім того, цифровий живопис відкриває можливості для інтеграції у сфери відеоігор, анімації, доповненої та віртуальної реальності, що значно розширює межі його застосування.

Професійний попит на цифрових художників також зростає, оскільки цифрове мистецтво широко використовується у рекламі, кінематографії, дизайні інтерфейсів та ігровій індустрії. Багато компаній зацікавлені у фахівцях, які володіють цифровими техніками малювання, що відкриває нові перспективи для художників та дизайнерів. Таким чином, цифровий живопис сьогодні є не лише засобом самовираження, а й важливим компонентом сучасної культури, що активно розвивається завдяки інноваційним технологіям та змінам у способах сприйняття мистецтва.

Сучасний цифровий живопис розвивається під впливом кількох ключових тенденцій, які визначають його подальший напрямок і впливають

на художню практику. Однією з найбільш значущих тенденцій є використання штучного інтелекту у творчому процесі. Алгоритми машинного навчання та генеративні нейромережі дозволяють автоматизувати окремі етапи роботи художника, створювати складні текстури, змінювати стилі та навіть генерувати унікальні зображення на основі заданих параметрів. Це значно розширює можливості митців, дозволяючи їм експериментувати з візуальними формами та вдосконалювати свої навички.

Ще однією важливою тенденцією є поширення NFT-технологій та блокчейн-систем, які кардинально змінили підхід до цифрового мистецтва. Раніше проблема збереження авторських прав у цифровому середовищі була значною перешкодою для художників, проте впровадження NFT дозволило вирішити цю проблему. Тепер митці можуть продавати свої роботи у вигляді унікальних токенів, гарантуючи їхню оригінальність та отримуючи прибуток від перепродажу. Це сприяє комерціалізації цифрового живопису та підвищенню його статусу в арт-індустрії [3].

Іншою важливою рисою сучасного цифрового мистецтва є поєднання двовимірного живопису з 3D-графікою та анімацією. Завдяки стрімкому розвитку програмного забезпечення художники отримали можливість працювати з тривимірними моделями, створювати інтерактивні сцени та комбінувати різні медіа у своїх проєктах. Це особливо актуально для геймдизайну, кінематографа та реклами, де цифровий живопис відіграє ключову роль у створенні візуального контенту.

Значний вплив на розвиток цифрового живопису має також зростання популярності мобільного цифрового мистецтва. Сучасні графічні програми для планшетів, такі як Procreate, Adobe Fresco та Clip Studio Paint, забезпечують професійний рівень інструментів, доступних у будь-якому місці та у будь-який час. Це робить процес створення цифрових картин ще більш мобільним та доступним, дозволяючи митцям працювати без прив'язки до стаціонарного робочого місця.

Останнім часом спостерігається також активна інтеграція цифрового живопису з доповненою та віртуальною реальністю. Це відкриває нові можливості для взаємодії з мистецтвом, перетворюючи глядачів на учасників художнього процесу. Завдяки VR-художники можуть створювати тривимірні картини у віртуальному просторі, що сприяє появі нових форматів творчості [1, с.9-16].

Таким чином, цифровий живопис сьогодні є динамічною сферою, що активно розвивається під впливом технологічного прогресу. Новітні тенденції сприяють розширенню можливостей художників, спрощенню творчого процесу та формуванню нових підходів до створення мистецьких творів. Це підтверджує значущість цифрового мистецтва в сучасному культурному просторі та його подальшу перспективність.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Волинець В. О. Інтеграція доповненої реальності у мистецтво. Культура і сучасність : альманах. 2021. № 1. С. 9-16.
2. Малежик Ю. М. Цифровий живопис як альтернатива академічному у дистанційній підготовці фахівців образотворчого мистецтва. Мистецька освіта у міждисциплінарному вимірі : матер. Всеукр. наук.-практ. конф. (Харків, 07–08 червня 2022 р.) / за заг. ред. О. О. Матвєєвої. Харків : ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2022. С. 62–66.
3. Цифрові речі, цифровий контент, NFT та авторське право: співвідношення в межах розширеного кола об'єктів цивільних прав. URL: <https://www.hsa.org.ua/blog/cifrovi-reci-cifrovii-kontent-nft-ta-avtorske-pravo-spivvidnosennia-v-mezax-rozsirenogo-kola-obektiv-civilnix-prav> (дата звернення: 18.03.2025)
4. Gollifer, S. (2019). "The Evolution of Digital Art," Leonardo Journal, 52(3), 245-257.
5. Paul, C. (2015). Digital Art. Thames & Hudson.

Науковий керівник кандидат педагогічних наук, доцент **Ракович В.В.**

**ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ,
ІСТОРІЇ ТА СОЦІОЛОГІЇ**

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ЗВ'ЯЗКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ З ПРОЯВАМИ БУЛІНГУ ПІДЛІТКІВ

У статті розглянуто теоретичні основи зв'язку емоційного інтелекту з проявами булінгу серед підлітків. Висвітлено роль емоційного інтелекту як чинника, що визначає здатність до емпатії, саморегуляції та конструктивної взаємодії з ровесниками.

Ключові слова: емоційний інтелект, булінг, підлітковий вік, саморегуляція, агресія.

The article examines the theoretical foundations of the relationship between emotional intelligence and bullying among adolescents. The role of emotional intelligence as a factor determining the ability to empathize, self-regulation, and constructive interaction with peers is highlighted.

Key words: emotional intelligence, bullying, adolescence, self-regulation, aggression.

Постановка проблеми. У сучасному суспільстві явище булінгу серед підлітків набуває все більшої поширеності, що становить серйозну загрозу психічному та фізичному здоров'ю молодого покоління. Незважаючи на значну кількість досліджень, спрямованих на вивчення причин та наслідків цього явища, недостатньо уваги приділяється вивченню його взаємозв'язку з рівнем розвитку емоційного інтелекту підлітків.

Мета статті – дослідити теоретичні основи взаємозв'язку емоційного інтелекту з проявами булінгу серед підлітків.

Виклад основного матеріалу дослідження. У сучасній психології проблема емоцій особистості є однією з найбільш актуальних, адже емоції вважаються фундаментальною складовою психічного розвитку особистості, яка впливає на усі аспекти її життя, включаючи когнітивні функції, міжособистісні відносини, психічне здоров'я та життєве задоволення. Поняття емоційного інтелекту, як визначили П. Селовеєм та Дж. Мейером, відображає здатність людини відстежувати як власні, так і чужі почуття та емоції, розрізняти їх і використовувати цю інформацію для управління своїми думками і діями. Вони розглядали емоційний інтелект як складний феномен, що складається з трьох основних компонентів: ідентифікація емоцій, яка включає розпізнавання власних емоцій та емпатію щодо емоцій інших людей; регуляції власних та чужих емоцій та використання емоційної інформації у діяльності.

Емоційний інтелект, що охоплює здатність розпізнавати, розуміти, виражати та регулювати власні емоції і емоції інших, безпосередньо пов'язаний із поведінковими моделями підлітків. Тому недостатній

розвиток емоційного інтелекту може знижувати здатність до емпатії, співпереживання, конструктивного вирішення конфліктів, що сприяє агресивним формам поведінки, у тому числі булінгу, який можна дедалі частіше зустріти в освітньому середовищі. Під булінгом розуміють умисні дії або навмисну бездіяльність учасників освітнього процесу, що проявляються у формі психологічного, фізичного, економічного чи сексуального насильства, у тому числі з використанням електронних засобів зв'язку.

На початку підліткового віку помітно зростає прагнення наслідувати дорослих, однолітків, старших товаришів. Це бажання бути «дорослим» може бути настільки інтенсивним, що підліток починає відчувати себе дорослим раніше, ніж це відповідає його реальним можливостям, і очікує відповідного ставлення з боку оточення. Водночас дорослі починають сприймати підлітка серйозніше, покладаючи на нього більше обов'язків і відповідальності, ніж на молодших дітей, але водночас надаючи йому більше свободи у виборі поведінки [1, с. 11-13].

Розширення кола спілкування, особливо з однолітками, відкриває перед підлітками нові можливості. Спочатку вони вчаться будувати стосунки в межах шкільного колективу, згодом – у професійному середовищі й дорослому житті. У цей час провідною стає діяльність, пов'язана з особистісним і щирим спілкуванням з ровесниками. Крім того, у підлітковому віці змінюється і характер соціального інтелекту та поведінки, адже підліток починає спрямовувати свої зусилля на здобуття нового статусу в суспільстві. Тому його поведінка, уявлення про «правильно» і «неправильно», стиль спілкування часто формуються під впливом оточення і створюють особливу підліткову субкультуру зі своїми нормами, цінностями, правилами, а іноді й протестом проти дорослого світу. Крім того, підлітковий вік відіграє особливу роль у вивченні емоційного інтелекту, адже саме в цьому віці особливо загострюється увага до соціального середовища та власного «Я». У цей період міжособистісне спілкування стає провідною потребою, а його зміст і якість залежать від багатьох чинників: віку, статі, індивідуальних рис характеру, культурного контексту та соціального досвіду учасників взаємодії.

Дослідження підтверджують, що емоційний інтелект тісно пов'язаний із загальним рівнем соціальної компетентності. Цей зв'язок найкраще проявляється в емоційно насиченому середовищі, де кожен учасник взаємодії має змогу пізнати себе, контролювати власні реакції, співпереживати іншим і будувати ефективні соціальні зв'язки [2, с. 33-34].

До ключових передумов для вивчення емоційного інтелекту саме у підлітковому віці належать кілька важливих аспектів. По-перше, у цьому віці загострюється інтерес до власного внутрішнього світу та соціальних стосунків, що робить підлітків надзвичайно сприйнятливими до теми емоцій та взаємодії. По-друге, дослідження свідчать, що до цього часу емоційна лексика вже сформована, підлітки можуть вербалізувати емоції,

тобто описувати свої почуття словами. По-третє, провідною діяльністю у цьому віці стає спілкування з ровесниками, яке неможливе без розуміння та врахування емоційної складової.

Підлітковий вік вважається чутливим (сенситивним) періодом для розвитку як соціальних, так і емоційних навичок. У цьому віці формується потреба у визнанні, самоповазі та соціальній значущості, що сприяє активному розвитку комунікативних умінь, навичок взаємодії та засвоєнню соціальних ролей. Розвиток емоційної компетентності також набуває особливої ваги, оскільки підлітки прагнуть емоційного комфорту. Це передбачає здатність до емпатії, вміння розрізняти власні емоції та емоції інших, керувати ними, мотивувати себе.

Дослідження І.Н. Андрєєвої засвідчили, що емоційний інтелект тісно пов'язаний із соціальною компетентністю. Зокрема, у підлітків із розвиненими комунікативними та організаторськими здібностями спостерігається також високий рівень емпатії, самоконтролю, мотивації до досягнень і вміння називати свої емоції. Виявлено, що на цей зв'язок впливають риси темпераменту, такі як екстраверсія та ригідність. Темперамент у цьому контексті виступає своєрідною біологічною основою як емоційного інтелекту, так і соціальної зрілості.

Дослідниця також виявила гендерні відмінності: у дівчат підліткового віку є зв'язок між комунікативними й організаторськими навичками, тоді як у хлопців такого зв'язку не простежується. Разом із тим, хлопці продемонстрували вищий рівень умінь розпізнавати та називати свої емоції, тоді як у дівчат це пов'язано радше з мотивацією до досягнень.

Міжособистісне спілкування в підлітковому віці це одна з головних форм діяльності і для її ефективності потрібна емоційна чутливість. Підлітки часто критично ставляться до себе, шукають сенс у різних видах діяльності, а їхня емоційна сфера може бути нестабільною. Саме тому так важливо, щоб сімейне оточення було спокійним та підтримуючим: що менше напруги вдома, то стабільнішою буде емоційна саморегуляція дитини. Водночас комунікативні здібності, які активно розвиваються у цьому віці, суттєво впливають на емоційний інтелект, зокрема на здатність контролювати свої реакції та будувати конструктивну взаємодію з іншими.

Зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та проявами булінгу у підлітковому віці є надзвичайно актуальним у сучасному суспільстві, оскільки саме в цьому віковому періоді підлітки переживають суттєві емоційні, психологічні та соціальні зміни. У підлітковому віці молоді люди активно шукають своє місце в колективі, прагнуть бути прийнятими, значущими, почутими. Проте вміння спілкуватися, співпереживати, розпізнавати емоції, як власні, так і чужі, формується не в усіх однаково. Саме тут на перший план виходить рівень емоційного інтелекту [3, с. 316].

Емоційний інтелект охоплює кілька ключових компонентів: самоусвідомлення (вміння розпізнавати свої емоції), саморегуляція (вміння керувати своїми емоційними реакціями), емпатія (здатність розуміти

емоційний стан інших людей), соціальні навички (вміння будувати стосунки), внутрішня мотивація.

Підлітки з низьким рівнем емоційного інтелекту часто мають труднощі з контролем власних емоцій, не вміють справлятися з розчаруванням, гнівом чи заздрістю. Це може проявлятися у формі агресії, приниження, цькування інших однолітків – тобто у поведінці, яку ми називаємо булінгом. Такі підлітки не лише не здатні співпереживати жертвам, але часто й не усвідомлюють глибини шкоди, якої завдають.

З іншого боку, підлітки з високим рівнем емоційного інтелекту здатні розпізнати як свої емоції, так і емоційний стан інших. Вони краще розуміють, що за агресією може ховатися невпевненість чи біль, і відповідно реагують м'якше, з розумінням. Такі підлітки менш схильні до участі в булінгу як агресори. Крім того, емоційно грамотні підлітки рідше стають жертвами булінгу. Вони краще справляються зі стресом, не провокують агресивних відповідей, уміють чітко відстояти свої межі. Їх впевненість і внутрішня стійкість робить їх менш вразливими у соціальному середовищі.

Дослідження підтверджують, що рівень емоційного інтелекту безпосередньо пов'язаний з психологічним кліматом у класі чи групі. Якщо в колективі високий загальний рівень емпатії, розуміння та підтримки, то булінг має менше шансів розвиватися. Саме тому розвивати емоційний інтелект варто не лише індивідуально, а й системно через уроки, тренінги, ігри, інтерактивні заняття.

Висновок. Рівень розвитку емоційного інтелекту безпосередньо впливає на характер міжособистісних відносин підлітків та їх схильність до булінгу, адже недостатня здатність до розпізнавання й регуляції емоцій, брак емпатії та самоконтролю сприяють формуванню агресивних моделей поведінки, що підвищує ризик виникнення цькування у шкільному середовищі. Натомість високий рівень емоційного інтелекту знижує ймовірність агресії і сприяє формуванню здорових соціальних зв'язків. Таким чином, розвиток емоційного інтелекту є важливою умовою профілактики та подолання булінгу, а також створення сприятливого психологічного клімату в освітньому середовищі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Коноваленко А. Ю. Психолого-педагогічні засади формування емоційного інтелекту у підлітків : робота на здобуття кваліфікаційного ступеня магістра : спец. 053 Психологія / наук. кер. О. В. Петрик ; ВНУ імені Лесі Українки. Луцьк, 2025. 78 с.
2. Номировська Ю. В. Взаємозв'язок емоційного інтелекту та соціометричного статусу підлітків : кваліфікаційна робота магістра спеціальності 053 «Психологія» / наук. керівник А. П. Поплавська. Запоріжжя : ЗНУ, 2020. 110 с.
3. Чекова А. В. Емоційний інтелект підлітків як чинник запобігання шкільному булінгу. *Практична психологія у сучасному вимірі: XV Міжнародна науково-практична конференція науковців та студентів: тези доповідей. Дніпро: Університет імені Альфреда Нобеля, 2024, 2024. С. 315-317.*

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

СОЦІАЛЬНІ ТРАНСФОРМАЦІЇ ЯК ЧИННИК ПОСИЛЕННЯ ТРИВОЖНИХ І ДЕПРЕСИВНИХ ПРОЯВІВ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Анотація. У статті висвітлено вплив соціальних трансформацій на психоемоційний стан підлітків, що проявляється у зростанні тривожності, депресії, ПТСР та порушень сну. Підлітковий вік визначено як критичний період підвищеної вразливості, тоді як резильєнтність і соціальна підтримка можуть виступати захисними чинниками.

Ключові слова: підлітковий вік, соціальні трансформації, тривожність, депресія, психоемоційний стан, резильєнтність, війна, психічне здоров'я.

The article shows that war, displacement, and social breakdown intensify adolescents' anxiety, depression, PTSD, and sleep issues, with resilience and support serving as key moderating factors. It underscores the need for systemic models to guide effective prevention and intervention.

Keywords: adolescence, social transformations, anxiety, depression, psychoemotional state, resilience, war, mental health.

Постановка проблеми. Підлітковий вік особливо вразливий у контексті соціальних трансформацій, що супроводжуються нестабільністю та зміною сімейно-комунікаційних моделей. Це підвищує ризик тривожних і депресивних проявів, актуалізуючи потребу у вивченні механізмів впливу соціальних змін на психоемоційну регуляцію та побудові теоретичної моделі адаптаційного ресурсу підлітків.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз досліджень засвідчує зростання психоемоційних порушень у підлітків під впливом війни, переселень та руйнування соціального середовища. Психогенні фактори й системні соціальні зміни мають тривалий кумулятивний ефект на їхній емоційний стан.

У роботі Гермаковської О. та Онуфрієвої Л. проаналізовано психологічні особливості переживання психоемоційних станів у підлітковому віці, включно з віковою сприйнятливістю до фрустрації, зростанням конфліктності та складністю емоційного саморозуміння [2]. Публікація Воронової В., Ковальчука В. та Велько К. висвітлює результати емпіричного дослідження психоемоційного стану школярів-підлітків в умовах воєнного стану, в якому зафіксовано високий рівень дистресу, когнітивної дезорганізації та емоційної лабільності серед більшості респондентів [1].

Клименко І, Козерацька О. та Грачук В. деталізують сучасні підходи до діагностики та психореабілітації дітей і підлітків у ситуаціях воєнного стану, акцентуючи на необхідності раннього виявлення симптоматики

тривожності та депресивності як передумови зменшення ризику розвитку хронічних психічних розладів [4].

Соціальні трансформації, спричинені війною, деструктивно впливають на психоемоційний стан підлітків через дестабілізацію середовища, втрату контролю та дефіцит підтримки.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Попри активізацію досліджень психічного здоров'я підлітків, відсутній системний аналіз соціальних трансформацій як чинника тривожних і депресивних станів. Домінує кількісний підхід, тоді як бракує якісного вивчення впливу ціннісних змін, ерозії норм і поляризації на афективну регуляцію та когнітивні дисторсії. Недослідженими лишаються динаміка та тривалий ефект криз, що актуалізує потребу в багаторівневих моделях.

Мета статті. теоретично обґрунтувати взаємозв'язок соціальних трансформацій із тривожними й депресивними проявами підлітків через аналіз механізмів їх психологічної реакції на зміни середовища.

Виклад основного матеріалу. Підлітковий вік є періодом інтенсивних онтогенетичних змін, упродовж якого відбувається оновлення психічних структур, пов'язаних із формуванням ідентичності, ціннісної системи, соціальної самосвідомості та афективної регуляції. У цей період посилюється роль рефлексії, зростає значущість соціальних взаємодій, особливо у межах груп однолітків, а також активізується когнітивна оцінка власного становища у соціумі. Такі зміни відбуваються на фоні нерівномірного розвитку окремих функціональних систем мозку, що обумовлює підвищену емоційну лабільність і вразливість до зовнішніх психотравмуючих чинників [2, с. 348].

Пролонговане перебування підлітків в умовах воєнного конфлікту створює умови, за яких життєвий простір особистості трансформується в бік невизначеності, руйнації попередніх орієнтирів і розриву звичних соціальних структур. Саме підлітки опиняються в епіцентрі психологічного навантаження, що проявляється не лише у прямому досвіді загроз або втрат, а й у пролонгованому емоційному реагуванні на нестабільність середовища. Страх перед насильством, знищенням фізичного середовища, розлука з близькими, а також порушення освітнього процесу створюють сукупність умов, що формують у підлітків хронічне переживання тривоги, депресивні тенденції, зниження суб'єктивного контролю й підвищену емоційну збудливість. При цьому психотравматизація зачіпає не лише тих, хто перебуває у безпосередній зоні бойових дій, але й підлітків, які спостерігають війну опосередковано через медіа, родинні історії або соціальні тривожні очікування [4, с. 26].

Так, варто зазначити, що інформаційна поведінка, зокрема регулярне споживання новин, у кризовий період виконує як компенсаторну, так і деструктивну функцію. Високий рівень соціальної підтримки має потенціал послабити потребу в нав'язливому пошуку інформації про стресові події, що сприяє зниженню тривожності та покращенню загального

психоемоційного стану індивіда. Натомість постійний моніторинг новин, зокрема деструктивного або травматичного характеру, є чинником посилення тривожності, депресії, емоційного виснаження та когнітивної дезорганізації [3, с. 29].

Актуальні емпіричні дослідження, проведені в Україні, демонструють стійке зростання рівнів тривожних і депресивних симптомів серед підлітків упродовж 2014–2024 років, із піковими значеннями після повномасштабного вторгнення. Так, за результатами спостережень, рівень ситуативної тривоги у підлітків підвищився на 26,7%, тоді як рівень особистісної тривоги зріс на 22,6%, що вказує на глибоке порушення механізмів адаптації до екзистенційної загрози [4, с. 26].

Особливої уваги потребує вивчення впливу безпосереднього досвіду війни, зокрема свідчення актів насильства або перебування в зоні активних бойових дій, які суттєво підвищують ризик розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР), а також супутніх депресивних і тривожних станів. У рамках широкомасштабного скринінгу, проведеного серед підлітків, які зазнали впливу війни, було зафіксовано, що 92,3 % із них мають ознаки психологічної травми, 35,0 % відповідають критеріям клінічно значущої психічної травми, 25,0 % демонструють помірну депресію, а 6,9 % тяжку. У цілому поширеність психічних порушень в цій когорті значно перевищує середні статистичні показники до початку бойових дій, зокрема депресивні стани поширені на 39 % частіше, тривожні на 62 %, а психотравматичні на 41 %. Це вказує на системне порушення психоемоційного гомеостазу, пов'язане з екстремальними соціальними обставинами [4, с. 26].

Інший важливий аспект – це вплив вимушеного переміщення на психічне здоров'я підлітків. Зміна місця проживання внаслідок воєнних дій є не лише просторовим переміщенням, але й зміною всього структурування повсякденності. Утрата звичного способу життя, дистанціювання від близьких, соціальна дезорієнтація в нових спільнотах створюють додаткові навантаження на емоційно-поведінкову сферу. У підлітковому віці, коли ідентичність лише формується, вимушена адаптація до нових умов часто викликає почуття ізольованості, фрустрації й втрати контролю. Як вказують результати досліджень, серед внутрішньо переміщених підлітків спостерігаються високі показники тривожних і поведінкових розладів, зловживання психоактивними речовинами, порушення харчової поведінки, а також симптоми невротичних і соматоформних розладів. Основні скарги респондентів пов'язані з нестабільністю житлових умов, дефіцитом медичних послуг, економічною незахищеністю й психологічними труднощами соціальної адаптації [4, с. 26].

Показовими є також міжкультурні паралелі. Досвід ізраїльських досліджень демонструє, що тривале перебування суспільства в умовах перманентної воєнної загрози, навіть за відсутності активної фази конфлікту, модифікує соціально-психологічний простір дитинства.

Системне домінування військової логіки, загроза насильства, невизначеність майбутнього трансформують здатність підлітків до побудови емоційно стабільних зв'язків, знижують рівень емпатії та афіліації, ускладнюють формування солідарності та альтруїстичної поведінки. Крім того, хронічний стрес у дорослого населення, зумовлений війною, знижує його здатність до підтримувальної взаємодії, що послаблює систему емоційного забезпечення дитини. Це призводить до зниження мотивації до навчання, розладу академічної успішності та фрустрації потреби у значущості [1, с. 31].

Висновок. Соціальні трансформації, зумовлені війною, масовим переміщенням і руйнацією освітнього та родинного середовища, посилюють тривожні й депресивні прояви у підлітків. Підлітковий вік є особливо вразливим до соціальних стресорів, що проявляється у зростанні тривожності, депресії, ПТСР, соматизації та порушень сну. Емпіричні дані засвідчують тісні зв'язки між психоемоційними симптомами та інформаційним навантаженням, самотністю, низькою підтримкою. Модераторами виступають резильєнтність, самооцінка та соціальна підтримка. Необхідний системний підхід із багаторівневими моделями, що враховують структурні, ситуаційні та когнітивні чинники.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Воронова В., Ковальчук В., Велько К. Психоемоційний стан учнів підліткового віку в умовах війни в Україні. *Physical culture and sport: scientific perspective*. 2025. Т. 3, № 1. С. 30–38. DOI: [https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1\(1\).117](https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1(1).117).
2. Гермаковська О. М., Онуфрієва Л. А. Психологічні особливості переживання психоемоційних станів у підлітковому віці. *Psychology. Questions regarding the problems of higher education: матеріали міжнародної науково-практичної конференції*. Кам'янець-Подільський, 2025. С. 348–351.
3. Гозак С. В., Єлізарова О. Т., Станкевич Т. В., Парац А. М. Роль впливу інформаційного навантаження та соціальної підтримки на розвиток тривожних і депресивних проявів у населення України під час війни. *Актуальні проблеми профілактичної медицини та медичної екології: збірник матеріалів науково-практичної конференції (22–23 травня 2024 р., Львів–Торунь)*. Львів–Торунь: Liha-Pres, 2024. С. 26–31. DOI: <https://doi.org/10.36059/978-966-397-385-2-4>.
4. Клименко І., Козерацька О., Грачук В. Психічне здоров'я дітей та підлітків в умовах воєнного стану: сучасні підходи до ранньої діагностики і реабілітації. *Сучасна медицина, фармація та психологічне здоров'я*. 2025. № 1(19). С. 24–29. DOI: <https://doi.org/10.32689/2663-0672-2025-1-4>.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗМІСТОВІ ПАРАМЕТРИ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ В УМОВАХ ВІЙНИ

У статті розглянуто психологічні змістові параметри соціального інтелекту в умовах війни. Розкрито його роль як ключового ресурсу адаптації особистості до стресових і травматичних подій.

Ключові слова: соціальний інтелект, війна, адаптація, психологічна стійкість, міжособистісна взаємодія.

The article examines the psychological content parameters of social intelligence in war conditions. Its role as a key resource for the individual's adaptation to stressful and traumatic events is revealed.

Keywords: social intelligence, war, adaptation, psychological resilience, interpersonal interaction.

Постанова проблеми. В умовах воєнних викликів особистість стискається з глибокими психологічними, соціальними та емоційними трансформаціям. Люди змушені пристосовуватись до втрати безпечного середовища, до нових моделей спілкування, до вимушеного переселення. Все це вимагає мобілізації внутрішніх ресурсів та здатності до ефективної взаємодії в соціальному середовищі. В таких умовах саме соціальний інтелект набуває особливої ваги. Адже він забезпечує здатність розуміти емоційні стани інших, будувати ефективну взаємодію та адаптуватися до нових викликів.

Високий рівень сформованості соціального інтелекту розкриває більші можливості для самореалізації, допомагає людині зберегти внутрішню рівновагу, виступає важливим фактором психологічної адаптації, зменшення конфліктів та забезпечення підтримки людей, які постраждали від війни.

Попри значну кількість досліджень цього феномені, психологічні параметри соціального інтелекту в умовах війни залишаються недостатньо вивченими, що зумовлює актуальність теми.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Поняття “соціальний інтелект” вперше було введено Е.Торндайком, який трактував його як здатність до ефективної взаємодії в міжособистісних стосунках [1,с.53]. Подальший розвиток концепції здійснили Г.Олпорт, П.Вернон, Р. Стернберг, які підкреслювали практичний і прогностичний характер цієї здатності [2]. У сучасних працях соціальний інтелект розглядається як багатовимірна категорія, що поєднує соціальну перцепцію, передбачення, креативність та адаптивність [3].

Особливу увагу дослідники приділяють ролі соціального інтелекту в кризових умовах. Вони вказують на його значення для емоційного

відновлення, зменшення рівня стресу та підтримки колективної згуртованості. У своїх напрацюваннях психологи доводять, що соціально-емоційні компетентності безпосередньо впливають на здатність долати наслідки травматичних подій.

Метою статті є аналіз ключових параметрів соціального інтелекту в умовах війни та розкриття його ролі у підтримці адаптивних можливостей особистості.

Виклад основного матеріалу.

Сучасні дослідження в психологічній галузі свідчать про те, що соціальний інтелект є одним із ключових механізмів, який сприяє адаптації особистості до складних і стресогенних умов, зокрема у період збройного конфлікту. Війна, як надзвичайна ситуація, активізує як індивідуальні ресурси подолання певної кризи, так і колективні. І саме соціальний інтелект виступає своєрідним посередником між внутрішніми переживаннями особистості та соціальною взаємодією з оточенням. Саме цей компонент особистості передбачає здатність розуміти емоції, наміри, поведінку інших людей, а також прогнозувати їхні реакції та будувати ефективну міжособистісну взаємодію. І в умовах війни ці навички набувають особливої ваги, адже соціальне середовище стає джерелом як підтримки, так і потенційного конфлікту. Здатність швидко оцінити соціальну ситуацію, адекватно реагувати на емоційні сигнали інших і регулювати власну поведінку значно підвищує ймовірність ефективного пристосування до нових реалій.

Особливої актуальності соціальний інтелект набуває для внутрішньо переміщених осіб, військовослужбовців, волонтерів та цивільного населення, яке постраждало внаслідок бойових дій. Усі ці групи потребують не лише когнітивної гнучкості, а й емоційної стійкості, що забезпечується саме соціальним інтелектом. Люди з високим рівнем соціального інтелекту здатні швидше адаптуватися до змінених умов, знайти ресурси підтримки в соціальному середовищі, сформувати нові зв'язки та мінімізувати деструктивні реакції на стрес.

Значний внесок у дослідження адаптивної функції соціального інтелекту зроблено у статті Н.Liu та R.Boyatzis, де автори акцентують увагу на важливості емоційного та соціального інтелекту як комплексу поведінкових компетенцій, які можуть бути розвинені та треновані. Науковці підкреслюють, що саме ці характеристики забезпечують ефективну адаптацію до стресу через механізми емоційного відновлення, а не лише тимчасового уникнення або приглушення стресових стимулів. [3.,с.3]. Одним із ключових положень дослідження є розуміння того, що соціальний інтелект сприяє переходу від стану виснаження до стану психофізіологічного оновлення, що є особливо актуальним в умовах воєнної дійсності. Завдяки розвинутим емоційно-соціальним компетенціям, особистість здатна не тільки самостійно відновлюватись після емоційних потрясінь, а й виступати джерелом позитивного емоційного впливу для

свого соціального оточення. Такий ефект зумовлений феноменом емоційного зараження: у соціальних групах емоційний стан одного або кількох учасників поширюється на інших, а отже особи з високим рівнем соціального інтелекту можуть активно знижувати рівень колективного стресу.

У воєнних умовах це набуває особливого значення. Емоційна стабільність, емпатія, здатність до відновлення та конструктивної міжособистісної взаємодії є не лише чинниками психологічної стійкості окремого індивіда, а й передумовою соціальної згуртованості.

Таким чином, соціальний інтелект можна розглядати як багатовимірний ресурс, що включає як когнітивні, так і поведінкові аспекти, які сприяють успішній адаптації до екстремальних умов, зокрема у ситуаціях збройного конфлікту.

Доречно зауважити, що соціальний інтелект безпосередньо корелює з рівнем психологічної стійкості, здатністю долати труднощі та зменшувати вплив травматичних подій.

Результати дослідження І.К. Лядського, Н.В. Кононець та І.М. Сенько також свідчать про здатність соціального інтелекту не лише регулювати міжособистісні відносини, а й слугувати адаптивним фактором у кризових умовах. Автори доводять, що розвинений соціальний інтелект тісно пов'язаний із патріотизмом, волонтерською активністю та готовністю до громадської діяльності в умовах воєнного конфлікту. Спираючись на результати емпіричного дослідження серед студентської молоді, вони встановили помірну і статистично значущу кореляцію між трьома компонентами соціального інтелекту (соціальна обробка інформації, соціальні навички і соціальна обізнаність) та рівнем патріотизму [4,с.47]. Автори обґрунтовують, що розвинений соціальний інтелект дозволяє людині адаптуватися до умов війни через усвідомлення себе як частини спільноти, що бореться за незалежність, через здатність підтримувати інших та відчувати солідарність, через мотивацію до активної соціальної участі, через зниження відчуття безпорадності завдяки включенню в соціально значущу діяльність. Участь у волонтерських ініціативах, підтримка Збройних Сил України, поширення проукраїнського інформаційного контенту в соцмережах – усе це розглядається як прояви не лише патріотизму, а й соціальної зрілості, що базується на високому рівні емоційної чутливості, емпатії, рефлексії та здатності до соціального прогнозування.

Особливо цінним є висновок дослідників про позитивний вплив соціального інтелекту на психоемоційний стан особистості. Волонтерська діяльність, участь у громадських ініціативах та інше знижують рівень тривожності, підвищують самооцінку, формують відчуття контролю над ситуацією. Це дозволяє розглядати соціальний інтелект як ресурс психологічної стійкості в умовах тривалого соціального стресу, характерного для війни.

Соціальний інтелект виступає не лише засобом ефективної комунікації, а й дозволяє людині знаходити особистісний сенс у кризових подіях, трансформувати тривогу в соціально корисну діяльність, зберігати мотивацію та контролювати емоційні реакції.

Виходячи з результатів досліджень науковців, ми можемо стверджувати, що люди з розвиненим соціальним інтелектом демонструють нижчий рівень тривожності та депресивних станів у кризових умовах, більше покладаються на конструктивні стратегії подолання і активніше використовують підтримку з боку соціального оточення.

Висновок. Соціальний інтелект у контексті воєнних реалій виступає не лише індивідуальним ресурсом, а й важливим чинником колективної адаптації, що сприяє збереженню психічного здоров'я, відновленню життєвих сил та побудові нової соціальної ідентичності у змінених обставинах. Він підвищує здатність до саморегуляції та зменшує негативні психологічні наслідки війни. Подальші дослідження можуть зосередитись на практичних методиках розвитку соціального інтелекту у групах, постраждалих від війни.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Любочкіна Г. Розуміння соціального інтелекту в науці // Вісник Національного університету «Львівська політехніка». Серія: Юридичні науки : зб. наук. пр. – 2017. – № 884. – С. 52–58.
2. Матеюк О., Суходоля Ю. Соціальний інтелект: психологічний феномен та теоретична проблема // Вісник Львівського університету. Серія: психологічні науки. – 2021. – Вип. 11. – С. 113–123.
3. Старинська О. Проблема психологічної сутності понять “соціальний інтелект” та “емоційний інтелект”: науковий дискурс // Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Психологія. – 2022. – Вип. 3 (56). – С. 40–44.
4. Filges T. Management of social intelligence in the context of developing resilience // Economics, Entrepreneurship, Management. – 2022.
5. Liu H., Boyatzis R.E. Focusing on resilience and renewal from stress: The role of emotional and social intelligence competencies // Frontiers in Psychology. – 2021.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Харченко В.Є.

УДК: 159.98:355.233:355.4

Бабенко В.О.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО ВЕДЕННЯ БОЙОВИХ ДІЙ

У статті досліджуються особливості міжособистісних стосунків у трудовому колективі військовослужбовців, аналізується вплив психологічної підготовки на згуртованість, комунікативні навички та мотивацію. Виявлено зв'язки між психологічною стійкістю, впевненістю у

власних силах і ефективністю командної взаємодії, підтверджені кореляційним аналізом. Запропоновано рекомендації для вдосконалення програм психологічної підготовки.

Ключові слова: міжособистісні стосунки, трудовий колектив, психологічна підготовка, згуртованість, комунікативні навички, мотивація, військовослужбовці.

This article investigates the peculiarities of interpersonal relationships within the work collective of military personnel, focusing on the impact of psychological training on cohesion, communication skills, and motivation. Correlations between psychological resilience, self-efficacy, and effective team interaction were identified through statistical analysis. Recommendations for enhancing psychological training programs are provided.

Key words: interpersonal relationships, work collective, psychological training, cohesion, communication skills, motivation, military personnel.

Міжособистісні стосунки в трудовому колективі військовослужбовців є ключовим фактором, що визначає ефективність виконання завдань у стресових і небезпечних умовах бойової діяльності. Недостатня згуртованість, слабкі комунікативні навички або низька мотивація можуть призводити до конфліктів, порушення дисципліни та зниження психологічної стійкості, що особливо критично в умовах бойового стресу. Військовослужбовці, які зазнають психологічного навантаження без належної підготовки, можуть проявляти агресивність, втрачати довіру до колег або відчувати демотивацію, що ускладнює командну взаємодію. Таким чином, виникає потреба дослідити особливості міжособистісних стосунків у військових колективах і визначити, як психологічна підготовка може сприяти їх зміцненню та підвищенню ефективності командної роботи.

Сучасні дослідження підкреслюють важливість психологічної підготовки для формування міцних міжособистісних стосунків у військових підрозділах. А. Сірий зазначає, що відсутність своєчасної психологічної підтримки може призводити до конфліктності, агресії та нестатутних відносин, що руйнують згуртованість колективу [7]. І. Приходько вказує, що в екстремальних умовах когнітивні процеси, такі як сприйняття чи прийняття рішень, зазнають змін, що може ускладнювати комунікацію через звуження уваги до окремих аспектів ситуації [6]. В. Стасюк наголошує на необхідності тренувань, які моделюють бойові умови, для розвитку навичок командної взаємодії [8].

А. Лиман підкреслює роль групової мотивації, яка формується через взаємну довіру та згуртованість, як основи міцних міжособистісних стосунків [3]. С. Польовий визначає психологічну підготовку як комплексний процес, спрямований на формування стійкості та комунікативних здібностей у складних умовах [5]. А. Гачак-Величко акцентує на завданнях морально-психологічного забезпечення, таких як

виховання дисципліни та патріотичних цінностей, що сприяють згуртованості [2]. Н. Мась зазначає, що психологічна підготовка включає індивідуальні та колективні аспекти, які підвищують ефективність взаємодії [4]. В. Алещенко підкреслює, що психологічна готовність охоплює особистісну та функціональну складові, які впливають на здатність до співпраці в колективі [1].

Метою статті є аналіз особливостей міжособистісних стосунків у трудовому колективі військовослужбовців, оцінка впливу психологічної підготовки на згуртованість, комунікативні навички та мотивацію, а також розробка рекомендацій для вдосконалення програм психологічної підготовки з метою підвищення ефективності командної взаємодії.

Дослідження проводилося на базі 68-ї бригади в/ч А4056 із вибіркою з 40 військовослужбовців – чоловіків віком від 27 до 45 років. Вибірка включала як рядовий склад, так і офіцерів із різним стажем служби, що забезпечило різноманітність професійного досвіду. Експеримент складався з трьох етапів: початкової діагностики психологічного стану, впровадження програми психологічної підготовки для експериментальної групи (20 осіб) і повторної діагностики для порівняння результатів із контрольною групою (20 осіб).

На першому етапі використовувалися методики оцінки психофізіологічного стану (О. Кокун), готовності до ризику (Г. Шуберт), самоефективності (Р. Шварцер, М. Єрусалем) та адаптивності («Адаптивність-200»). Результати показали, що значна частина військовослужбовців мала труднощі з адаптацією до стресових умов. Наприклад, близько третини учасників демонстрували знижений психофізіологічний стан, що проявлялося у підвищеній тривожності або нестабільному емоційному стані, що могло ускладнювати міжособистісну взаємодію. Водночас більшість мала середній рівень готовності до ризику, що свідчить про здатність адекватно оцінювати небезпеку, але потребу в додаткових тренінгах для менш впевнених учасників. Понад 40% вибірки показали низьку або нижче середнього впевненість у власних силах, що вказує на необхідність роботи над самооцінкою для ефективної командної роботи. За показниками адаптивності, значна частка мала проблеми з комунікативними навичками та дотриманням моральних норм, що могло впливати на згуртованість підрозділу. Проте низький рівень суїцидального ризику та девіантної поведінки свідчить про відносну психологічну стабільність вибірки.

Кореляційний аналіз виявив кілька важливих зв'язків. Наприклад, кращий психофізіологічний стан асоціювався з вищою мотивацією до служби ($r=0,336$, $p<0,05$), що підкреслює, як емоційна стабільність сприяє професійній залученості. Готовність до ризику мала помірний зв'язок зі стійкістю до бойового стресу ($r=0,423$, $p<0,01$), що вказує на те, що військовослужбовці, які впевнено діють у небезпечних ситуаціях, краще справляються зі стресом, сприяючи ефективній взаємодії в колективі.

Слабший зв'язок між впевненістю у власних силах і стійкістю до стресу ($r=0,266$, $p<0,1$) підкреслює, що підвищення самоефективності може додатково зміцнити командну роботу.

Програма психологічної підготовки для експериментальної групи тривала два місяці та включала групові тренінги, які проводилися психологами та інструкторами з бойової підготовки. Заняття були спрямовані на розвиток стійкості до стресу через когнітивно-поведінкові техніки, підвищення впевненості через вправи з постановки цілей, вдосконалення комунікативних навичок шляхом групової взаємодії та зміцнення мотивації через аналіз професійного досвіду. Симуляційні вправи відтворювали бойові ситуації, допомагаючи учасникам адаптуватися до стресових умов у контрольованому середовищі. Груповий формат сприяв обміну досвідом і зміцненню довіри між військовослужбовцями, що позитивно позначилося на згуртованості.

Повторна діагностика показала, що експериментальна група досягла значного прогресу в окремих аспектах. Зокрема, учасники продемонстрували вищу впевненість у своїх силах ($t=2,33668$, $p\leq 0,05$), що проявлялося у кращій здатності планувати дії та досягати цілей, сприяючи ефективнішій командній взаємодії. Стійкість до бойового стресу також зросла ($t=2,09109$, $p\leq 0,05$), що дозволило учасникам краще справлятися з емоційним напруженням і зберігати самоконтроль, зміцнюючи міжособистісні стосунки в колективі. Водночас програма не вплинула суттєво на психофізіологічний стан ($t=-0,89297$, $p>0,05$) і готовність до ризику ($t=0,8524$, $p>0,05$), що може бути пов'язано з недостатньою увагою до технік релаксації або впливом зовнішніх факторів, таких як загальна втома.

Програма виявилася ефективною завдяки орієнтації на потреби військовослужбовців, визначені на основі діагностики. Групові заняття та симуляційні вправи допомогли учасникам не лише розвинути індивідуальні психологічні якості, а й зміцнити взаємодію в колективі, що є ключовим для згуртованості. Проте обмежений вплив на психофізіологічний стан і готовність до ризику вказує на потребу вдосконалення програми, наприклад, через додавання вправ для фізичної релаксації або моделювання ситуацій, що вимагають швидких рішень.

Дослідження показало, що міжособистісні стосунки в трудовому колективі військовослужбовців залежать від психологічної стійкості, впевненості у власних силах і комунікативних навичок. Програма психологічної підготовки сприяла підвищенню стійкості до стресу та впевненості, що позитивно позначилося на згуртованості та командній взаємодії. Статистичні дані підтвердили, що учасники експериментальної групи досягли кращих результатів у цих аспектах порівняно з контрольною групою, що підкреслює ефективність тренінгів. Однак відсутність значних змін у психофізіологічному стані та готовності до ризику вказує на необхідність перегляду програми.

Для вдосконалення пропонується збільшити тривалість занять, додати техніки релаксації та медитації, а також розробити індивідуалізовані підходи для учасників із різним рівнем підготовки. У перспективі доцільно дослідити довгостроковий вплив міжособистісних стосунків на бойову ефективність, а також інтегрувати сучасні технології, такі як віртуальна реальність, для створення реалістичних тренувальних умов. Подібні заходи допоможуть створити міцніший і згуртованіший трудовий колектив, здатний ефективно виконувати завдання в умовах бойової діяльності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Алещенко В. Розвиток психологічної підготовки військовослужбовців у Збройних Силах України до дій у стресогенних умовах. *Вісник Національного університету оборони України*, №85(3), 2025. С. 16–24. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-85-3-16-24>
2. Гачак-Величко Л.А психологічний супровід військовослужбовців у зоні ведення бойових дій. *Габітус*. №46. 2023. С. 129-133.
3. Лиман А. Психологічні особливості мотивації військовослужбовців Національної гвардії України. *Honor and Law*. №2.77. 2021. С. 81-88.
4. Мась Н. М. Психологічна підготовка військовослужбовців до дій у особливих умовах. *Вісник Національного університету оборони України*. №3. 2014. С. 280-285.
5. Польовий С. Особливості психологічного стану військовослужбовців в зоні проведення бойових дій. *Актуальні соціальні тренди як предмет соціогуманітарних та психологічних наук: матеріали Інтернет-конференції молодих науковців*, м. Житомир, 23 листопада 2023 р. / Ред. кол.: О. А. Черниш, В. М. Слюсар, І. О. Гайдай та ін. Житомир : Житомирська політехніка, 2023. С. 140-146.
6. Приходько І. І. Психологічні особливості службово-бойової діяльності військовослужбовців Національної гвардії України при проведенні антитерористичної операції. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки*. №2. 2015. С. 35-39.
7. Сірий А. В. Психологічні особливості військово-професійної діяльності військовослужбовців за контрактом. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. №2. 2010. С. 35-39.
8. Стасюк В. В. Організаційні принципи та напрямки діяльності щодо профілактики психічних розладів в умовах підготовки до ведення бойових дій. *Вісник Національного університету оборони України*. №5. 2013. С. 295-301.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ЛЮДЕЙ З ОЗНАКАМИ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ

У статті розглядаються психологічні особливості людей з ознаками ПТСР, які проявляються в умовах українських реалій війни. Досліджується ефективність застосування програми психологічного супроводу та комплексу валідних психодіагностичних методик для виявлення специфіки проявів посттравматичного стресового розладу й оцінки ефективності втручання щодо зменшення симптомів, рівня стресу, покращення емоційного стану, психічного здоров'я та суб'єктивного благополуччя травмованих осіб.

Ключові слова: посттравматичний стресовий розлад, психологічний супровід, емоційний стан, психодіагностична методика, психічне здоров'я.

The article examines the psychological characteristics of people with signs of PTSD, which manifest themselves in the conditions of the Ukrainian realities of war. The effectiveness of the application of a psychological support program and a set of valid psychodiagnostic methods for identifying the specifics of post-traumatic stress disorder manifestations and assessing the effectiveness of the intervention in reducing symptoms, stress levels, improving emotional state, mental health and subjective well-being of traumatized individuals is investigated.

Keywords: post-traumatic stress disorder, psychological support, emotional state, psychodiagnostic method, mental health.

Постановка проблеми. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) є серйозною психологічною проблемою, яка виникає внаслідок впливу травматичних подій, таких як війни, природні катастрофи, насильство чи втрата близьких. В умовах сучасного світу, зокрема в Україні, де триває збройний воєнний супротив проти потужної військової агресії, кількість людей із симптомами ПТСР невпинно зростає, що робить тему психологічного супроводу осіб із ПТСР надзвичайно актуальною, адже наслідки цього розладу впливають не лише на індивідуальний рівень, але й на суспільство в цілому. Дослідження психологічного супроводу людей із ознаками ПТСР має не лише наукове, але й практичне значення. Воно спрямоване на вирішення актуальних проблем, пов'язаних із психічним здоров'ям, і сприяє створенню ефективних стратегій підтримки, які допоможуть людям подолати наслідки травматичних подій і повернутися до повноцінного життя. В умовах сьогодення ця тема є критично важливою для забезпечення психологічного добробуту населення та зміцнення соціальної стабільності в Україні.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Науковці визначають, що посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) може розвинутися у людей будь-якого віку після пережиття травматичних подій, що характеризуються загрозою життю, фізичною чи психологічною безпекою. Т. Тернопольська-Чернікова зазначає: «Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) – це розлад психічного здоров'я, що розвивається після пережитої або побаченої травматичної події. Такою подією може стати побачений бій, побачена загибель людини, ракетний обстріл, сексуальне насильство тощо» [6]. Ю. Асеева вказує, що посттравматичний стресовий розлад є патологічним станом, що розвивається як реакція на надзвичайно стресову або травматичну подію, таку як участь у бойових діях, природні катастрофи, фізичне чи сексуальне насильство [1].

С. Лукомська зазначає, що дослідження вказують, що стать відіграє значну роль у схильності до розвитку ПТСР. Жінки мають вищу ймовірність розвитку цього розладу порівняно з чоловіками. За даними епідеміологічних досліджень, жінки приблизно вдвічі частіше діагностуються з ПТСР після травматичних подій [3]. Л. Ободовська, Н. Шавровська зазначають, що історія психічних розладів. Наявність в анамнезі психічних розладів, таких як депресія, тривожні розлади чи біполярний розлад, значно підвищує ризик розвитку ПТСР. Попередні психічні захворювання можуть свідчити про знижену стійкість до стресу або дисфункцію у механізмах регуляції емоцій [4]. І. Щирук підкреслює, що довготривале переживання травматичної події. Хронічні або повторювані травми, такі як тривале перебування в зоні бойових дій, домашнє насильство чи затяжні стресові ситуації, підвищують ймовірність ПТСР [8]. Pham C. H. Зазначає, що соціальна підтримка є критично важливим фактором, що впливає на здатність людини справлятися з наслідками травматичних подій. Відсутність підтримки з боку сім'ї, друзів чи громади може значно підвищувати ризик розвитку ПТСР [9]. Л. Ободовська зазначає, що психологічний супровід осіб із ПТСР має бути зосередженим на травматичному досвіді, щоб допомогти людині переосмислити його в безпечному середовищі [4]. З. Кісарчук вважає, що ефективним методом є десенсибілізація та переробка рухами очей, відомий як EMDR, що використовує двосторонню стимуляцію, наприклад рухи очей, щоб допомогти обробити травматичні спогади, які часто зберігаються у фрагментованому вигляді та викликають сильний дистрес [7]. На думку Л. Дзюбка, раннє втручання відіграє ключову роль у з апобіганніхронізації ПТСР [2].

Л. Омельченко підкреслює, що доступ до психологічної допомоги залишається обмеженим через фінансові чи логістичні бар'єри, особливо в умовах економічної нестабільності в Україні [5].

Отже психологічний супровід осіб із ПТСР є багатогранним процесом, який вимагає індивідуалізованого, емпатійного та комплексного підходу.

Формулювання цілей статті. Метою статті є аналіз особливостей психологічного супроводу людей з ознаками посттравматичного стресового розладу, дослідження психологічних механізмів ПТСР, зокрема особливостей його прояву в українському контексті та розробка програми психологічного супроводу людей з ознаками ПТСР на основі результатів емпіричного дослідження.

Виклад основного матеріалу дослідження. Емпіричне дослідження, проведене на вибірці з 54 осіб, які зазнали впливу воєнних дій, втрати близьких чи інших травматичних подій, виявило значний вплив ПТСР на психологічний стан. Результати діагностики за методиками PCL-5, PSS-10, SPANE, Модифікованою шкалою суб'єктивного благополуччя БіБіСі та тестом «Мета в житті» показали переважаючий помірний рівень симптомів ПТСР, підвищеного стресу, дисбалансу емоцій на користь негативного афекту, зниження суб'єктивного благополуччя та часткову втрату сенсу життя. Кореляційний аналіз підтвердив зв'язок між тяжкістю ПТСР і вищим рівнем стресу, зниженням благополуччя та екзистенційної орієнтації.

Першочергово було проаналізовано результати за опитувальником посттравматичного стресового розладу (PCL-5) та встановлено, що низький рівень симптомів ПТСР спостерігався у 40,7% учасників, що вказує на те, що значна частина вибірки мала слабо виражені або мінімальні прояви розладу, які не досягали клінічно значущого порогу. Середній рівень симптомів ПТСР був зафіксований у 46,3% учасників, що становить найбільшу частку вибірки. Даний результат свідчить про помірну вираженість симптомів, які можуть впливати на повсякденне життя, але не завжди відповідають повному діагностичному критерію ПТСР. Високий рівень симптомів, який вказує на значну тяжкість розладу та ймовірність клінічного діагнозу, був виявлений у 13% учасників.

Результати аналізу даних, отриманих за PSS-10, показали розподіл учасників за рівнями сприйнятого стресу. Низький рівень стресу, що свідчить про відносно стабільне сприйняття життєвих ситуацій і мінімальний вплив стресових факторів, був зафіксований у 38,9% учасників, що може вказувати на те, що частина осіб у вибірці мала достатні адаптаційні ресурси для подолання стресу, попри пережитий травматичний досвід. Середній рівень сприйнятого стресу, який відображає помірне відчуття напруги та перевантаження, спостерігався у 27,8% учасників. Високий рівень сприйнятого стресу, що вказує на значне суб'єктивне перевантаження та труднощі в управлінні життєвими ситуаціями, було виявлено у 33,3% учасників. Високий рівень стресу в третини учасників вказує на необхідність цілеспрямованих інтервенцій для зниження психологічного навантаження.

Результати аналізу даних за SPANE показали середні значення для двох основних шкал. Позитивні переживання, які відображають частоту таких емоцій, як радість, задоволення чи натхнення, отримали середній бал 15,87. Даний показник свідчить про відносно низький рівень позитивних

емоцій у вибірці, що може бути пов'язано з впливом травматичного досвіду, який часто призводить до зниження здатності відчувати радість чи оптимізм. Негативні переживання, що включають емоції, такі як тривога, смуток чи гнів, мали середній бал 17,63. Вищий показник негативного афекту порівняно з позитивним вказує на переважання негативних емоційних станів серед учасників, що є характерною рисою ПТСР, особливо в умовах хронічного стресу, спричиненого війною. Переважання негативного афекту, ймовірно, пов'язане з такими симптомами ПТСР, як нав'язливі спогади чи підвищена тривожність, що підтверджується попередніми результатами за PCL-5 і PSS-10.

Загальний показник суб'єктивного благополуччя продемонстрував, що 77,8% учасників мали низький рівень, що вказує на значне зниження загального відчуття благополуччя внаслідок травматичного досвіду. Середній рівень суб'єктивного благополуччя спостерігався у 20,4% учасників, що відображає помірне збереження здатності адаптуватися до життєвих обставин. Високий рівень суб'єктивного благополуччя був зафіксований лише у 1,8% учасників, що підтверджує серйозний вплив ПТСР на якість життя більшості вибірки. Отримані результати свідчать про значне зниження суб'єктивного благополуччя в досліджуваній групі, особливо в психологічній і соціальній сферах, що узгоджується з попередніми даними за PCL-5, PSS-10 і SPANE. Низький рівень психологічного благополуччя та стосунків, а також високий відсоток учасників із низьким загальним суб'єктивним благополуччям підкреслюють необхідність цілеспрямованого психологічного супроводу для відновлення цих аспектів.

Результати аналізу даних за тестом «Мета в житті» показали розподіл учасників за рівнями осмисленості життя. Низький рівень, який може вказувати на відчуття екзистенційної порожнечі чи відсутність життєвих цілей, було зафіксовано у 44,5% учасників. Такий високий відсоток свідчить про значний вплив травматичного досвіду на сприйняття сенсу життя, що є характерним для осіб із ПТСР, адже такі симптоми, як емоційне заціпеніння чи песимістичні думки, можуть підривати відчуття мети. Середній рівень осмисленості життя спостерігався у 37% учасників, що вказує на помірну здатність знаходити сенс або мотивацію до його пошуку, попри пережитий травматичний досвід. Високий рівень, який відображає чітке відчуття мети та мотивацію до осмислення життя, був притаманний 18,5% учасників. Такий показник, хоча й відносно низький, свідчить про наявність у частини вибірки психологічних ресурсів для збереження екзистенційної орієнтації. Високий відсоток учасників із низьким рівнем сенсу життя підкреслює необхідність включення екзистенційних компонентів у програми психологічного супроводу, спрямовані на відновлення мети та мотивації.

Розробка програми психологічного супроводу для осіб із ознаками посттравматичного стресового розладу (ПТСР) була здійснена з урахуванням результатів первинної діагностики, проведеної на вибірці з

54 осіб. Програма була застосована до 27 учасників експериментальної групи мала на меті зменшення тяжкості симптомів ПТСР, зниження рівня сприйнятого стресу, покращення емоційного балансу, суб'єктивного благополуччя та відновлення відчуття сенсу життя з подальшим порівнянням результатів відносно тих осіб із загальної групи до , яких вона не була застосована.

Програма була спрямована на досягнення кількох ключових результатів: зменшення тяжкості симптомів ПТСР (зниження балів за PCL-5), зниження рівня сприйнятого стресу (за PSS-10), покращення емоційного балансу (збільшення позитивного афекту за SPANE), підвищення суб'єктивного благополуччя (за шкалою БіБіСі) та відновлення відчуття сенсу життя (за тестом «Мета в житті»). Очікувалося, що учасники експериментальної групи продемонструють значніші покращення порівняно з контрольною групою, яка не отримувала втручання. Програма виявилася ефективною для полегшення симптомів ПТСР, зниження стресу та покращення емоційного стану, але потребує вдосконалення для впливу на суб'єктивне благополуччя та екзистенційні аспекти.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Сучасні технології відкривають нові можливості для психологічного супроводу. Використання віртуальної реальності дозволяє створювати контрольоване середовище для роботи з травматичними спогадами, що може бути ефективним для експозиційної терапії. Онлайн-платформи для консультацій розширюють доступ до підтримки, що є критично важливим для України, де багато людей живуть у віддалених регіонах .

Техніки релаксації, такі як глибоке дихання та прогресивна м'язова релаксація, навчають справлятися з тривожністю та гіперактивністю. Групові заняття, які проводяться через відеоконференції, сприяють обміну досвідом і створенню відчуття спільноти, що допомагає зменшити соціальну ізоляцію та посилити внутрішні ресурси при явищах дистресу.

Отже, програма може бути ефективною для полегшення симптомів ПТСР, зниження стресу та покращення емоційного стану, але потребує вдосконалення для впливу на суб'єктивне благополуччя та екзистенційні аспекти і може бути початковою ланкою в процесі психологічного супроводу.

Отримані результати підкреслюють важливість травмофокусованих інтервенцій і необхідність їх адаптації до українського контексту, а також вказують на перспективу вдосконалення програм для посилення впливу на екзистенційні аспекти та загальне благополуччя.

У майбутньому розвиток психологічного супроводу має бути зосереджений на міждисциплінарному підході, який поєднує психологічну, медичну та соціальну допомогу.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Асєєва Ю. О., Аймедов К. В., Яцишина А. М. Визначення поняття ПТСР у військових: теоретичні основи, клінічні прояви та фактори ризику. *Ментальне здоров'я*. №2. 2024. С. 8-17.
2. Дзюбо Л. В., І. В. Мельник. Психологічний супровід дітей у стані хронічного стресу в умовах війни. *Наукові перспективи (Серія «Державне управління», Серія «Право», Серія «Економіка», Серія «Медицина», Серія «Педагогіка», Серія «Психологія»)*. №8.50. 2024. С. 825-838.
3. Лукомська С. О. Вираженість симптомів ПТСР в учасників АТО різного віку. *Post traumatic stress disorder: Adults, Children and Families in a War Situation*. №2. 2018. С.132-143.
4. Ободовська Л., Н. Шавровська. Посттравматичний стресовий розлад: особливості психологічного супроводу. *Науковий процес та наукові підходи: методика та реалізація досліджень: матеріали Міжнар. конф.: у. № 2. 2020. С. .89-91.*
5. Омельченко Л. М. Методи психологічної допомоги при ПТСР. *Роль психології в часі відстоювання незалежності країни: зб. матеріалів Всеукраїнської науково-практичної онлайн-конференції молодих вчених*, Київ, 14 жовтня 2022 р. Київ : НУБіП України, 2022. С. 32-34.
6. Тернопольська-Чернікова Т. В. Специфіка психологічної допомоги і підтримки у людей з ПТСР *Психологічні особливості переживання ситуації невизначеності: збірник матеріалів XIII Міжнародної науково-практичної конференції (16–17 березня 2023 р., Т. 2, м. Ніжин) / за ред. М. В. Папучі. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2023. С. 115-119*
7. Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу: монографія / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос та ін.; за ред. З. Г. Кісарчук. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2020. 178 с.
8. Щирук І. А. Психологічні особливості негативних наслідків посттравматичного стресового розладу й травмування у військовослужбовців та осіб, постраждалих на бойовий стрес. *Наукові записки. Серія: Психологія*. №3. 2024. С. 87-93.
9. Pham C. H. The role of psychological support interventions in trauma patients on mental health outcomes: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Trauma and Acute Care Surgery*. №87.2. 2019. P. 463-482.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

УДК: 159.942.5-049.65:159.944-022.258

Балабай Г.В.

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ХРОНІЧНОГО СТРЕСУ

У статті досліджуються психологічні механізми захисту в умовах криз, їхній вплив на емоційне вигорання та стресостійкість. Емпіричне дослідження виявило низьку резилієнтність і труднощі з емоційною регуляцією, що підвищують ризик вигорання.

Ключові слова: психологічний захист, кризові ситуації, емоційне вигорання, резилієнтність, стрес, копінг-стратегії.

The article examines psychological defense mechanisms in crisis situations, their impact on emotional burnout and stress tolerance. Empirical research has revealed low resilience and difficulties with emotional regulation, which increase the risk of burnout.

Key words: psychological defense, crisis situations, emotional burnout, resilience, stress, coping strategies.

Постановка проблеми. Кризові ситуації, такі як війни, економічна нестабільність чи особисті втрати, створюють значне психоемоційне навантаження, що може призводити до емоційного вигорання та порушення психологічної рівноваги. Психологічні механізми захисту відіграють важливу роль у адаптації до стресу, допомагаючи знижувати тривогу, однак їх неадекватне використання може посилювати ризик вигорання, знижуючи здатність ефективно справлятися з викликами. У сучасному українському контексті, де хронічний стрес спричинений війною та соціальними викликами, розуміння цих механізмів є критично важливим для розробки стратегій психологічної підтримки, спрямованих на запобігання емоційному виснаженню та зміцнення ментального здоров'я.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Емоційне вигорання як психологічний феномен уперше описав Г. Фройденбергер у 1970-х роках, звернувши увагу на фізичне та психічне виснаження працівників соціальних служб через надмірне емоційне навантаження. Даний стан характеризується втратою мотивації, зниженням продуктивності та відчуттям безпорадності [5]. Класична модель К. Масlach і С. Джексон, розроблена у 1980-х роках, визначає вигорання через три виміри: емоційну виснаженість, деперсоналізацію та зниження відчуття особистих досягнень. Емоційна виснаженість проявляється у втомі та втраті енергії, деперсоналізація – у цинічному ставленні до інших, а зниження особистих досягнень – у відчутті некомпетентності [6]. В. Шкраб'юк і Д. Білик підкреслюють, що вигорання виникає через надмірну відданість роботі за умов нехтування особистим життям, що підсилює стрес-реакцію [4].

А. Івасюк наголошує, що індивідуальні риси, такі як перфекціонізм, надмірна відповідальність чи низька резилієнтність, підвищують вразливість до вигорання. Емоційна чутливість і труднощі з установленням меж у спілкуванні також сприяють виснаженню, особливо в професіях із високою взаємодією, таких як медицина чи освіта [1]. Л. Прокопенко вказує, що професійна діяльність із постійною емоційною залученістю є основним джерелом хронічного стресу, а вторинна травма від співпереживання клієнтам ще більше погіршує стан [3]. Н. Мельник додає, що висока відповідальність на початку кар'єри може викликати тривогу, безсоння та

емоційне виснаження, що змушує вдаватися до психологічного захисту або навіть змінювати професію [2].

Формулювання цілей статті. Метою статті є дослідження особливостей психологічного захисту особистості в кризових ситуаціях, аналіз їхнього впливу на емоційне вигорання, резилієнтність і емоційну регуляцію.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження охопило 70 осіб віком від 23 до 55 років, включаючи медичних працівників, викладачів, представників державної служби та студентів. Гендерний розподіл складав 47 жінок і 23 чоловіків, що дозволило врахувати вплив гендерних факторів. Вибірка відображала різноманітність професійного досвіду та умов праці, забезпечуючи аналіз психологічного захисту в різних контекстах. Використано методики оцінки резилієнтності (ІДР-14), труднощів емоційної регуляції (DERS), особистісних ресурсів, сприйнятого стресу (PSS-10), потенціалу вигорання (Л. Карамушка) та рівня емоційного вигорання (В. Бойко).

Аналіз резилієнтності за методикою ІДР-14 показав, що 77,1% учасників мають низький загальний рівень психологічної стійкості, що вказує на обмежену здатність ефективно справлятися з хронічним стресом. За субшкалою позитивного мислення 65,7% учасників демонструють низький рівень, що ускладнює підтримання оптимізму в складних ситуаціях, тоді як середній рівень (22,9% осіб) і високий (11,4% респондентів) є менш поширеними. Субшкала способу життя, спрямованого на копінг, показала низький рівень у 68,6% учасників, що відображає труднощі з активними стратегіями подолання стресу, хоча 27,1% респондентів мають високий рівень, вказуючи на наявність адаптивних стратегій у частини вибірки. Субшкала віри та надії також переважно низька (64,3% учасників), з середнім рівнем у 22,9% осіб і високим – у 12,8%, що свідчить про слабку духовну стійкість. Низька резилієнтність підвищує вразливість до вигорання, але активні копінг-стратегії у деяких учасників є захисним фактором.

Дослідження труднощів емоційної регуляції за шкалою DERS виявило значні проблеми у 50% учасників із дуже високим рівнем труднощів і 28,6% із високим, що вказує на підвищену вразливість до вигорання. Субшкала «Обмежений доступ до стратегій регулювання емоцій» має найвище середнє значення (20,96), що відображає труднощі з управлінням емоціями, тоді як «Неприйняття емоційних реакцій» (18,44), «Відсутність емоційного усвідомлення» (17,29) і «Труднощі з контролем імпульсів» (17,27) також вказують на помірні проблеми. Найнижче значення за субшкалою «Відсутність емоційної чіткості» (14,8) свідчить про менш виражені труднощі з розумінням емоцій, але все ще обмежує адаптацію. Високі показники труднощів емоційної регуляції підтверджують необхідність інтервенцій для розвитку навичок управління емоціями.

Оцінка особистісних ресурсів показала, що 64,3% учасників мають середній рівень загальної ресурсної наповненості, що дозволяє частково справлятися зі стресом. За субшкалою «Доступність ресурсів» середній рівень переважає у 41,4% осіб, низький – у 34,3%, а високий – у 24,3%, що вказує на помірну забезпеченість ресурсами. Субшкала «Стратегії відновлення ресурсів» демонструє низький рівень у 60% учасників і середній у 40% респондентів, без високого рівня, що є тривожним, оскільки обмежує здатність відновлювати психологічні ресурси. Емоційна спустошеність є помірною у 44,3% опитуваних, низькою у 47,1% учасників і високою у 8,6% осіб, що вказує на ризик виснаження у частини вибірки. Обмеженість стратегій відновлення підвищує вразливість до вигорання.

Рівень сприйнятого стресу за PSS-10 варіюється: 37,1% учасників мають середній рівень, 34,3% – низький, а 28,6% – високий. Високий рівень сприйнятого стресу відображає вплив війни та економічної нестабільності в Україні, підвищуючи ризик психологічних проблем. Низький рівень у третини вибірки свідчить про певну стійкість, але помірний стрес у більшості вказує на періодичну втрату контролю над ситуаціями.

Аналіз потенціалу вигорання за методикою Л. Карамушки показав, що 50% учасників мають низький рівень емоційного виснаження, 34,3% – середній, а 15,7% – високий, що вказує на певну стійкість у половини вибірки. Деперсоналізація є помірною у 40% респондентів, низькою у 38,6% і високою у 21,4%, відображаючи цинічне ставлення у частини учасників. Високе відчуття особистих досягнень у 48,6% опитуваних є захисним фактором, тоді як середній (34,3% учасників) і низький (17,1% респондентів) рівні вказують на зниження професійної самооцінки у деяких осіб.

Дослідження рівня емоційного вигорання за методикою В. Бойка виявило, що фаза напруження формується у 68,6% учасників, не сформована у 31,4% осіб, що відображає значний стресовий вплив. Фаза резистенції є найбільш вираженою (70% респондентів на етапі формування, 28,6% – не сформована, 1,4% – сформована), вказуючи на активне використання захисних механізмів, таких як неадекватне емоційне реагування (у 18,6% осіб сформовано), емоційно-моральна дезорієнтація (18,6% учасників), економія емоцій (18,6% респондентів) і редукція обов'язків (12,9%). Фаза виснаження формується у 45,7% опитуваних, не сформована – у 47,1%, а сформована – у 7,1%, з вираженими симптомами емоційного дефіциту у 15,7% учасників, емоційного відчуження – 15,7% осіб, особистісного відчуження – 18,6% респондентів і психосоматичних порушень у 10% опитуваних.

Найвищі рівні тривожності, депресії та незадоволеності собою виявлено у 18,6% учасників дослідження, а також значні показники почуття загнаності в кут зафіксовано у 17,1% респондентів, що суттєво впливає на розвиток емоційного вигорання.

Кореляційний аналіз за коефіцієнтом Пірсона виявив сильний негативний зв'язок між доступністю ресурсів і виснаженням ($r = -0,608$, $p < 0,001$), деперсоналізацією ($r = -0,576$, $p < 0,001$) та резистенцією ($r = -0,448$, $p < 0,001$), що підтверджує захисну роль ресурсів. Загальна ресурсна наповненість також знижує виснаження ($r = -0,521$, $p < 0,001$), деперсоналізацію ($r = -0,507$, $p < 0,001$) і резистенцію ($r = -0,393$, $p < 0,001$). Сильний позитивний зв'язок між виснаженням і деперсоналізацією ($r = 0,669$, $p < 0,001$) та резистенцією і деперсоналізацією ($r = 0,455$, $p < 0,001$) вказує на їх взаємопосилення. Слабкі зв'язки між ресурсами і труднощами емоційної регуляції (r від $-0,258$ до $0,252$, $p < 0,05$) та сприйнятим стресом і цілеспрямованою поведінкою ($r = -0,311$, $p < 0,01$) підкреслюють складність їхньої взаємодії.

Низька резилієнтність і значні труднощі емоційної регуляції (пояснюються впливом хронічного стресу, зумовленого війною та економічною нестабільністю в Україні. Обмежене позитивне мислення і слабка духовна стійкість знижують адаптацію, тоді як активні копінг-стратегії є захисним фактором. Високі показники труднощів із стратегіями регуляції емоцій посилюють вразливість до вигорання, що підтверджується емоційним виснаженням і деперсоналізацією. Помірна ресурсна наповненість дозволяє частково протистояти стресу, але відсутність високого рівня стратегій відновлення ресурсів є критичним недоліком. Високий сприйнятий стрес відображає вплив зовнішніх факторів, а переважання фази резистенції свідчить про активний психологічний захист, який може посилювати деперсоналізацію ($r = 0,455$, $p < 0,001$) і виснаження ($r = 0,669$, $p < 0,001$).

Висновки. Психологічний захист у кризових ситуаціях характеризується низькою резилієнтністю, значними труднощами емоційної регуляції і помірною ресурсною наповненістю, що підвищує ризик емоційного вигорання. Активні копінг-стратегії і високе відчуття особистих досягнень є захисними факторами, тоді як тривога, депресія і відчуження посилюють вразливість. Кореляційні зв'язки підтверджують, що психологічні ресурси знижують виснаження та деперсоналізацію, а резистенція посилює цинічне ставлення. Результати підкреслюють необхідність інтервенцій для розвитку резилієнтності та емоційної регуляції в умовах хронічного стресу в Україні.

Подальші дослідження можуть зосередитися на розробці програм для підвищення ресурсної наповненості та навичок емоційної регуляції. Важливим є аналіз впливу професійних і гендерних факторів на психологічний захист, а також оцінка ефективності методів, таких як когнітивно-поведінкова терапія, тренінги резилієнтності, для профілактики вигорання в кризових умовах.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Івасюк А. Генеза емоційного вигорання особистості. *Вісник Національного університету оборони України*, №78(2), 2024. С. 71-80. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2024-78-2-71-80>
2. Мельник Н. М. Особливості синдрому емоційного вигорання менеджерів по роботі з клієнтами. *Психологія: від теорії до практики: Інноваційні технології в роботі практичного психолога (матеріали VII Міжнародної науково-практичної конференції, 30 травня 2024 року, м. Суми) / за заг. ред. А. В. Вознюк, О. Ю. Василега. [у 2-х ч.]. Ч. 1. Суми: НВВ КЗ СОППО., 2024. С. 101-106.*
3. Прокопенко Л. С., А. Ю. Ромаскевич. Чинники емоційного вигорання вчителя. *Вісник студентського наукового товариства : збірник наукових праць студентів*. Вип. 16. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2017. С. 220-223.
4. Шкраб'юк В., Білик Д. Емоційне вигорання особистості: психологічний аналіз проблеми. *Молодий вчений*. №10 (86). 2020. С. 293-296.
5. Freudenberger H. Staffburnout, *Journal of Social Issues*. № 30, 1974. P. 159-165.
6. Maslach C. Finding solutions to the problem of burnout. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, №69(2), 2017. P. 143-152.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

УДК[159.9+316]:373.3/.5.07:005

Бандалет О.О.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ УПРАВЛІННЯ ЗАКЛАДОМ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

У статті висвітлено питання соціально- психологічних особливостей управління закладом загальної середньої освіти в умовах воєнного стану. Сформульовано рекомендації для здійснення ефективного управління закладом загальної середньої освіти в умовах сьогодення.

Ключові слова: управління персоналом, психологічний клімат, емоційне вигорання, професійна деформація, лідерство.

The article highlights the socio-psychological aspects of managing a general secondary education institution under martial law. Recommendations are formulated for the effective administration of a general secondary education institution in today's conditions.

Keywords: personnel management, psychological climate, emotional burnout, professional deformation, leadership.

Постановка проблеми. Сучасні умови воєнного стану в Україні створюють безпрецедентні виклики для системи загальної середньої освіти. Керівники закладів освіти змушені одночасно забезпечувати безпеку

учасників освітнього процесу, організовувати якісне навчання в умовах постійної нестабільності та підтримувати психологічну стійкість педагогічного колективу й учнів. Така багатовимірність завдань вимагає нових підходів до управління, де поряд із адміністративними діями важливу роль відіграють соціально- психологічні фактори: формування згуртованої команди, підтримка сприятливого психологічного клімату, попередження емоційного вигорання як керівників, так і педагогів, професійної деформації директорів і учителів, розвиток лідерства. Проблеми антикризового управління закладами освіти знайшли своє відображення в дослідженнях як зарубіжних, так і вітчизняних вчених (Л.Г. Бляхман, О.П. Кавтиш, Т.М. Сорочан). Дослідуючи суть і завдання управління в кризових ситуаціях, учені прийшли висновку, що таке управління відрізняється від звичайного специфічними прийомами й методами. Т.М. Сорочан, досліджуючи антикризовий менеджмент, зазначає, що «керівник має діяти як координатор і мотиватор: підтримувати команду, демонструвати впевненість, зберігати спокій, щоб колектив не піддався паніці. Діяти швидко, своєчасно, компетентно, відповідально» [4]. Водночас наукові дослідження, що комплексно висвітлюють особливості управління закладом загальної середньої освіти саме в умовах воєнного стану, є обмеженими. Недостатньо розроблені практичні рекомендації щодо психологічної підтримки керівників та персоналу, ефективної організації освітнього процесу в ситуації постійних ризиків і стресових факторів. Це зумовлює потребу в ґрунтовному аналізі соціально- психологічних аспектів управлінської діяльності керівників шкіл, розробленні дієвих стратегій та методів роботи, що забезпечать стабільність функціонування закладів освіти й збереження професійного потенціалу педагогічних колективів у надзвичайних обставинах.

Виклад основного матеріалу. Управління закладом загальної середньої освіти в умовах воєнного стану набуває комплексного характеру, поєднуючи адміністративні, організаційні та соціально-психологічні аспекти. Сучасні реалії вимагають від керівника не лише забезпечення безперебійного функціонування освітнього процесу, а й створення умов для збереження психоемоційного здоров'я всіх учасників освітнього середовища. Дослідження, проведені в Україні з 2022 року і пізніше, фіксують високі рівні тривоги, порушення сну та емоційного виснаження серед освітян, а також зростання потреби в психологічній підтримці у школах. Особливими стресорами для керівників закладів загальної середньої освіти в умовах війни є: загроза безпеці учасників освітнього процесу (постійний ризик обстрілів, повітряних тривог, необхідність швидкого реагування на надзвичайні ситуації; відповідальність за евакуацію та збереження життя дітей і працівників); нестабільність в організації навчання (часті зміни формату навчання: змішане/офлайн/онлайн, перебої з електропостачанням, інтернет зв'язком, труднощі з дотриманням навчальних програм у непередбачуваних умовах);

дефіцит кадрових і матеріальних ресурсів (виїзд учителів за кордон чи в інші регіони України, брак фінансування для ремонту укріплень, забезпечення технічних засобів навчання); психоемоційне навантаження (постійна тривога за колектив та власну родину, робота в умовах підвищеної відповідальності та невизначеності); комунікаційні виклики (необхідність підтримувати ефективний зв'язок з органами управління освіти, батьками, громадкістю; вирішення конфліктів, що виникають через різні очікування та страхи); додаткові адміністративно- правові вимоги (посилений документообіг: звітність про різні заходи, потреби, відвідування); збереження якості освіти та мотивації персоналу (підтримка професійного тону педагогів, профілактика емоційного вигорання, забезпечення психологічної підтримки учнів та педагогів). У сукупності ці чинники створюють багатовимірний стрес, що потребує розвитку кризових управлінських навичок, навичок швидкого прийняття управлінських рішень і системної психологічної підтримки як для керівника, так і для всього колективу.

За результатами опитування керівників закладів загальної середньої освіти щодо визначення стилю керівництва за К. Левінім в умовах воєнного стану 60% директорів обрали авторитарний стиль, так як умови воєнного стану вимагають швидкого ухвалення рішень, чіткої ієрархії та підпорядкування, жорсткий контроль за діяльністю колективу, регламентацію дій, що забезпечує оперативність під час надзвичайних ситуацій(повітряні тривоги, евакуації, перебої навчального процесу). 40% керівників ЗЗСО обрали демократичний стиль, так як цей стиль залучає колектив до обговорення рішень, підтримує відкриту комунікацію та взаємоповагу, сприяє збереженню командного духу, підвищенню мотивації та психологічної стійкості персоналу в умовах стресу. Відсутність ліберального стилю повністю виправдано умовами війни: дозвільний підхід не забезпечує необхідного рівня контролю та безпеки. Комбінація поєднання авторитарного та демократичного стилів в умовах війни дозволяє швидко приймати рішення в екстремальних умовах, водночас підтримувати певний рівень участі педагогічного колективу в прийнятті управлінських рішень, а також зберігати позитивний психологічний клімат педагогічних колективів. 40% опитаних керівників мають емоційне виснаження, яке проявляється у переживаннях, зниженні емоційного тону, підвищенні психічної виснаженості, втрати інтересу та позитивних почуттів до оточуючих, відчуття «пересиченості» роботою, незадоволеністю життям загалом. 60% керівників закладів загальної середньої освіти продемонстрували низький та середній рівні деперсоналізації, тобто мотивація керівників до виконання своїх професійних обов'язків висока, тому вони не зважаючи на воєнний стан в нашій державі, працюють на результат. Редукція професійних досягнень демонструє ступінь задоволення керівників собою як особистістю, так і своїм професіоналізмом. 80% директорів ЗЗСО демонструють високий і середній

рівні редукції. 20% керівників демонструють низькі рівні редукції, як наслідок це зниження професійної мотивації щодо виконання службових обов'язків.

Дослідження рівня тривожності керівників закладів за методикою Спілбергера-Ханіна дозволяють зробити висновки щодо реактивної тривожності директорів та особистісної. Серед опитаних 90% керівників ЗЗСО мають середній рівень реактивної тривожності, що свідчить про адекватну реакцію директорів на стресові ситуації. 10% директорів демонструють високий рівень реактивної тривожності, так як мають надмірну емоційну чутливість до стресової ситуації. За результатами дослідження особистої тривожності 80% керівників ЗЗСО виявили середній рівень, що свідчить загалом про адаптивний стан їхньої нервово-емоційної сфери, достатню здатність контролювати напруження та підтримувати ефективність діяльності навчального закладу навіть за умов підвищеного стресу, притаманного періоду воєнного стану. За результатами дослідження за методикою Л. Уманського, адаптованою О. Фідлер, соціально-психологічного клімату колективів, 80% адміністративних команд демонструють сприятливий СПК (високий рівень довіри та згуртованості між собою). Ключовим чинником ефективності управління стає лідерство керівника. У кризових умовах лідерство проявляється у здатності швидко приймати рішення, мотивувати команду, підтримувати моральний дух, демонструвати впевненість та емпатію. Лідерський стиль, заснований на партнерстві й співучасті, підвищує рівень залученості педагогічного колективу до прийняття управлінських рішень та сприяє збереженню професійної стабільності.

На основі отриманих результатів був проведений кореляційний аналіз задля виявлення взаємозв'язків між рівнем емоційного вигорання і ефективністю роботи керівника. Коефіцієнт кореляції Пірсона $= -0.11$. Можемо зробити висновок: напрямок негативний, так як за наявності вигорання у керівника ефективність його роботи трохи знижується. Між вигоранням і ефективністю роботи ($|r| \approx 0.1$), зв'язок є, але невеликий. Маємо також слабкий позитивний показник кореляції із особистої тривожності $= 0.34$. Такий механізм часто є ефективним для керівника, який намагається знизити емоційну напругу, отриману в стресових обставинах. Отже, помірна тривожність стимулює до кращої роботи, тобто виступає ефектом мобілізації. Негативна, хоч і слабка кореляція за шкалою «реактивна тривожність» $= -0.21$ засвідчує, що підвищена миттєва тривожність знижує продуктивність праці керівника ЗЗСО. Отже, використання зазначених психометричних інструментів дозволяє отримати об'єктивні та детальні дані про рівень стресу та емоційного вигорання серед адміністративного персоналу закладів. Ці дані є основою для розробки ефективних заходів щодо підтримки психічного здоров'я працівників та оптимізації організаційної культури в умовах воєнного стану.

Висновок. Отже, соціально-психологічні особливості управління закладом загальної середньої освіти в умовах воєнного стану полягають у поєднанні адміністративної гнучкості, турботи про безпеку та цілеспрямованої підтримки емоційної стійкості всіх учасників освітнього процесу. Реалізація зазначених підходів забезпечує не лише безперервність навчання, а й зміцнення людського потенціалу закладу, що є запорукою його успішного функціонування у кризових ситуаціях. Дослідження соціально-психологічних особливостей управління закладом загальної середньої освіти в умовах воєнного стану засвідчило, що ефективність роботи закладу значною мірою залежить від здатності керівника поєднувати адміністративні рішення з психологічною підтримкою педагогічного колективу, учнів та їхніх батьків. Забезпечення безпечного освітнього середовища, формування сприятливого психологічного клімату, профілактика емоційного вигорання та розвиток лідерства виступають ключовими чинниками стабільного функціонування школи в кризових обставинах. Практична реалізація цих підходів вимагає гнучких управлінських стратегій, використання сучасних методів командної взаємодії та постійного моніторингу психоемоційного стану працівників. Застосування рекомендованих соціально-психологічних заходів сприятиме збереженню професійного потенціалу керівника, педагогічного колективу, підвищенню стресостійкості всіх учасників освітнього процесу та забезпеченню безперервності навчання, що є запорукою стійкого розвитку закладу освіти навіть у надзвичайних умовах.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вознюк Л. Особливості управління закладами загальної середньої освіти в умовах воєнного стану.// *Нова педагогічна думка*. 2022. №3.С.9-13.
2. Вознюк Л., Доброгорський О. Особливості освітнього менеджменту в умовах воєнного стану.// *Вісник Дніпровської академії неперервної освіти «Публічне управління та адміністрування»*. 2022. № 1 (2) С.48-53.
3. Максименко М., Котеньова О. Правове забезпечення ефективного управління закладом загальної середньої освіти в умовах воєнного стану.// *Український педагогічний журнал*. 2023. № 3.С.23-31.
4. Сорочан Т. М. Антикризіві поради керівникові навчального закладу.// *Управління освітою*. 2009. №11. С.108 – 111.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

ОЦІНКА ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ВИКЛАДАЧІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

В умовах зростання синдрому професійного вигорання викладачів закладів вищої освіти особливу вагу мають психологічні складові: деперсоналізація, емоційне виснаження, рівень сприйнятого стресу, редукція особистих досягнень й інші. При цьому необхідною є належна оцінка впливу зазначених чинників, здійснена на основі валідних методик.

Ключові слова: професійне вигорання викладачів закладів вищої освіти, деперсоналізація, емоційне виснаження, редукція особистих досягнень, стрес.

Psychological components such as depersonalization, emotional exhaustion, perceived stress levels, reduction of personal achievements, and others are particularly important in the context of the growing syndrome of professional burnout among higher education teachers. At the same time, it is necessary to properly assess the impact of these factors using valid methods.

Keywords: professional burnout among higher education teachers, depersonalization, emotional exhaustion, reduction of personal achievements, stress.

Професійна діяльність у системі «людина – людина», зокрема робота викладачів закладів вищої освіти, належить до найскладніших у емоційному та психологічному плані, що відносить її до групи підвищеного ризику розвитку синдрому професійного вигорання.

Вивчення синдрому професійного вигорання наразі перебуває у колі актуальностей спільноти і науковців, і практиків. Зокрема, його причини, прояви та наслідки, а також методи подолання. Серед пріоритетних заходів автори виокремлюють запобігання виникненню вигорання шляхом створення гідних умов праці для викладачів, навчання їх ефективним стратегіям подолання стресу та розвитку емоційного інтелекту [1].

Варто зауважити, що вчені розглядають синдром професійного вигорання як трикомпонентну систему, що охоплює емоційне виснаження, деперсоналізацію та зниження особистісних досягнень. Для дослідження цього явища науковці застосовували моделі професійного вигорання, розроблені К. Маслач, С. Джексоном та В. Бойком. Також було доведено наявність взаємозв'язку між складовими синдрому, мотиваційними чинниками, характером міжособистісних стосунків у колективі та рівнем задоволеності професійною діяльністю [2].

Умови професійної діяльності у сфері вищої освіти в Україні в умовах воєнного стану є наразі полем для проведення ґрунтовних наукових

досліджень. Тому для вивчення рівня професійного вигорання викладачів закладів вищої освіти, зокрема виокремлення найвпливовіших його психологічних складових, було використано три валідні методики: методика «Оцінка власного потенціалу «вигорання»» (Дж. Гібсон); опитувальник професійного вигорання Масlach MBI (С. Maslach, W. Schaufeli, M. Leiter (1986)); шкала сприйнятого стресу (PSS-10).

Методика «Оцінка власного потенціалу «вигорання»» (Дж. Грінберг) проводить вимір трьох компонентів: деперсоналізація, особиста задоволеність, емоційне виснаження. Методика «Опитувальник професійного вигорання Масlach MBI» – це класичний опитувальник, що дає можливість акцентувати увагу на трьох складових: емоційне виснаження, деперсоналізація, редукція особистих досягнень. За методикою PSS-10 (Шкала сприйнятого стресу) розраховується оцінка рівня сприйнятого стресу.

Одержані в результаті проведення дослідження результати засвідчили наступне.

За методикою «Оцінка власного потенціалу «вигорання»» (за Дж Грінбергом) середні показники по вибірці склали: деперсоналізація – 0,83 бали (інтерпретовано як низький рівень), особиста задоволеність – 2,59 бали (інтерпретовано як високий рівень вигорання по цій шкалі), емоційне виснаження – 2,46 бали (низький рівень за інтерпретацією).

Середні бали деперсоналізації виявилися стабільно вищими у жінок у порівнянні з чоловіками у всіх вікових групах. Найбільший розрив спостерігається у віковому діапазоні 36–45 років, де у викладачок деперсоналізація досягає приблизно 0,90 бала, що перевищує показники чоловіків цієї ж групи (близько 0,81). Це вказує на зростання емоційної відстороненості саме в середньому віці. У молодших викладачів (25–30 років) різниця між статями менша, але жінки також мають трохи вищі значення.

За емоційним виснаженням жінки також демонструють вищі показники. У групі 36–45 років їхні результати сягають приблизно 2,60 бала проти 2,40 у чоловіків, що свідчить про підвищений ризик перевтоми та втрати енергії. У молодших групах (25–30 та 31–35 років) виснаження також помірне, але відмінності між статями менш виражені.

Щодо особистої задоволеності, найгірші показники спостерігаються саме у молодих викладачів віком 25–30 років. Їхня оцінка задоволеності коливається близько 2,62–2,70 бала, що свідчить про низьке відчуття сенсу та задоволення від роботи вже на початку кар'єри. У віці 31–35 років та 36–45 років значення дещо знижуються, проте залишаються високими (близько 2,54–2,65 бала). Навіть у старших викладачів 46–55 років показники залишаються підвищеними, хоч і дещо меншими (близько 2,48–2,55 бала).

Тобто найуразливішою групою за деперсоналізацією та емоційним виснаженням є жінки середнього віку (36–45 років). Найнижчий рівень особистої задоволеності спостерігається у наймолодших викладачів (25–30

років), що може свідчити про раннє формування ризику вигорання та потребу в наставництві. Середньовікові групи зберігають підвищені ризики, що вказує на необхідність постійної профілактики на різних етапах кар'єри.

Таким чином, за цією методикою найпомітнішою проблемою є питання «особистої задоволеності» – тобто суб'єктивного відчуття задоволення (сенсу) в роботі.

2. За методикою «Опитувальник професійного вигорання Маслач МВІ» загальний рівень вигорання у вибірці є високим за всіма трьома шкалами. Середній показник емоційного виснаження становить 31,18 бала, що свідчить про відчутну втому та енергетичне виснаження викладачів. Деперсоналізація в середньому дорівнює 13,59 бала і також належить до високого рівня, тобто у багатьох респондентів спостерігається зростання байдужості чи емоційного відсторонення від студентів і колег. Показник редукції особистих досягнень становить 22,73 бала й також класифікується як високий, що означає зниження відчуття власної професійної ефективності та значущості роботи.

Гендерний аналіз демонструє, що жінки мають дещо вищі показники вигорання. Їхнє емоційне виснаження становить у середньому 31,87 бала проти 28,92 бала у чоловіків. За шкалою особистих досягнень різниця ще більш відчутна: жінки набрали приблизно 24,21 бала, тоді як чоловіки — лише 17,92 бала. Це свідчить про те, що викладачки частіше відчують емоційне перевантаження і сильніше сумніваються у власній професійній результативності.

Аналіз підгруп показав підвищені ризики серед окремих категорій. Найбільше емоційне виснаження зафіксовано у чоловіків зі стажем понад 30 років, де бали сягають близько 40, що свідчить про серйозну перевтому та втрату ресурсів. Серед жінок критичними є показники групи зі стажем 16–20 років: емоційне виснаження в них становить близько 34,6 бала. Крім цього, вищий рівень вигорання спостерігається серед викладачів, які працюють за сумісництвом, та представників певних посадових категорій, що відчують більший адміністративний і часовий тиск.

Загалом дані МВІ підтверджують, що професійне вигорання у вибірці є системною проблемою. Найуразливішими групами залишаються викладачки середнього та старшого стажу, чоловіки з понад 30-річним досвідом, а також працівники, які поєднують кілька посад. Ці результати свідчать про необхідність цілеспрямованих заходів для зниження емоційного виснаження, підвищення відчуття власних досягнень і створення більш збалансованих умов праці.

За результатами шкали сприйнятого стресу PSS-10 середній показник по всій вибірці становить 25,31 бала, що відповідає помірному рівню стресу. Це свідчить, що викладачі в середньому відчують значне емоційне напруження, хоча воно ще не перейшло у крайні значення. При порівнянні за статтю видно невелику, але стабільну різницю: жінки мають трохи вищий рівень стресу – близько 25,54 бала, тоді як чоловіки – 24,58 бала, що вказує

на дещо більшу схильність жінок переживати робочі й життєві труднощі як стресові.

Аналіз вікових підгруп показав, що найвищий рівень стресу характерний для групи 31–35 років – у середньому 28,2 бала. Це період активного професійного становлення та високих навантажень, що може пояснювати підвищене емоційне напруження. Особливо виділяються викладачі з трьома й більше дітьми, серед яких зафіксовано найбільші індивідуальні показники: чоловіки цієї категорії мають до 34 балів, що близьке до високого рівня стресу і потребує цільової підтримки.

Додатково виявлено, що викладачі зі стажем 5–15 років та 26–30 років також демонструють підвищені значення сприйнятого стресу. Це може бути пов'язано як із періодом інтенсивної професійної активності та накопиченням відповідальності, так і з можливим відчуттям стагнації чи перевантаження на середньому та пізньому етапах кар'єри.

Таким чином, за методикою PSS-10? навіть попри середній рівень стресу, що класифікується як помірний, дані вказують на наявність груп із підвищеним ризиком. Це викладачі віком 31–35 років, батьки з трьома та більше дітьми, а також педагоги зі стажем роботи від 5 до 15 і від 26 до 30 років. Ці підгрупи потребують особливої уваги, щоб запобігти переходу стресу у серйозніші стадії, що можуть сприяти професійному вигоранню.

Загалом за методикою MBI у вибірці високий рівень вигорання по всіх трьох підшкалах, що є сигналом про системну проблему у групі викладачів (особливо в певних підгрупах: жінки, певні вікові/стажові категорії, сумісники). Водночас методика PSS-10 показує, що стрес у середньому є помірним, але є підгрупи з високим стресом (31–35 р., респонденти, які мають 3 і більше дітей, деякі групи зі значним стажем професійної діяльності). Методика Дж. Грінберга підкреслює важливість «особистої задоволеності» – у частини респондентів вона дуже знижена, що посилює ризик деградації самооцінки професійної ефективності. Відтак ядром професійного вигорання викладачів закладів вищої освіти є емоційне виснаження та втрата відчуття професійної ефективності, причому стрес підсилює ці процеси.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ivanchenko, O., Melnikova, O., & Lurie, K. (2022). The Professional Burnout Of Teachers Of Higher Education Institutions: Causes, Consequences, And Methods Of Overcoming. *Scientific Collection «InterConf+»*, (19(99), 116–122. <https://doi.org/10.51582/interconf.19-20.02.2022.014>
2. Fesun, H., Nechytailo, T., Kanivets, T., Zhurat, Y., & Radchuk, V. (2020). The Correlation of SocioPsychological Factors with «Burnout» Syndrome in Education. *Revista Românească pentru Educație Multidimensională*, 12(3), 294–311. <https://doi.org/10.18662/rrem/12.3/322>

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

**ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ РЕГІОНАЛІСТИКИ
У ІСТОРИЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ РОЗВИТКУ ФЕОДАЛЬНИХ
ІНСТИТУЦІЙ У КРАЇНАХ ЗАХІДНОЇ ЄВРОПИ У ДОБУ
ВИСОКОГО СЕРЕДНЬОВІЧЧЯ**

У статті розглядаються теоретичні аспекти застосування регіоналістики у вивченні розвитку феодальних інституцій країн Західної Європи доби високого середньовіччя (XI – XIII ст.). Окреслено проблему універсалізованої моделі феодалізму, побудованої переважно на французькому матеріалі, та продемонстровано необхідність урахування регіональної варіативності. Проведено аналіз класичних та сучасних історіографічних досліджень, визначено невирішені аспекти проблеми.

Ключові слова: середньовіччя, феодалізм, регіоналістика, Західна Європа, історіографія.

The article examines the theoretical aspects of the application of regionalism in the study of the development of feudal institutions in Western European countries of the High Middle Ages (XI - XIII centuries). The problem of a universalized model of feudalism, built mainly on French material, is outlined, and the need to consider regional variability is demonstrated. An analysis of classical and modern historiographical studies is conducted, and unresolved aspects of the problem are identified.

Keywords: Middle Ages, feudalism, regionalism, Western Europe, historiography.

Феодалізм як одна з визначальних соціально-економічних систем середньовічної Європи тривалий час розглядався істориками крізь призму універсальної моделі, побудованої переважно на французькому досвіді. Такий підхід дозволив окреслити основні риси феодальних інституцій (васалітет, система ленів, сеньйоріальна юрисдикція), але водночас призвів до знехтування регіональними особливостями. У сучасній історичній науці дедалі більшого значення набуває регіоналістика як методологічний інструмент, що дає можливість простежити варіативність розвитку феодальних інституцій у Західній Європі доби Високого Середньовіччя (XI – XIII ст.) та показати взаємодію локальних і загальноєвропейських процесів.

Фундамент для вивчення феодалізму заклали такі імениті класики історіографії як М. Блок [4], Ж. Дюбі [3], Ж. Ле Гофф [8], тощо. П. Андерсон звернув увагу на структурні відмінності між античними й середньовічними інституціями, показавши поступовий перехід до феодалізму [1]. Р. Барлетт акцентував на процесах колонізації та культурної уніфікації, які водночас

проявлялися по-різному в регіональному контексті [2]. Сучасні узагальнюючі видання, зокрема колективна праця під редакцією У. Еко [6], а також узагальнення Ф. Зайбта [5], наголошують на складності середньовічного суспільства, що поєднувало ієрархічні та комунальні елементи. Натомість український дослідник В. Лагодич показав, як формування територіальних князівств у Франції IX – XI ст. створило підґрунтя для різних моделей влади й інституцій на локальному рівні [7]. Але на сьогоднішній день недостатньо дослідженими залишаються питання компаративного аналізу регіональних відмінностей у розвитку інституцій Англії, Франції, Італії та німецьких земель у межах єдиної теоретичної парадигми регіоналістики.

Метою статті є розкриття теоретичних засад регіоналістики як методологічного підходу та застосування його до аналізу розвитку феодальних інституцій у країнах Західної Європи доби високого середньовіччя.

Регіоналістика як науковий підхід ґрунтується на визнанні поліцентричності середньовічної Європи. На відміну від концепцій, що намагаються вибудувати універсальну модель розвитку феодалізму, регіоналістичний підхід підкреслює, що кожна країна не може слугувати «еталоном» для усієї Європи. Як зауважує Р. Бартлетт, Західна Європа XI – XIII ст. являла собою конгломерат різних суспільств, у яких одночасно співіснували різні форми політичної організації та соціальних практик: «У високому середньовіччі не існувало єдиної моделі Європи, завоювання, колонізація та культурні зміни створили поліцентричний світ, у якому влада та інституції різнилися від Франції до Німеччини, від Італії до Англії» [2, с. 24]. Подібну думку висловлює Ф. Зайбт: «Середньовічна Європа була строкатою мозаїкою суспільств, де співіснували різні форми залежності, господарювання і влади» [5, с. 57]. Такий погляд ставить під сумнів напрацювання медієвістів про так звану «класичну модель» феодалізму та ставить на порядок денний проблему уніфікації методології дослідження феодальних структур, яка б враховувала регіональну специфіку ключових регіонів Західної Європи.

Формування феодальних інституцій було тісно пов'язане з локальними чинниками. Так, у Франції, за дослідженнями В. Лагодича, ще у IX – XI ст. спостерігалось роздібнення на територіальні князівства, що зумовило регіональну специфіку формування феодальних структур: «У Франції IX – XI ст. роздробленість на удільні князівства створювала умови, за яких королівська влада залишалася номінальною, тоді як реальне панування належало місцевим сеньйорам» [7]. В Англії ж після нормандського завоювання 1066 року централізація влади дала змогу поєднати феодальні інститути з потужним королівським апаратом [4]. У німецьких землях, навпаки, феодалізм мав більш децентралізований характер через силу князівських династій та слабкість імператорської влади. Ж. Ле Гофф наголошує: «Німецький феодалізм розвивався у тіні Священної

Римської імперії, але слабкість централізованої влади сприяла посиленню князівських династій» [8, с. 143]. Італійський варіант феодалізму теж мав свої регіональні особливості, зокрема, важливу роль відігравали міські комуни: «Італійські комуни стали лабораторією політичних експериментів, вони поєднували залишки античної муніципальної традиції з новими формами самоврядування, які обмежували владу місцевих феодалів» [6, с. 412].

Не менш важливу роль відігравали природно-географічні та економічні чинники. Ж. Дюбі підкреслював, що перехід від натурального господарства до аграрної економіки з помітним зростанням продуктивності у VII – XII ст. визначав соціальну динаміку і розширював можливості для формування феодальних відносин [3]. Подібну думку висловлює П. Андерсон: «Феодалізм не був однорідною структурою, нав'язаною Європі, а диференційованим набором соціальних відносин, сформованих географією, економікою та політичним балансом кожного регіону» [1, с. 148]. У той же час М. Блок звертав увагу на культурно-релігійні особливості, які задавали різні траєкторії розвитку в окремих регіонах – наприклад, взаємини між світською і духовною владою: «Феодалізм не був механічною системою, він являв собою органічний зв'язок між військовим, економічним і духовним життям середньовічного Заходу» [4].

Таким чином, регіоналістика дає можливість поєднати макрорівневий аналіз загальноєвропейських тенденцій із мікрорівнем конкретних локальних практик. Вона не лише відображає розмаїття середньовічних суспільств, але й дозволяє зрозуміти, чому процеси становлення феодалізму мали такі різні результати в Англії, Франції, Німеччині, Італії чи Іспанії. Перспективи подальших досліджень полягають у застосуванні компаративного підходу до окремих регіонів, використанні методів історичної антропології та просторового аналізу для реконструкції локальних моделей феодалізму.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Anderson P. Passages from Antiquity to Feudalism.
URL: https://books.google.com.ua/books?id=sP_2-y9zKfgC&printsec=frontcover&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false (дата звернення: 12.09.2025)
2. Bartlett R. The Making of Europe: Conquest, Colonization and Cultural Change 950–1350.
URL: [https://prussia.online/Data/Book/th/the-making-of-europe/Bartlett%20R.%20Making%20of%20Europe.%20Conquest,%20Colonization%20and%20Cultural%20Change,%20950-1350%20\(1994\),%20OCR.pdf](https://prussia.online/Data/Book/th/the-making-of-europe/Bartlett%20R.%20Making%20of%20Europe.%20Conquest,%20Colonization%20and%20Cultural%20Change,%20950-1350%20(1994),%20OCR.pdf) (дата звернення: 12.09.2025)
3. Duby G. The Early Growth of the European Economy: Warriors and Peasants from the Seventh to the Twelfth Century.
URL: <https://archive.org/details/earlygrowthofe00duby/page/n5/mode/2up> (дата звернення: 12.09.2025)
4. Блок М. Феодалне суспільство. К.: Видавничий дім «Всесвіт», 2002.
URL: <http://litopys.org.ua/bloch/blo.htm> (дата звернення: 12.09.2025)

5. Зайбт Ф. Близькість і вбогість Середньовіччя. Історія з початком і кінцем; пер. з нім. Львів, 2009. 512 с.
6. Історія європейської цивілізації: Середньовіччя. Собори. Лицарі. Міста / за ред. У. Еко. Харків: Фоліо, 2018. 667 с.
7. Лагодич В. Територіальні князівства Франції IX – XI ст.: етапи формування. URL: <https://lvivmedievalclub.wordpress.com/2020/10/08/володимир-лагодич-територіальні-кня/> (дата звернення: 12.09.2025).
8. Ле Гофф Ж. Цивілізація середньовічного Запада. М.: Прогресс-Академія, 1992. 376 с.

Науковий керівник кандидатка історичних наук, доцентка Батенко Г.В.

УДК 159.923.2/.3:316.346.6-027.44:[331.101.3:37.091.322]

Борсук А.В.

ІНДИВІДУАЛЬНО-ТИПОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗУМЕРІВ У НАВЧАЛЬНО-ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Стаття присвячена дослідженню індивідуально-типологічних особливостей покоління Z у навчально-професійній діяльності, з акцентом на когнітивні, мотиваційні та соціальні характеристики, сформовані цифровим і соціокультурним середовищем. Емпіричне дослідження виявило зв'язки між типами особистості, мотивацією та ефективністю у навчанні й роботі, запропонувавши рекомендації для адаптації освітніх і професійних середовищ.

Ключові слова: покоління Z, індивідуально-типологічні особливості, навчально-професійна діяльність, мотивація, Я-концепція, цифрові технології, соціальна адаптація.

The article explores the individual-typological features of Generation Z in educational and professional activities, focusing on cognitive, motivational, and social characteristics shaped by digital and sociocultural environments. An empirical study identified connections between personality types, motivation, and performance, proposing recommendations for adapting educational and professional settings.

Key words: generation Z, individual-typological features, educational and professional activities, motivation, self-concept, digital technologies, social adaptation.

Постановка проблеми. Покоління Z, сформоване в умовах цифрової епохи та глобалізації, характеризується унікальними психологічними рисами, що впливають на їхні підходи до навчання та професійної діяльності. Вплив соціальних мереж, швидкий доступ до інформації та

багатозадачність формують «кліпову свідомість», індивідуалізм і потребу в негайному зворотному зв'язку, але також сприяють підвищеній тривожності та труднощам із тривалою концентрацією. Такі особливості створюють виклики для освітніх і професійних середовищ, які потребують адаптації до потреб зумерів. Недостатнє розуміння їхніх індивідуально-типологічних характеристик ускладнює розробку ефективних стратегій навчання та мотивації, що підкреслює актуальність цього дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Ю. Ю. Ільїна та її колеги зазначають, що покоління Z формується під впливом соціальних мереж, демонструючи «кліпову свідомість» і технологічну орієнтацію, що проявляється у швидкому перемиканні між завданнями та фрагментованому сприйнятті інформації [3]. Зарубіжні дослідники підкреслюють, що зумери звикли до моментального зворотного зв'язку, що може ускладнювати глибоке засвоєння складних тем і вимагає адаптації освітніх методик [7]. Є. А. Зеленов акцентує на соціальних цінностях зумерів, таких як справедливість, екологічна свідомість і підтримка прав людини, які, за даними Pew Research Center, спонукають їх обирати професії з суспільною користю [2]. А. М. Колот і О. О. Герасименко вказують на унікальність зумерів порівняно з іншими поколіннями, що необхідно враховувати в освіті та управлінні [5]. Л. А. Коростій підкреслює їхню нетерпеливість і орієнтацію на короткострокові результати, зумовлену швидкими інформаційними змінами [6].

К. М. Кашук наголошує на індивідуалізмі та прагненні до самовираження через соціальні мережі, що може призводити до соціального відчуження [4]. Н. Грицак та О. Ісаєв виділяють когнітивний стиль зумерів, адаптований до багатозадачності, і мотивацію, орієнтовану на самореалізацію [1].

Формулювання цілей статті. Метою статті є теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження індивідуально-типологічних особливостей покоління Z, що впливають на їхню навчально-професійну діяльність, з акцентом на когнітивні, мотиваційні та соціальні характеристики, а також розробка рекомендацій для адаптації освітніх і професійних середовищ.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження проводилося з вибіркою 60 осіб віком 18-24 роки, що включала студентів різних спеціальностей і молодих фахівців, забезпечуючи різноманітність даних. Використовувалися авторська анкета «Оцінка ставлення до навчання та роботи», тест MBTI, п'ятифакторний опитувальник «Великої п'ятірки», методика О. Потьомкіної для діагностики соціально-психологічних установок і тест мотивації досягнення (ТМД). З 20 респондентами проведено глибинні інтерв'ю для якісного аналізу. Кореляційний аналіз (коефіцієнт Пірсона) застосовувався для оцінки зв'язків між рисами та ефективністю діяльності.

Кількісний аналіз показав, що 65% респондентів демонструють високу екстраверсію, що корелює з активною соціальною взаємодією та відкритістю до нових знайомств ($r = 0,333$), сприяючи участі в командних проєктах. Інтроверсія, виявлена у 35% учасників, асоціюється з автономним навчанням і рефлексією ($r = 0,259$). Самоконтроль переважає у 65% респондентів, відображаючи організованість і здатність до планування ($r = 0,223$), тоді як 35% схильні до імпульсивності. Емоційна стабільність (55%) корелює зі стійкістю до стресу ($r = 0,251$), але 45% учасників демонструють тривожність, що може бути пов'язано з впливом соціальних мереж. Новаторство, притаманне 70% респондентів, сприяє відкритості до нових ідей ($r = 0,281$). Мотивація до успіху (70%) корелює з орієнтацією на особистий розвиток і кар'єрний ріст ($r = 0,322$), тоді як 30% орієнтовані на уникнення невдач.

За методикою MBTI, 20% учасників належать до типу INFP, що корелює з мотивацією до досягнення успіху та самостійним навчанням ($r = 0,215$), відображаючи їхню рефлексивність і ціннісну орієнтацію. Тип ENTP (18%) асоціюється з використанням інноваційних технологій і новаторством ($r = 0,261$), що вказує на креативність і адаптивність. Тип ESFJ (15%) корелює з соціальною активністю і командною діяльністю ($r = 0,277$), підкреслюючи їхню орієнтацію на гармонію в колективі. Щодо установок, альтруїзм (42%) поступається егоїзму (58%), а орієнтація на процес діяльності (67%) переважає над орієнтацією на результат (33%).

Якісний аналіз через інтерв'ю показав, що зумери цінують самовираження, участь у прийнятті рішень і проєкти, що відповідають їхнім цінностям, таким як соціальна відповідальність. 75% респондентів підкреслили важливість командної роботи, де їхні ідеї враховуються, і балансу між роботою та особистим життям. Бар'єри включають стрес від перевантаження (43%), брак практичної спрямованості навчання (28%) і недовіру до традиційних форматів роботи (17%). Ці результати пояснюються впливом цифрового середовища, яке формує багатозадачність і потребу в швидких результатах, та соціокультурними умовами, що підкреслюють цінність самовираження і соціального внеску.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок. Дослідження встановило, що індивідуально-типологічні особливості зумерів, такі як екстраверсія, новаторство і мотивація до успіху, сприяють їхній ефективності в навчально-професійній діяльності, підтримуючи командну роботу та інноваційні підходи. Інтроверсія і помірна емоційна стабільність вказують на потребу в автономних і менш стресових форматах. Альтруїзм і орієнтація на процес відображають цінність самовираження, тоді як егоїзм (58%) підкреслює індивідуалізм.

Типи особистості INFP, ENTP і ESFJ демонструють різні підходи до навчання та роботи. Бар'єри, такі як стрес і брак практичності, потребують уваги. Рекомендації включають використання інтерактивних платформ, гнучких графіків і програм підтримки психологічного здоров'я.

Подальші дослідження можуть зосередитися на тестуванні цих рекомендацій, аналізі впливу освітнього середовища та порівнянні зумерів з іншими поколіннями.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Грицак Н., Ісаєва, О. Студенти покоління Z: проблеми освіти. *Проблеми підготовки сучасного вчителя*, №1(21), 2020. С. 64-72.
2. Зеленов Є.А. Цифрове покоління: ризики, переваги, засоби взаємодії. *Духовність особистості: методологія, теорія, практика: зб. наук. пр.* Сєверодонецьк, 2018. Вип. 5 (86). С. 67-82.
3. Льїна Ю. Ю., Світлична Н. О, Панченко Д. Форми прояву міжособистісних конфліктів особистості з різним локусом контролю в певні вікові періоди. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. №1. 2021. С. 71.
4. Кашук К.М. Особливості управління співробітниками X, Y та Z поколінь. *Економіка. Управління. Інновації*. Серія: Економічні науки. 2018. Вип. 1. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/eui_2018_1_9 (дата звернення: 17.09.2025).
5. Колот А.М., О. О. Герасименко. Покоління Z і соціально-трудова платформа «Праця 4.0»: імперативи взаємодії. *Демографія та соціальна економіка*. №2.40. 2020. С. 103-138.
6. Коростіль Л.А. Покоління Z: пошук способів педагогічної взаємодії. *Народна освіта*. 2018. Вип. 1. С. 82-88.
7. Howe N., Strauss W. Millennials Rising: The Next Great Generation. N.Y.: Vintage Books, 2000. 432 p.

Науковий керівник докторка психологічних наук, професорка Коллі-Шамне А.В.

УДК 159.923.35-043.2:373.3/.5.064.3

Брілінська Н.В.

ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ ШКОЛЯРІВ

У статті розглядається вплив емоційного інтелекту на міжособистісні стосунки школярів. Проаналізовано наукові підходи до визначення сутності емоційного інтелекту, його структурних компонентів та ролі у гармонізації соціальних контактів. Висвітлено вікові особливості розвитку емоційного інтелекту в підлітковому віці, його значення для профілактики конфліктів, формування емпатії, толерантності й позитивного мікроклімату в учнівських колективах. Особливу увагу приділено зв'язку емоційного інтелекту з розвитком дружніх, товариських та довірчих взаємин.

Ключові слова: емоційний інтелект, міжособистісні стосунки, школярі, емпатія, соціалізація.

The article examines the impact of emotional intelligence on interpersonal relationships of schoolchildren. It analyzes scientific approaches to defining the essence of emotional intelligence, its structural components, and its role in harmonizing social contacts. The study highlights the age-specific features of emotional intelligence development in adolescence, its importance for conflict prevention, formation of empathy, tolerance, and a positive microclimate in school groups. Special attention is paid to the connection between emotional intelligence and the development of friendly, sociable, and trusting relationships.

Key words: emotional intelligence, interpersonal relationships, schoolchildren, empathy, socialization.

Постановка проблеми. Сучасна освітня парадигма спрямована не лише на інтелектуальний розвиток школярів, але й на формування особистісних характеристик, які визначають здатність до ефективної соціальної взаємодії. Особливе місце серед цих характеристик займає емоційний інтелект, що виступає базовим чинником у становленні гармонійних міжособистісних стосунків та психологічного благополуччя дітей і підлітків. Проблема розвитку емоційного інтелекту набуває особливої актуальності в умовах соціальних змін, війни, внутрішнього переміщення населення, цифровізації освіти та зростання психологічного навантаження на школярів. Саме емоційний інтелект є тим психологічним ресурсом, який забезпечує здатність до емоційної саморегуляції, підтримання продуктивної комунікації та профілактики конфліктів у дитячих і підліткових колективах. У цьому контексті дослідження впливу емоційного інтелекту на міжособистісні стосунки школярів набуває не лише наукового, а й практичного значення, оскільки створює підґрунтя для побудови ефективних освітніх програм та психологічного супроводу учнів.

Феномен емоційного інтелекту широко висвітлений у працях зарубіжних та українських учених. Його теоретичні засади розробляли М. Августюк, Л. Ракітянська, А. Четверик-Бурчак. Окрему увагу проблемі розвитку емоційного інтелекту дітей приділяли О. Бантишева, М. Шпак. Питання міжособистісних відносин школярів аналізували М. Горбатюк, Л. Котлова. Водночас менш дослідженим залишається саме взаємозв'язок емоційного інтелекту та міжособистісного спілкування школярів. Цей аспект розглядали лише окремі науковці – В. Гаврилькевич, В. Петринюк. Проте їхні дослідження окреслили лише окремі аспекти проблеми, не даючи повної картини про роль емоційного інтелекту у формуванні соціальних зв'язків школярів. Саме ця нерозробленість і зумовлює актуальність подальших досліджень у цьому напрямку.

Метою статті є визначення ролі емоційного інтелекту як чинника міжособистісних стосунків школярів та обґрунтування його значення у гармонізації комунікативної поведінки, профілактиці конфліктів і формуванні психологічного благополуччя учнів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Міжособистісна взаємодія є одним із ключових чинників становлення особистості школяра. Саме у взаєминах із ровесниками дитина формує цінності, набуває досвіду співпраці, розвиває здатність до емпатії та толерантності. Емоційний інтелект при цьому виступає своєрідним інтегратором, який забезпечує ефективність цих процесів. За визначенням Д. Гоулмана, емоційний інтелект безпосередньо визначає якість міжособистісних стосунків, оскільки рівень емоційного порозуміння між людьми залежить від уміння усвідомлювати та контролювати власні емоції і водночас розуміти емоційні стани інших [3, с. 77].

Некогнітивна модель Р. Бар-Она розглядає емоційний інтелект як комплекс емоційних і соціальних навичок, серед яких емпатія, мовленнєва виразність, здатність до діалогу та соціальна відповідальність [3, с. 78]. Таким чином, високий рівень емоційного інтелекту дозволяє школярам ефективно взаємодіяти, уникати деструктивних форм поведінки та налагоджувати довірливі контакти.

Особливу увагу дослідники приділяють емпатії як складовій емоційного інтелекту. Вона забезпечує здатність розуміти емоції інших і співвідносити їх із власним досвідом, що формує основу дружніх взаємин, взаємопідтримки та відчуття колективної приналежності. Розвинена емпатійна чутливість сприяє толерантності та формуванню відповідальності за власні слова й дії. В. Гаврилькевич довів, що емпатія має прямий зв'язок із характером міжособистісних стосунків підлітків: високий рівень емоційного інтелекту асоціюється з товариськими, дружніми та довірчими відносинами, тоді як надмірно високий рівень емпатії може формувати покірні чи залежні стосунки [12, с. 291].

Вікові особливості розвитку емоційного інтелекту також відіграють вагомую роль. За В. Моргуном, у віці від 11 до 14 років відбувається формування самосвідомості та усвідомленого вияву індивідуальності [4, с. 12], що створює основу для більш глибоких і вибіркових соціальних контактів. Дослідження М. Шпак засвідчили, що підлітки характеризуються підвищеною емоційною збудливістю та стійкістю емоційних переживань, що часто призводить до конфліктів. Саме розвиток емоційного інтелекту допомагає їм контролювати імпульсивність, долати тривожність і будувати конструктивні міжособистісні стосунки [5, с. 82].

Окремої уваги заслуговують статево-рольові відмінності. Як свідчать дослідження О. Бантишевої, дівчата частіше демонструють високий рівень емпатії та розуміння емоцій, тоді як хлопці краще розвивають навички емоційної саморегуляції [1, с. 171]. Відповідно через гендерну різницю особливості емоційного інтелекту безпосередньо впливають на характер міжособистісних стосунків: дівчата будують глибші емоційні зв'язки, тоді як хлопці частіше врівноважують конфліктні ситуації.

Таким чином, можна стверджувати, що розвиток емоційного інтелекту у школярів має визначальний вплив на якість їхніх соціальних

контактів, формування здатності до конструктивної взаємодії, толерантності та взаємоповаги.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Отже, емоційний інтелект виступає фундаментальною основою для формування гармонійних міжособистісних стосунків школярів. Він забезпечує здатність усвідомлювати й контролювати власні емоції, розуміти переживання інших та будувати продуктивну комунікацію. Високий рівень ЕІ сприяє зменшенню конфліктності, підвищує рівень соціальної адаптації та формує позитивний мікроклімат у дитячих і підліткових колективах. Перспективним напрямом подальших досліджень є розробка та впровадження програм розвитку емоційного інтелекту в шкільній освіті, враховуючи вікові та статеві особливості учнів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бантишева О. О. Психологічні особливості емоційного інтелекту осіб юнацького віку, схильних до віктимної поведінки : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2017. 305 с.
2. Гаврилькевич В., Петринюк В. Емпіричне дослідження взаємозв'язку міжособистісних відносин та емоційного інтелекту у підлітків. *Психологічні травелогі: науковий журнал*. Хмельницький: Хмельницький національний університет, 2024. № 4. С. 283-292.
3. Гоулман Д. Емоційний інтелект. Харків : Віват, 2019. 512 с.
4. Седих К. В., Моргун В. Ф. Делінквентний підліток. Навчальний посібник з психопрофілактики, діагностики та корекції протиправної поведінки підлітків для студентів психологічних, педагогічних, соціальних, юридичних спеціальностей та інтернів-психіатрів. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2019. 272 с.
5. Шпак М. М. Особливості розвитку емоційного інтелекту в підлітковому віці. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2016. Вип. 5. Т. 2. С. 80-84.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

УДК 159.923.3:316.621-056.13-057.875

Ванюшкіна Я.С.

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗМІСТОВІ ПАРАМЕТРИ СОЦІАЛЬНОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Актуальність дослідження. Соціальна активність є одним із ключових чинників успішної адаптації та особистісного становлення студентської молоді. В умовах сучасних суспільних трансформацій зростає потреба у формуванні відповідальної та дієвої особистості. Вивчення психологічних параметрів, що визначають зміст і форми соціальної активності, дозволяє розробити ефективні програми для її стимулювання та розвитку.

Мета дослідження: виявити та проаналізувати психологічні змістові параметри соціальної активності студентської молоді.

Основні завдання:

1. Узагальнити теоретичні підходи до визначення поняття «соціальна активність» у психологічній науці.
2. Дослідити психологічні параметри особистісної спрямованості студентів як основи для реалізації соціальної активності.
3. Встановити взаємозв'язок між типами особистісної спрямованості та вираженістю соціальної активності студентської молоді.

Методологія та організація дослідження. Для досягнення поставленої мети було проведено емпіричне дослідження на вибірці з 60 студентів ХЕРСОНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ. У дослідженні використовувалися такі методи: теоретичний аналіз наукової літератури, емпіричні методики, зокрема опитувальник особистісної спрямованості Б. Басса в адаптації Ю. Лебедінського, та методи математично-статистичної обробки даних.

Результати дослідження. В ході емпіричного дослідження було виявлено, що соціальна активність студентської молоді має багатомірну природу, а її змістові параметри тісно пов'язані з домінуючим типом особистісної спрямованості. За результатами методики Б. Басса у досліджуваній групі було виявлено різні типи спрямованості: на себе, на взаємодію, на завдання. Зокрема, студенти з спрямованістю на взаємодію демонструють вищий рівень соціальної активності, що проявляється в участі у громадських організаціях, волонтерській діяльності та групових проєктах. Водночас, особи зі спрямованістю на завдання виявляють активність у навчальній та проєктній діяльності, орієнтованій на конкретний результат. Студенти зі спрямованістю на себе є менш схильними до участі в організованих формах соціальної активності, їхня діяльність переважно зосереджена на особистих інтересах та самореалізації.

Висновки. Встановлено, що психологічними змістовими параметрами соціальної активності студентської молоді є її мотиваційна основа та домінуючий тип особистісної спрямованості. Отримані результати підтверджують гіпотезу про залежність форм прояву соціальної активності від глибинних психологічних характеристик особистості. Результати дослідження можуть бути використані для розробки психолого-педагогічних рекомендацій та програм, спрямованих на розвиток соціальної компетентності студентів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Белікова, С. В. (2019). Соціальна активність студентської молоді як психолого-педагогічна проблема. *Психологія та соціологія*, 1(18), 35-41. URL: <https://www.google.com/search?q=https://dspace.udpu.edu.ua/xmlui/handle/6789/10630>
2. Васютинський, В. О., & Борисова, О. Є. (2020). Психологічні аспекти соціальної активності особистості. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія "Психологічні науки"*, 5(2), 22-29. URL: <https://www.google.com/search?q=https://pj.journal-psychology.com/issue/view/10>

3. Карамушка, Л. М., & Захарчук, Н. В. (2018). Психологічні особливості розвитку соціальної активності студентської молоді. *Освіта та суспільство*, 2(14), 112-118. URL: <https://www.google.com/search?q=http://journal-pedagogy.com/issue/view/28>
4. Мацегора, О. Ю. (2017). Теорії особистісної спрямованості: порівняльний аналіз. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія: Психологічна*, 1(4), 123-130. URL: https://www.google.com/search?q=http://www.lviv.edu.ua/vydavnytstvo/zbirnyky/visnyk_psykholohichnyh_nauk.php
5. Федорчук, О. А. (2019). Методики вивчення особистісної спрямованості у студентів. *Наукові записки Національного університету "Острозька академія". Серія: "Психологія"*, 9, 230-236. URL: <https://www.google.com/search?q=https://eprints.oa.edu.ua/id/eprint/7201/>

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Дементьєва К.Г.

УДК 316.728-044.372:364.62

Вітрук О.М.

МЕТОД КЕЙС-МЕНЕДЖМЕНТУ В СОЦІАЛЬНІЙ РОБОТІ ЩОДО ПІДТРИМКИ ОСОБИСТОСТІ В КРИЗОВІЙ СИТУАЦІЇ

У статті розкрито сутність методу кейс-менеджменту як сучасної технології соціальної роботи в умовах кризових ситуацій. Проаналізовано наукові підходи до визначення кейс-менеджменту, його функції, етапи та особливості впровадження у практику соціальної підтримки особистості. Особливу увагу приділено його ролі у роботі з клієнтами, які перебувають у стані соціальної чи психологічної кризи, зокрема з переселенцями, ветеранами війни, безробітними, жертвами насильства. Запропоновано рекомендації щодо удосконалення застосування цього методу в українській соціальній сфері.

Ключові слова: соціальна робота, кейс-менеджмент, кризова ситуація, соціальний супровід, підтримка особистості.

The article reveals the essence of the case management method as a modern technology of social work in crisis situations. The scientific approaches to the definition of case management, its functions, stages and features of implementation in the practice of social support of the individual are analyzed. Special attention is paid to its role in working with clients who are in a state of social or psychological crisis, in particular with displaced persons, war veterans, the unemployed, victims of violence. Recommendations are offered for improving the application of this method in the Ukrainian social sphere.

Keywords: social work, case management, crisis situation, social support, individual support.

Аналіз стану питання. Сучасне суспільство характеризується високим рівнем соціальної нестабільності, економічної невизначеності та зростанням ризиків, пов'язаних із війною, міграцією, втратою роботи та сімейними проблемами. У таких умовах особливої актуальності набуває соціальна робота як система комплексної підтримки особистості, яка стикається з кризовими ситуаціями.

Кризові стани є не лише особистісною проблемою індивіда, а й соціально значущим явищем, що впливає на якість життя громади та суспільства загалом. Саме тому соціальна робота виступає важливим механізмом подолання наслідків криз та сприяння соціальній інтеграції людини.

Соціальна робота в умовах кризових ситуацій набуває особливого значення в сучасній Україні, де зростає кількість осіб, що стикаються з воєнними, соціально-економічними та психологічними викликами. Традиційні форми надання допомоги не завжди є достатньо ефективними через їхню фрагментарність. Саме тому актуалізується застосування інтегративних підходів, зокрема методу кейс-менеджменту, який дозволяє комплексно підтримати людину, мобілізувати її ресурси та забезпечити доступ до необхідних послуг.

Кейс-менеджмент, як метод роботи, в практиці соціальної роботи не так давно. Проте як предмет наукових досліджень цей метод виступає в багатьох наукових розвідках І. Артеменко, О. Анісімової, О. Савчук, А. Галай, В. Багрій, М. Куркчи (роль кейс-менеджменту в роботі з внутрішньо переміщеними особами та в сфері зайнятості населення); зарубіжні дослідники: М. Річмонд, Р. Баркер, С. Дойл, Д. Мокслей, займалися вивченням самого поняття «кейс-менеджмент», але проблемі застосування методу кейс-менеджменту як інноваційного практичного методу в соціальній роботі з метою підтримки особистості, яка перебуває в кризовій ситуації, належної наукової уваги не приділено.

Мета статті – вивчити особливості організації та практичного впровадження методу кейс-менеджменту в соціальній роботі щодо підтримки особистості в кризовій ситуації.

Виклад основного матеріалу. У науковій літературі криза визначається як стан порушення рівноваги між особистістю та середовищем, що супроводжується неможливістю ефективно долати проблеми за допомогою звичних механізмів. Психологічні підходи розглядають кризу як момент трансформації особистості, що може мати як деструктивні, так і конструктивні наслідки.

У контексті соціальної роботи криза трактується як соціально обумовлений стан, що потребує зовнішньої допомоги, ресурсів та соціального супроводу [2]. Методологічною основою кризової соціальної роботи є системний, гуманістичний та інтегративний підходи, які дозволяють поєднувати психологічну, соціальну та правову підтримку [1].

Соціальна робота в умовах криз виконує низку ключових функцій: профілактичну (запобігання поглибленню кризи, інформування про можливості допомоги); адаптаційну (підтримка людини у пристосуванні до нових умов життя); реабілітаційну (відновлення соціальних і психологічних ресурсів клієнта); захисну (забезпечення прав та інтересів особистості); посередницьку (налагодження взаємодії між клієнтом та інституціями). Соціальний працівник виступає посередником між індивідом і суспільством, допомагає клієнтові знайти нові ресурси для подолання кризового стану, забезпечує доступ до соціальних послуг та надає психологічну підтримку.

Метод кейс-менеджменту (від англ. *case management* – «ведення випадку») виник у США в другій половині XX століття як інноваційний спосіб організації допомоги особам із комплексними потребами (Payne, 2020). Цей метод передбачає персоналізовану роботу з клієнтом, яка базується на індивідуальній оцінці, плануванні, координації та моніторингу послуг. Методологічною основою методу кейс-менеджменту виступають системний та клієнтоцентрований підходи [5], згідно з якими клієнт не лише є об'єктом допомоги, а й активним учасником процесу прийняття рішень. Кейс-менеджмент інтегрує принципи соціальної підтримки, психосоціальної допомоги та міжвідомчої взаємодії.

Мета застосування кейс-менеджменту в кризових ситуаціях полягає в наданні комплексної та індивідуалізованої підтримки особистості, яка переживає кризу, ефективній координації зусиль різних фахівців і служб для задоволення потреб клієнта, формуванні в клієнта навичок самостійного вирішення проблем та адаптації в соціумі, максимальному залученні ресурсів соціального оточення та громади для подолання кризової ситуації.

Зарубіжні та вітчизняні дослідники виокремлюють кілька ключових етапів кейс-менеджменту:

1. Виявлення та відбір клієнтів (залучення осіб, що перебувають у кризовій ситуації та потребують підтримки).
2. Оцінка потреб (комплексний аналіз соціальних, психологічних, медичних і правових потреб клієнта).
3. Планування втручання (розробка індивідуального плану допомоги за участі клієнта).
4. Координація послуг (забезпечення взаємодії між різними установами й організаціями).
5. Моніторинг та оцінка результатів (контроль ефективності підтримки, внесення змін у план).
6. Завершення випадку (фіксація результатів, підведення підсумків, підготовка клієнта до самостійності).

Кейс-менеджмент дозволяє забезпечити індивідуалізований підхід до кожного клієнта, поєднати ресурси різних установ (соціальних служб, медичних закладів, освітніх інституцій, громадських організацій), зменшити фрагментарність допомоги, замінюючи її системним супроводом,

підвищити мотивацію клієнта до подолання кризи та його соціальну активність, забезпечити довгострокові результати завдяки супроводу та моніторингу. Особливої значущості цей метод набуває у роботі з внутрішньо переміщеними особами, ветеранами війни, людьми, що пережили травматичні події, адже саме вони потребують комплексної підтримки та міждисциплінарного підходу.

Попри очевидні переваги, впровадження кейс-менеджменту в Україні стикається з низкою труднощів: недостатня кількість підготовлених фахівців, відсутність єдиних стандартів надання послуг за цим методом, фрагментарність нормативно-правової бази, брак фінансування соціальної сфери.

Перспективними напрямками розвитку та запровадження методу кейс-менеджменту в роботі з підтримки постраждалого населення визначено розробку та впровадження національних стандартів кейс-менеджменту, підготовку та перепідготовку соціальних працівників та фахівців з соціальної роботи, використання цифрових технологій для дистанційного ведення випадків, активне залучення громадських і міжнародних організацій до реалізації програм кризової підтримки.

Висновки. Соціальна робота у кризових ситуаціях є багаторівневою системою підтримки, яка поєднує психологічну, правову та соціально-економічну допомогу. Її ефективність залежить від інтеграції зусиль державних, громадських та міжнародних структур, а також від професійної компетентності фахівців. Перспективи розвитку соціальної роботи у кризових умовах полягають у впровадженні інноваційних технологій, посиленні міжвідомчої співпраці, розширенні доступу до послуг та формуванні культури превентивної допомоги.

Метод кейс-менеджменту є одним із найбільш ефективних інструментів соціальної роботи в умовах кризових ситуацій, що дозволяє інтегрувати ресурси різних інституцій, забезпечити клієнту доступ до комплексної допомоги та сприяє його соціальній інтеграції. Для України актуальним є розвиток цього підходу з урахуванням міжнародного досвіду та сучасних соціальних викликів, що дозволить підвищити ефективність соціальної підтримки особистості у кризі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Артеменко І.Е. Підготовка менеджерів соціальної роботи до застосування кейс-менеджменту у роботі з клієнтами. Освіта дорослих : теорія, досвід, перспективи. 2014. Вип. 1. С. 12–19. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=OD_2014_1_4
2. Крупник З. Кейс-менеджмент як управлінський метод соціальної роботи: теоретичний аспект. Інноваційна педагогіка. Випуск 86. Том 1. 2025. С. 169-172. URL: http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2025/86/part_1/33.pdf
3. Тодорцева Ю. Кейс-менеджмент як метод соціальної роботи в процесі підготовки професійно мобільних майбутніх фахівців соціальної сфери. Педагогічний журнал:

- Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. 2020 р., № 69, Т. 3. С. 133-137. URL: http://www.pedagogy-journal.kpu.zp.ua/archive/2020/69/part_3/29.pdf
4. Linz M. Case management: historical current and future. USA : Brookline Books, 1989. 182 p.
 5. Marion C. Standards of practice for case management. Case Management Society of America, 2010. 30 p.

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, доцентка Швець Т.М.

УДК: 159.923:159.944

Волковічер Г.Я.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ОСОБИСТОСТІ В КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ

Стаття присвячена дослідженню психологічних механізмів захисту особистості в кризових ситуаціях, аналізу їх впливу на психічне здоров'я, копінг-стратегій і стресостійкості. Емпіричне дослідження виявило домінування регресії серед захисних механізмів і переважання орієнтації на вирішення завдань у копінг-стратегіях, а також кореляційні зв'язки між цими показниками. Запропоновано рекомендації для посилення адаптивних стратегій подолання стресу.

Ключові слова: психологічний захист, кризові ситуації, копінг-стратегії, стресостійкість, психічне здоров'я, регресія, адаптація.

The article explores the psychological defense mechanisms of individuals in crisis situations, analyzing their impact on mental health, coping strategies, and stress resilience. Empirical research identified regression as the dominant defense mechanism and task-oriented coping as the primary strategy, alongside significant correlations between these variables. Recommendations for enhancing adaptive coping strategies are provided.

Key words: psychological defense, crisis situations, coping strategies, stress resilience, mental health, regression, adaptation.

Кризові ситуації, такі як збройні конфлікти, економічна нестабільність чи особисті втрати, створюють значне психоемоційне навантаження, що може порушувати психологічну рівновагу. Психологічні механізми захисту відіграють важливу роль у адаптації до цих умов, знижуючи тривогу та стрес, але їх надмірне чи неадекватне використання може ускладнювати вирішення проблем і гальмувати особистісний розвиток. Вивчення цих механізмів у контексті сучасних викликів, зокрема війни в Україні, є актуальним для розробки стратегій психологічної

підтримки, спрямованих на збереження психічного здоров'я та підвищення адаптивності.

Аналіз наукових публікацій. Психологічний захист є невід'ємною частиною адаптаційних процесів психіки. Ю. Михальська зазначає, що захисні механізми спрямовані на зменшення тривоги та емоційного напруження, запобігаючи надмірному стресу, і допомагають справлятися з внутрішніми конфліктами та травматичними переживаннями, забезпечуючи тимчасову емоційну стабільність [4]. Л. Паливода, О. Зайцева та А. Гриць підкреслюють, що психологічний захист є природним механізмом, який підтримує психічне здоров'я та сприяє адаптації до різноманітних життєвих обставин, від повсякденних до екстремальних [2; 5].

Є. Карпенко висловлює критичний погляд, стверджуючи, що захисні механізми можуть бути шкідливими в довгостроковій перспективі, оскільки відволікають від реального вирішення проблем і перешкоджають особистісному зростанню. Наприклад, витіснення чи заперечення можуть створювати ілюзію стабільності, але ускладнювати розвиток ефективних способів подолання труднощів [3]. В. Заїка акцентує, що кризові ситуації, особливо раптові та з серйозними наслідками, викликають сильний стрес, тривогу чи відчуття безпорадності, що вимагає швидкої адаптації для збереження психічного здоров'я. Механізми психологічного захисту класифікуються за їхньою функцією: придушення неприємних емоцій, спотворення реальності, розрядка напруження або маніпулятивна взаємодія з оточенням [1].

Метою статті є дослідження особливостей психологічного захисту особистості в кризових ситуаціях, аналіз взаємозв'язків між механізмами захисту, копінг-стратегіями, стресостійкістю та психічним здоров'ям, а також оцінка їхнього впливу на адаптацію. Стаття спрямована на розробку рекомендацій для посилення адаптивних стратегій подолання стресу в умовах криз.

Дослідження проводилося з вибіркою з 60 осіб віком від 20 до 42 років (середній вік – 31 рік), із рівним гендерним розподілом (50% жінок, 50% чоловіків). Учасники представляли різні соціальні групи: 30% студентів, 40% працевлаштованих осіб, 15% безробітних і 15% внутрішньо переміщених осіб (ВПО). Така різноманітність забезпечила репрезентативність даних. Для аналізу використано валідні методики, які оцінювали механізми психологічного захисту, рівень психічного здоров'я, копінг-стратегії та стресостійкість. Дослідження включало кількісний і якісний аналіз даних, а також кореляційний аналіз за коефіцієнтом Пірсона для виявлення зв'язків між показниками.

Результати показали, що регресія є найвиразнішим механізмом захисту із середнім значенням 8,55, що вказує на схильність учасників повертатися до менш зрілих форм поведінки, таких як залежність чи імпульсивність, у стресових ситуаціях, що може бути пов'язано з соціально-економічними труднощами, особливо серед ВПО та безробітних, які

відчувають нестабільність і тривогу. Проекція (6,28) та реактивне утворення (6,25) також виражені, що відображає тенденцію приписувати власні почуття іншим або приховувати їх за протилежною поведінкою, що може свідчити про міжособистісні напруження. Витіснення (5,4), заміщення (5,4), заперечення (5,57), компенсація (5,4) та гіперкомпенсація (5,45) використовуються помірно, що вказує на збалансованість захисної структури. Помірне використання цих механізмів дозволяє тимчасово знижувати психологічний дискомфорт, але надмірна залежність від них може ускладнювати вирішення реальних проблем.

Аналіз психічного здоров'я показав, що 30% учасників перебувають на рівні процвітання, який характеризується частими позитивними емоціями, відчуттям сенсу життя та високою соціальною інтеграцією, що свідчить про значну психологічну стійкість. Найбільша частка, 45%, демонструє помірний рівень благополуччя, для якого характерні як позитивні, так і негативні емоційні стани, а також періодична тривога чи невпевненість. Такий стан відображає адаптацію до мінливих умов, але вказує на вразливість до додаткових стресів. Чверть учасників (25%) перебуває на рівні пригнічення, що проявляється в негативних емоціях, низькому відчутті сенсу життя та труднощах у соціальній взаємодії. Дана група, особливо ВПО та безробітні, потребує психологічної підтримки через підвищену вразливість до стресу.

Серед копінг-стратегій переважає орієнтація на вирішення завдання із середнім значенням 36,15, що відображає активний і раціональний підхід до подолання стресу через аналіз ситуації та пошук рішень. Дана стратегія є адаптивною і сприяє ефективній адаптації, особливо серед студентів і працевлаштованих осіб. Спрямованість на емоції (34,83) та уникнення (34,6) також виражені, що вказує на схильність учасників зосереджуватися на переживаннях або уникати прямого розв'язання проблем. Такі стратегії можуть бути менш ефективними, оскільки посилюють емоційне напруження чи гальмують вирішення проблем. Відволікання (19,42) використовується помірно, дозволяючи учасникам знижувати стрес через переключення на хобі чи фізичну активність. Соціальне відволікання (13,75) є найменш вираженою стратегією, що може бути пов'язано з обмеженістю соціальних ресурсів у ВПО чи перевагою самостійного вирішення проблем.

Більшість учасників (70%) демонструють високий рівень стресостійкості (50–199 балів за шкалою Холмса-Раге), що вказує на здатність зберігати емоційну та поведінкову стабільність у складних умовах. Даний результат корелює з переважанням орієнтації на вирішення завдання. Межовий рівень стресостійкості (200–299 балів) виявлено у 28,3% учасників, що свідчить про помірну здатність справлятися зі стресом, але вразливість до накопичення стресових подій. Низький рівень (300+ балів) зафіксовано лише у 1,7% учасників, переважно ВПО та безробітних, що вказує на високу вразливість до стресу та потребу в психологічній підтримці.

Кореляційний аналіз виявив значущі взаємозв'язки. Соціальне відволікання має помірний негативний зв'язок із проекцією ($r = -0,369$, $p < 0,01$), що вказує на зниження проекції при активному зверненні до соціальної підтримки. Соціальне відволікання також слабо позитивно пов'язане з компенсацією ($r = 0,290$, $p < 0,05$), що відображає сприяння соціальної підтримки розвитку сильних сторін. Спрямованість на емоції має помірний негативний зв'язок із реактивним утворенням ($r = -0,396$, $p < 0,01$), що пояснюється відкритим переживанням емоцій. Відволікання позитивно впливає на психічне здоров'я ($r = 0,323$, $p < 0,05$), сприяючи відновленню психологічних ресурсів. Стресостійкість слабо позитивно пов'язана з психічним здоров'ям ($r = 0,279$, $p < 0,05$) і регресією ($r = 0,308$, $p < 0,05$), що може вказувати на тимчасове зниження напруження через регресію. Стресостійкість і відволікання мають помірний позитивний зв'язок ($r = 0,343$, $p < 0,01$), що підкреслює роль відволікання у підтримці стійкості.

Результати підтверджують, що регресія (8,55) домінує в кризових ситуаціях, відображаючи вразливість до стресу, особливо серед ВПО та безробітних. Помірне використання інших механізмів (5,4-6,28) свідчить про гнучкість адаптації, але потребує корекції для уникнення негативних наслідків. Орієнтація на вирішення завдання (36,15) є ключовим фактором ефективної адаптації, тоді як спрямованість на емоції (34,83) та уникнення (34,6) можуть ускладнювати подолання стресу. Низький рівень соціального відволікання (13,75) підкреслює важливість розвитку соціальних ресурсів. Висока стресостійкість (70%) корелює з адаптивними стратегіями, але межовий (28,3%) і низький (1,7%) рівні вказують на потребу в інтервенціях для третини вибірки.

Висновки. Дослідження встановило, що психологічний захист у кризових ситуаціях характеризується переважанням регресії (8,55), що вказує на схильність до менш зрілих стратегій адаптації, особливо серед ВПО та безробітних. Орієнтація на вирішення завдання (36,15) є провідною копінг-стратегією, сприяючи ефективному подоланню стресу, тоді як спрямованість на емоції (34,83) та уникнення (34,6) можуть ускладнювати адаптацію. Висока стресостійкість (70%) свідчить про міцні психологічні ресурси більшості учасників, але межовий рівень (28,3%) потребує уваги. Кореляційні зв'язки (від $-0,396$ до $0,343$) підкреслюють важливість соціальної підтримки та відволікання для психічного благополуччя.

Подальші дослідження можуть зосередитися на розробці програм психологічної підтримки для посилення соціального відволікання та зниження регресії. Рекомендується вивчити вплив гендерних і соціальних факторів на механізми захисту, а також оцінити ефективність сучасних технологій, таких як віртуальна реальність, для тренування стресостійкості в кризових умовах.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Заїка В. М., Клевака Л. П. Психологічні особливості динаміки переживання, подолання та особистісної трансформації людини в умовах життєвої кризи. *Humanitarium*. 2020. Т. 44. Вип. 1. С. 51-58.
2. Зайцева О., Грись А. Особливості механізмів психологічного захисту чоловіків та жінок в екстремальних ситуаціях. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*. №4 (65). 2024. С. 17-24.
3. Карпенко Є. В. Епістеміологічні джерела дослідження механізмів психологічного захисту. *Науковий часопис НПУ імені МП Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. №36. 2012. С. 128-133.
4. Михальська Ю., Ренке, С. Особливості механізмів психологічного захисту особистості. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*, №30. 2015. С. 417-427.
5. Паливода Л. І. Механізми психологічного захисту та копінг-стратегій у подоланні стресу. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. №3. 2023. С. 76-79.

Науковий керівник докторка психологічних наук, професорка Коллі-Шамне А.В.

УДК 005.591.6:351.741-051:[343.85:364.4-053.2]

Волкодав О.В.

ІННОВАЦІЇ В СОЦІАЛЬНО-ПРЕВЕНТИВНІЙ РОБОТІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ З ДІТЬМИ ТА ПІДЛІТКАМИ

У статті розглянуто сутність соціальної превенції у діяльності поліцейських з дітьми та підлітками, визначено інноваційні підходи, що підвищують ефективність профілактичної роботи. Особливу увагу приділено інтерактивним технологіям, цифровим платформам, програмам медіації та відновного правосуддя, партнерству поліції з освітніми закладами, соціальними службами та громадськими організаціями. Обґрунтовано перспективи використання інновацій у сфері запобігання девіантній поведінці та формування правової культури молоді.

Ключові слова: соціальна превенція, поліція, діти, підлітки, інноваційні технології, ювенальна превенція, профілактика.

The article examines the essence of social prevention in the work of police officers with children and adolescents, identifies innovative approaches that increase the effectiveness of preventive work. Particular attention is paid to interactive technologies, digital platforms, mediation and restorative justice programs, police partnerships with educational institutions, social services and public organizations. The prospects for using innovations in the field of preventing deviant behavior and forming a legal culture of youth are substantiated.

***Keywords:** social prevention, police, children, adolescents, innovative technologies, juvenile prevention, prevention.*

Аналіз стану питання. Сучасні соціально-економічні й політичні умови, зумовлені війною, внутрішніми переміщеннями населення та зростанням соціальних ризиків, висувають нові виклики перед системою захисту дітей та підлітків в Україні. Одним із ключових інструментів запобігання девіантній поведінці неповнолітніх виступає діяльність підрозділів ювенальної превенції Національної поліції України, що орієнтована на раннє виявлення ризиків і створення безпечного середовища.

Сучасні соціальні трансформації та зростання викликів, пов'язаних з девіантною поведінкою молоді, актуалізують потребу у вдосконаленні превентивної діяльності правоохоронних органів. Традиційні методи профілактики не завжди відповідають новим умовам, що зумовлює необхідність пошуку інноваційних форм і технологій соціальної роботи. Особливої значущості набуває діяльність підрозділів ювенальної превенції Національної поліції України, орієнтована на раннє виявлення ризиків і створення безпечного середовища для дітей та підлітків.

Збільшується кількість дітей, які зазнали психотравмуючого досвіду внаслідок війни, вимушеного переселення, втрати близьких чи житла, поширюються випадки насильства в сім'ї, булінгу, кібербулінгу та правопорушень у підлітковому середовищі, підлітки все частіше стикаються з небезпекою залучення у протиправну діяльність, залежності від психоактивних речовин, азартних ігор, деструктивних інтернет-спільнот. У цьому контексті підрозділи ювенальної превенції стають центральною ланкою у системі раннього реагування та формування захисного середовища для дітей і молоді.

Юридична наука займається активно питаннями превенції злочинності (А. Жбанчик, І. Іщенко, М. Веселов, О. Бандурка, К. Шкарупа, М. Сташак, В. Шендрик, В. Чумак, І. Комарницька, Д. Кіблик, О. Ключев, Я. Пономарьова та інші), питанням соціально-профілактичної роботи з дітьми та підлітками з делінквентною поведінкою в науці присвячено цілий ряд досліджень таких вчених, як: М. Богомоллова, Ю. Бриндіков, Р. Вайнола, Н. Головка, Н. Заверіко, О. Караман, Н. Клішевич, О. Кривонос, Л. Линник, В. Лютий, В. Оржеховська, Т. Федорченко, С. Харченко, Р. Чубук, Т. Швець та інші, але проблемі застосування інноваційних практик в соціально-превентивній роботі поліцейських із дітьми та підлітками не приділено належної уваги науковців.

Мета статті – проаналізувати сучасні інноваційні підходи та технології у соціально-превентивній діяльності поліцейських, визначити їх ефективність у роботі з дітьми та підлітками, окреслити проблеми впровадження та перспективи розвитку інноваційних практик з урахуванням українського та міжнародного досвіду.

Виклад основного матеріалу. Соціальна превенція розглядається як система заходів, спрямованих на попередження правопорушень та соціально небажаної поведінки у дитячому та підлітковому середовищі. У науковій літературі наголошується на необхідності поєднання правоохоронних, виховних та соціально-педагогічних функцій у діяльності поліції.

Превенцію можна вважати системою заходів, спрямованих на запобігання вчиненню правопорушень. Превентивні поліцейські заходи можуть носити різну форму і зміст (стаття 31 «Превентивні поліцейські заходи» Закону України «Про Національну поліцію») [3].

Значущість діяльності ювенальної превенції проявляється у кількох напрямках: раннє виявлення ризиків, попередження девіацій, створення безпечного середовища, зміцнення партнерства з громадою, адаптація до нових викликів. Поліцейські співпрацюють зі школами, медичними установами, соціальними службами та громадами для виявлення дітей, які опинилися у складних життєвих обставинах. Це дозволяє попередити розвиток девіантної поведінки ще на початкових етапах. Через індивідуальну роботу з дітьми групи ризику, профілактичні бесіди, участь у програмах наставництва та відновного правосуддя ювенальна поліція сприяє зниженню рівня підліткової злочинності. Участь у розробці шкільних політик протидії булінгу, інформаційно-просвітницькі заходи, інтерактивні заняття для дітей і підлітків формують довіру до поліції як до інституції, що захищає права дитини. Практика «community policing» передбачає взаємодію поліції з батьками, педагогами, волонтерами та місцевими органами влади. Це посилює соціальний контроль і сприяє розвитку середовища, у якому дитина почувається захищеною. Використання цифрових технологій (онлайн-консультації, платформи для повідомлень про булінг чи насильство, профілактичні кампанії у соціальних мережах) відповідає потребам сучасних дітей і підлітків.

Діяльність підрозділів ювенальної превенції є необхідною та стратегічно важливою для України, вона спрямована не лише на зменшення рівня дитячої злочинності, а й на захист прав дитини, формування культури безпеки та створення умов для здорової соціалізації підростаючого покоління – у довгостроковій перспективі це сприяє зміцненню соціальної стабільності та зниженню суспільних ризиків.

Науковці підкреслюють, що інноваційність полягає у комплексності підходу (в інтеграції правоохоронних, освітніх та соціальних технологій у роботі з дітьми й підлітками); у використанні доказових практик (застосуванні методів, ефективність яких підтверджена міжнародними дослідженнями (медіація, відновне правосуддя, менторські програми)); в орієнтації роботи поліцейських на права дитини, тобто в переході від карально-репресивної моделі до партнерської, де поліція є радше наставником і захисником, ніж каральним органом; в цифровізації превентивної роботи (впровадження онлайн-освітніх платформ, мобільних

додатків, чат-ботів, що інформують молодь про ризики й способи захисту); в міжсекторальній взаємодії: побудові партнерських взаємин поліції з громадами, школами, громадськими організаціями, міжнародними структурами.

Поліцейські, які безпосередньо працюють у громадах, вважають інноваційними у своїй роботі з дітьми та підлітками наступні кроки та напрями роботи: робота «на випередження» (раннє виявлення дітей групи ризику через тісний контакт зі школами, медиками, соціальними службами), інтерактивна взаємодія з підлітками (проведення тренінгів, рольових ігор, квестів, замість традиційних лекцій «для галочки»), присутність поліцейських, як фахівців, у соціальних мережах (активне використання TikTok, Instagram, Telegram для донесення превентивних меседжів до молоді), залучення волонтерів і менторів через спільні ініціативи з молодіжними лідерами, спортсменами, ветеранами як приклад для підлітків, «Community policing» – орієнтація на співпрацю з громадою, створення довіри, проведення спільних заходів із батьками та вчителями, використання сучасних технологій моніторингу (бази даних ризиків, онлайн-звіти про випадки булінгу, системи «раннього попередження»). Саме впровадження таких інноваційних підходів у соціально-превентивній роботі поліцейських із сучасними дітьми та молоддю дозволить цій роботі стати більш ефективнішою та результативнішою.

Як бачимо, науковці більше говорять про системні підходи, права дитини, міжнародні практики та теоретичне обґрунтування, а практики наголошують на прикладних інструментах – як реально працювати з дітьми, як знаходити контакт, як бути видимим і зрозумілим для молоді.

Інноваційні підходи у соціальній превенції: інтерактивні технології правопросвітництва (використання тренінгів, інтерактивних уроків, рольових ігор дозволяє сформувати у дітей правову культуру, підвищити рівень довіри до поліції, розвинути навички ненасильницького вирішення конфліктів), цифрові інструменти превенції (залучення онлайн-платформ, мобільних додатків, соціальних мереж для інформування підлітків про права, ризики та можливості підтримки створює нові канали комунікації; це особливо актуально у контексті кіберзлочинності та булінгу в інтернет-просторі), технології медіації та відновного правосуддя (застосування відновних практик сприяє зниженню рівня конфліктності у школах, формуванню відповідальності та соціальної компетентності у неповнолітніх) й партнерські програми (інноваційним підходом є створення міжсекторальних партнерств поліції з освітніми закладами, соціальними службами, громадськими та міжнародними організаціями, це дозволяє забезпечити комплексність профілактичних заходів та стійкий соціальний ефект).

Застосування інноваційних технологій у превентивній діяльності поліції сприятиме ранньому виявленню ризиків у підлітковому середовищі, зниженню рівня девіантної поведінки та правопорушень серед

неповнолітніх, підвищенню правової обізнаності та соціальної активності молоді та зміцненню довіри суспільства до правоохоронних органів.

Висновки. Інновації в соціальній превенції у роботі поліцейських з дітьми та підлітками забезпечують якісно новий рівень профілактики та соціального захисту молоді, їх впровадження дозволяє адаптувати діяльність поліції до викликів сучасності, інтегрувати традиційні методи із новітніми технологіями та створити безпечне середовище для розвитку дитини.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Актуальні проблеми превентивної діяльності Національної поліції в умовах воєнного стану : матеріали Регіон. круглого столу (м. Дніпро, 19 квіт. 2023 р.). Дніпро : Дніпроп. держ. ун-т внутр. справ, 2023. 141 с. URL: https://er.dduvs.edu.ua/bitstream/123456789/12446/1/%D0%BC%D0%B0%D0%BA%D0%B5%D1%82_%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%84_%D0%90%D0%9F%D0%9F%D0%90%D0%94_19.04.23.pdf
2. Кубасенко А. Превентивна діяльність підрозділів Національної поліції України : навчально-методичний посібник для здобувачів вищої освіти освітнього ступеня магістра у Національному університеті «Одеська юридична академія», галузь знань 26 «Цивільна безпека» спеціальність 262 «Правоохоронна діяльність» / авт.-укл.: А. Кубасенко, О. Ульянов, О. Крижановська ; Нац. ун-т «Одеська юридична академія». — Одеса : Юридична література, 2024. — 128 с.. URL: <https://dspace.onua.edu.ua/server/api/core/bitstreams/9a58d8d2-57a8-4d79-899a-6b4d6a14161b/content>
3. Про Національну поліцію: Закон України від 02.07.2015 № 580VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19>
4. Кононець В.П. Організація діяльності підрозділів ювенальної превенції органів Національної поліції щодо захисту прав та законних інтересів дітей : навч. посіб. Дніпро : Видавець Біла К.О., 2020. 102 с.
5. Швець Т. Соціально-педагогічні умови профілактики делінквентних виявів в учнівському середовищі. Педагогічний альманах. 2015. Випуск 27. С 228-235. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=pedalm_2015_27_39

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, доцентка Швець Т.М.

ВПЛИВ ВІЙСЬКОВОГО СТАНУ НА РОЗВИТОК ПОДРУЖНІХ ВІДНОСИН

У статті аналізується як військовий стан впливає на подружні відносини. Військовий стан спричиняє низку психологічних, соціальних та економічних факторів, таких як вимушена розлука, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), фінансова нестабільність і підвищена тривожність, які суттєво впливають на якість подружніх відносин. Дослідження дозволило виявити ключові психоемоційні та поведінкові особливості, що впливають на якість шлюбу в умовах війни. За результатами опитувальника самооцінки станів встановлено переважання середнього рівня тривожності та фрустрації, низький рівень агресивності у більшості учасників і помітну частку високої ригідності, що свідчить про помірне психоемоційне напруження, яке ускладнює адаптацію до кризових умов війни. Аналіз за методикою оцінки конфліктності особистості показав відносно рівномірний розподіл низького, середнього та високого рівнів конфліктності, що вказує на помірну схильність до конфліктної поведінки, яка може погіршувати подружню взаємодію. Тест на задоволеність шлюбом виявив значну частку низького рівня задоволеності, переважання середнього рівня та меншу частку високого рівня, що відображає виклики для шлюбу в умовах війни.

Ключові слова: подружні відносини, війна, конфлікт, рівень задоволеності, адаптація.

The article analyzes how martial law affects marital relationships. Martial law causes a number of psychological, social, and economic factors, such as forced separation, post-traumatic stress disorder (PTSD), financial instability, and increased anxiety, which significantly affect the quality of marital relationships. The study identified key psycho-emotional and behavioral characteristics that affect the quality of marriage in wartime. The results of the self-assessment questionnaire showed a predominance of moderate levels of anxiety and frustration, low levels of aggression in most participants, and a noticeable proportion of high rigidity, indicating moderate psycho-emotional tension, which complicates adaptation to the crisis conditions of war. Analysis using the personality conflict assessment method showed a relatively even distribution of low, medium, and high levels of conflict, indicating a moderate tendency toward conflict behavior, which can worsen marital interaction. The marriage satisfaction test revealed a significant proportion of low satisfaction, a predominance of medium satisfaction, and a smaller proportion of high satisfaction, reflecting the challenges to marriage in wartime.

Keywords: marital relations, war, conflict, satisfaction level, adaptation.

Постановка проблеми. Дослідження, проведені в умовах воєнних конфліктів, показують, що хронічний стрес може спричиняти тривожні розлади, депресію та ПТСР. Американський психолог Ч. Фіглі зазначає, що особи, які перебувають у зоні бойових дій або регіонах із високим рівнем небезпеки, часто відчувають безпорадність, страх і втрату контролю. Такі емоційні стани знижують здатність ефективно взаємодіяти з іншими, зокрема в подружніх відносинах. Тривожність, спричинена військовим станом, часто пов'язана з невизначеністю щодо майбутнього, страхом за життя своє чи близьких, а також втратою звичного способу життя. Вимушена евакуація чи переїзд до іншого регіону викликають дезорієнтацію та втрату соціальних зв'язків, що посилює психологічний дискомфорт [7; 8].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Подружні відносини та їх проблематику розглядали такі представники психологічних наук, а саме В. Васищева (визначення основ психології сім'ї), О. Ващенко (виокремлення соціально-психологічних чинників подружніх конфліктів в умовах війни), Л. Гаврилюка (визначення впливу війни на стійкість сімейних стосунків), Л. Котлової (дослідження психологічних чинників задоволеності шлюбом на різних етапах подружнього життя), Л. Слюсар (особливості резильєнтності сім'ї в умовах довготривалої війни в Україні), О. Столярчук (параметри переживання українцями сімейних криз в умовах війни) та ін. Війна, як екстремальна ситуація, загострює наявні проблеми української сім'ї, такі як нестабільність шлюбу, високий рівень розлучень, ускладнення дитячо-батьківських відносин і соціальна ізоляція, а також провокує нові виклики, зокрема пов'язані з вимушеною міграцією та втратами, що підкреслює актуальність вивчення впливу військового стану на подружні відносини та необхідність розробки психокорекційних програм, спрямованих на підвищення стійкості сімейної системи та зміцнення взаємодії між партнерами в умовах кризи.

Формулювання цілей статті. Дослідити вплив військового стану на розвиток подружніх відносин.

Виклад основного матеріалу.

Військовий стан є особливим правовим режимом, який вводиться державою в умовах воєнного конфлікту, зовнішньої агресії або загрози національній безпеці. Психологічний вплив проявляється через зовнішні стресові фактори, такі як загроза життю, економічна нестабільність, вимушена розлука чи втрата близьких, а також внутрішні фактори, зокрема тривожність, депресивні стани та посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Вказані обставини формують складний контекст, у якому подружжя змушене адаптуватися до нових умов, що може як зміцнювати їхні стосунки, так і призводити до конфліктів і відчуження [3].

Зарубіжні дослідники зазначають, що в умовах війни зростають ризики, пов'язані з насильницькою смертю, що посилює страх втрати життя чи свободи. Такі переживання часто проявляються у вигляді панічних атак,

відчаю, горя чи тривалого стресу. Вимушена розлука з близькими, соціальна ізоляція, міграція чи еміграція додатково ускладнюють психоемоційний стан. Соціальна ізоляція, спричинена обмеженнями пересування чи втратою соціальних зв'язків, також погіршує здатність партнерів підтримувати один одного. Додатково війна підвищує ймовірність розвитку ПТСР, депресії, тривожних розладів і навіть соматичних захворювань, таких як гіпертонія чи хронічна втома, що є наслідком тривалого психоемоційного напруження [10].

Теоретичний аналіз проблематики впливу військового стану на розвиток подружніх відносин дозволяє зробити низку важливих висновків. Військовий стан, як особливий правовий режим, створює складний комплекс психологічних, соціальних та економічних викликів, що впливають на функціонування сім'ї та подружніх стосунків. Такі виклики включають підвищений рівень стресу, тривожність, вимушену розлуку, зміну сімейних ролей, а також ризик розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР), депресії та інших психологічних порушень, що негативно позначаються на емоційній близькості, комунікації та загальній стабільності шлюбу.

Подружні відносини є складною системою взаємодії між двома партнерами, яка ґрунтується на емоційній близькості, взаємній підтримці, спільних цінностях і зобов'язаннях. Вони відіграють ключову роль у житті людини, впливаючи на її психологічне благополуччя, соціальну адаптацію та самореалізацію. Розвиток подружніх відносин залежить від численних факторів, включаючи внутрішні характеристики партнерів, такі як їхні особистісні риси, та зовнішні обставини, зокрема соціально-економічні умови, культурні особливості чи кризові ситуації, такі як війна [1].

Для збору даних використано комплекс психологічних методик, які дозволили оцінити різні аспекти подружніх відносин і психоемоційного стану учасників. Аналізуючи показники за методикою «Оцінка рівня компетентності у вирішенні конфліктів», нами було сформована діаграма, що відображає розподіл отриманих рівнів у відсотковому співвідношенні (рис. 1) [9].



Рис. 1 – Показники рівня компетентності у вирішенні конфліктів

Отримані результати вказують на значний вплив військового стану на здатність подружжя вирішувати конфлікти. Переважання низького рівня конфліктологічної компетентності (65%) може бути пов'язане з психоемоційним навантаженням, спричиненим війною. Середній і високий рівні компетентності, які становлять 20% і 15% відповідно, свідчать про те, що деякі пари здатні зберігати або розвивати навички вирішення конфліктів навіть у складних умовах, що може бути пов'язано з індивідуальними характеристиками партнерів, такими як психологічна стійкість, або з зовнішніми факторами, наприклад, проживанням у безпечних регіонах, де рівень стресу є нижчим.

На основі результатів за опитувальником «Самооцінка станів тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності» нами сформовано діаграму, де представлено відсоткове співвідношення проявів психічних станів (рис. 2) [5].

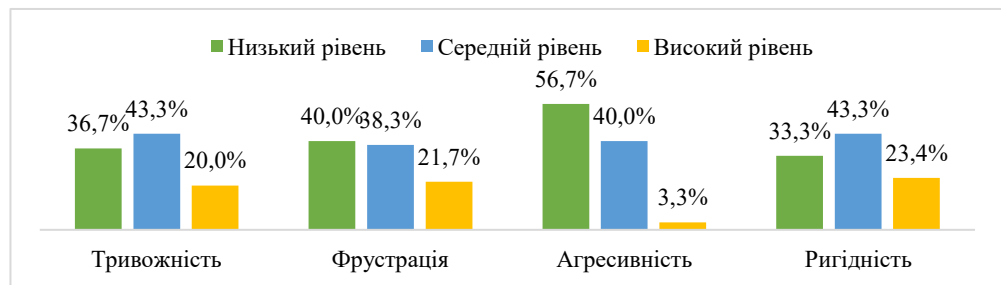


Рис. 2 – Показники рівнів прояву психічних станів

Низький відсоток високого рівня агресивності (3,3%) може пояснюватися соціальною бажаністю відповідей або відносно стабільним психоемоційним станом учасників. У контексті війни середній рівень агресивності може бути пов'язаний із накопиченим стресом, викликаним зовнішніми факторами, такими як економічна нестабільність чи розлука. Високий рівень ригідності у 23,4% може свідчити про низьку гнучкість у мисленні чи поведінці, що ускладнює пристосування до нових сімейних ролей чи умов, спричинених війною. Ригідність, яка має високий рівень у 23,4% учасників, може ускладнювати адаптацію пар до нових умов, таких як зміна ролей чи вимушена розлука, що є особливо актуальним у воєнний час.

На основі методики оцінки конфліктності особистості нами сформовано діаграму відсоткового розподілу рівнів схильності до конфліктів серед учасників дослідження (рис. 3) [2; 4].

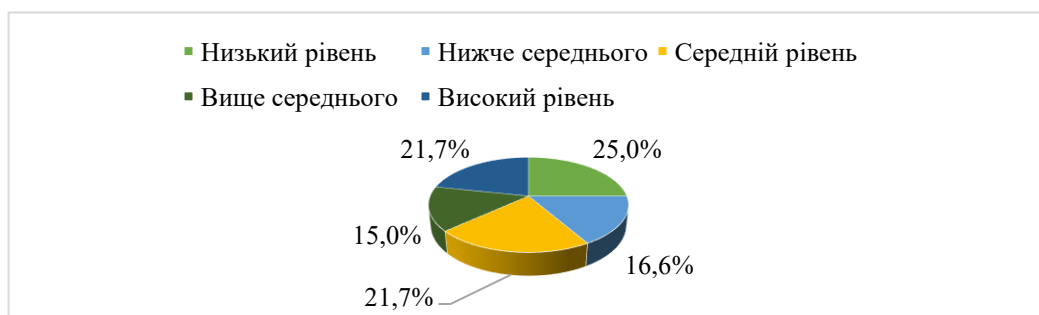


Рис. 3 – Показники рівня конфліктності особистості

Результати за методикою оцінки конфліктності особистості підтверджують значний вплив військового стану на подружні відносини.

Результати за методикою оцінки конфліктності особистості мають важливе значення для розробки психокорекційних програм, спрямованих на підтримку подружжя в умовах війни. Високий і вище середнього рівні конфліктності у 36,7% учасників вказують на потребу в тренінгах із розвитку ненасильницької комунікації, управління емоціями та вирішення конфліктів. Низький і нижче середнього рівні конфліктності у 41,6% учасників (25 осіб) є позитивним показником, який свідчить про потенціал цих пар до збереження гармонії. Аналізуючи результати за тестом на задоволеність шлюбом, нами була сформована діаграма, що відображає відсоткове співвідношення серед опитуваних (рис. 4) [6].

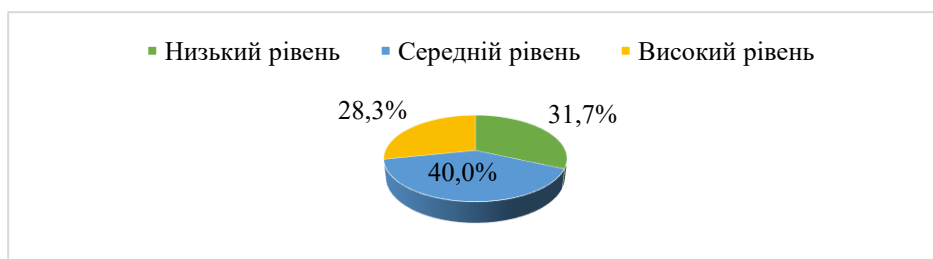


Рис. 4 – Показники рівня задоволеності шлюбом

Результати тесту на задоволеність шлюбом мають важливе значення для розробки психокорекційних програм, спрямованих на підтримку подружжя в умовах війни. Низький рівень задоволеності у 31,7% учасників вказує на потребу в цільових інтервенціях, таких як сімейне консультування, тренінги з ненасильницької комунікації чи програми для зниження тривожності та фрустрації. Середній рівень у 40% учасників підкреслює необхідність профілактичних заходів, які допоможуть парам зміцнити взаємодію та запобігти погіршенню відносин. Високий рівень у 28,3% є позитивним показником, який може бути використаний для вивчення факторів стійкості, що дозволяють парам зберігати гармонію в кризових умовах.

Висновки. Отримані результати підкреслюють необхідність універсальних психокорекційних програм, спрямованих на зниження тривожності, фрустрації та агресивності, розвиток навичок вирішення конфліктів і зміцнення емоційної близькості для підтримки подружніх відносин у кризових умовах.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Богун В. І., Литовченко Н. Ф. Задоволеність шлюбом в сім'ях військовослужбовців. *Психологія і війна: збірник матеріалів XIV Міжнародної науково-практичної конференції* (23-24 квітня 2024 р., м. Ніжин) / за ред. М. В. Папучі. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2024. С. 33-40.
2. Дзюба Т.М. Комплекс методик для діагностики психологічної готовності керівника школи до взаємодії в умовах конфлікту /За наук. ред. Л.М.Карамушки Полтава, 2005. 67 с.
3. Клименко Л. В. Дослідження впливу війни в Україні на родинні цінності сучасного студентства. *Науковий вимір соціально-педагогічних проблем сьогодення: збірник матеріалів VII Міжнародної науково-практичної конференції* (25 травня 2023 р., м. Ніжин) / за ред. О. В. Лісовця, С. О. Борисюк. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2023. С. 41-43.
4. Ложкін Г. В., Пов'якель Н. І. Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика: Навчальний посібник. К.: Професіонал, 2007. 416 с.
5. Методики дослідження психічного здоров'я та благополуччя персоналу організацій : психологічний практикум. Л. М. Карамушка, О. В. Креденцер, К. В. Терещенко, В. І. Лагодзінська, В. М. Івкін, О. С. Ковальчук ; за ред. Л. М. Карамушки. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 76 с.
6. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Магдисюк Л. І., Дучимінська Т. І. Психологія молодшої сім'ї : монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 235 с.
7. Figley C. R. Traumatic stress: The role of the family and social support system. New York: Brunner/Mazel, 1986. <https://is.gd/UWUZBD>
8. Figley C. R., McCubbin H. I. Catastrophes: An overview of family reactions. *Ariel*. №129.81. 1983. С. 82-190.
9. Heppner P.P., Petersen Ch. H. Development and Implication of a Personal Problem Solving Inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 1982, №29, P.66-75.
10. Jawaid M. Gomolka A. Timmer Neuroscience of trauma and the Russian invasion of Ukraine, *National Library of Medicine*, № 6(6), 2022. P. 748-749, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35437314/>

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Харченко В.Є.

ОСОБЛИВОСТІ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ ТРУДОВОГО КОЛЕКТИВУ

Стаття присвячена дослідженню міжособистісних стосунків у трудовому колективі банківської установи, аналізу соціально-психологічного клімату та оцінці ефективності психокорекційних заходів. Встановлено, що висока організаційна напруженість і низька згуртованість є ключовими проблемами, які впливають на стосунки. Запропоновано рекомендації для їх оптимізації.

Ключові слова: міжособистісні стосунки, соціально-психологічний клімат, трудовий колектив, організаційна напруженість, згуртованість, психокорекція

The article focuses on studying interpersonal relationships in the workplace of a banking institution, analyzing the socio-psychological climate, and evaluating the effectiveness of psychocorrectional interventions. It was found that high organizational tension and low group cohesion are key issues affecting relationships. Recommendations for their optimization are proposed.

Key words: interpersonal relationships, socio-psychological climate, work team, organizational tension, group cohesion, psychocorrection.

Постановка проблеми. Міжособистісні стосунки в трудовому колективі відіграють ключову роль у формуванні соціально-психологічного клімату, який впливає на продуктивність, мотивацію та психологічний комфорт працівників. У банківській сфері, де високий рівень взаємозалежності, стрес і потреба в командній роботі є визначальними, проблеми в міжособистісних взаємодіях, такі як конфлікти, низька згуртованість чи авторитарний стиль управління, можуть знижувати ефективність роботи та сприяти плинності кадрів.

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю вивчення факторів, що впливають на міжособистісні стосунки, та розробки психокорекційних заходів для їх покращення, що сприятиме гармонійному розвитку колективу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Міжособистісні стосунки в трудовому колективі розглядаються як складна система взаємодій, що поєднує емоційні, когнітивні та поведінкові аспекти. В. Григор та І. Остополець [2] визначають їх як сукупність неформальних зв'язків, що базуються на взаємній привабливості та оцінці партнерів по спілкуванню, підкреслюючи роль емоційного забарвлення. Л. Карамушка [4] акцентує на соціально-психологічному кліматі як стабільному психічному стані колективу, що формується через міжособистісні взаємодії та впливає на

мотивацію і згуртованість. Негативний клімат може провокувати конфлікти, тоді як позитивний сприяє співпраці.

В. Циба [9] пропонує розглядати клімат як структуровану систему спільних цінностей і переконань, що формують емоційний фон. Він наголошує на важливості цілеспрямованих заходів, таких як тренінги, для посилення згуртованості. О. Мармаза [7] підкреслює гармонію між особистими та діловими стосунками як умову ефективного управління, зазначаючи, що дисбаланс між ними знижує креативність і сприяє напрузі. В. Кузьмін [6] пов'язує клімат із умовами праці та відпочинку, вказуючи на їхній вплив на баланс між роботою та відновленням.

К. Платонов [8] акцентує на групових факторах, таких як зрілість колективу, що визначає рівень взаємодовіри та співпраці. У незрілих групах домінують конформізм і соціальне зараження, що ускладнює стосунки. Л. Ющишина [10] відзначає роль соціальної фасилітації у підвищенні продуктивності в згуртованих групах. М. Загороднюк та Л. Дибчук [3] підкреслюють значення взаємин між керівником і підлеглими, а також професійної компетентності для формування сприятливого клімату. Н. Беляєва [1] наголошує на психокорекційних методах, таких як тимбілдинг, для зміцнення згуртованості, а І. Кравець [5] акцентує на корекції деструктивних когнітивних моделей для інтеграції ізольованих членів колективу.

Формулювання цілей статті. Метою статті є дослідження особливостей міжособистісних стосунків у трудовому колективі банківської установи, аналіз соціально-психологічного клімату, оцінка рівня організаційної напруженості, згуртованості та конфліктності, а також розробка рекомендацій для їх оптимізації на основі психокорекційних заходів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження проводилося на базі Центрального відділення ПАТ «МТБ Банк» у м. Херсон з березня по червень 2025 року. Участь взяли 46 працівників, що забезпечило репрезентативність для невеликого банківського колективу. Вибірка була збалансованою за статтю (52,2% жінок і 47,8% чоловіків) та віком: третина учасників (32,6%) – молоді спеціалісти віком 22–30 років, 37,0% – досвідчені працівники 31–45 років, а 30,4% – старші співробітники 46–60 років. Учасники мали різний стаж (від 1 до 25 років) і займали посади від операціоністів до менеджерів, що дозволило врахувати різноманітність ролей і досвіду. Дослідження проводилося анонімно через онлайн-форми, з дотриманням етичних норм, включаючи добровільну участь і конфіденційність.

Для аналізу використано п'ять психологічних методик: оцінка соціально-психологічного клімату за Ф. Фідлером, індекс організаційної напруженості за Р. Каном, згуртованість за К. Сішором, конфліктність за Г. Ложкіним і Н. Пов'якель, а також міжособистісні стосунки за Т. Лірі. Дослідження складалося з чотирьох етапів: початкова діагностика для

оцінки вихідного стану колективу, розподіл учасників на контрольну та експериментальну групи (по 23 особи), впровадження психокорекційної програми та повторна діагностика для оцінки її ефективності. Дані оброблялися за допомогою статистичних методів, включаючи кореляційний аналіз і t-критерій Ст'юдента.

Дослідження розпочалося з оцінки соціально-психологічного клімату в колективі, яка показала, що більшість працівників (58,7%) сприймають атмосферу як помірно сприятливу, що означає, що в колективі є певна згуртованість, але взаємодія часто обмежується формальними робочими завданнями, а епізодичні конфлікти чи брак глибокої довіри перешкоджають повній гармонії. Приблизно чверть учасників (23,9%) оцінили клімат як позитивний, що свідчить про наявність груп, де панує взаємопідтримка, довіра та комфорт, сприяючи ефективному обслуговуванню клієнтів. Однак 17,4% працівників зазначили негативну атмосферу, що проявляється в напрузі, ізоляції чи конкуренції, наприклад, через нерівномірний розподіл завдань або нечітку комунікацію з керівництвом.

Організаційна напруженість виявилася значною проблемою: 71,7% учасників відчувають високий рівень стресу, зумовлений кількома факторами. Найвищий рівень напруги викликає робоче навантаження (60,9%), що пов'язано з інтенсивним графіком і великою кількістю клієнтських запитів. Проблеми у взаємодії з керівництвом і колегами (56,5%) також створюють напругу, особливо через авторитарний стиль управління чи конкуренцію за бонуси. Організаційні умови, такі як комфорт робочого місця чи доступність ресурсів, викликають стрес у половини учасників (50%), тоді як обмежені кар'єрні перспективи турбують 54,3% працівників, що породжує фрустрацію. Позитивним аспектом є відносно низька напруженість щодо соціально-економічних умов (60% учасників зазначили низький рівень стресу), що пов'язано зі стабільною зарплатою та прийнятними побутовими умовами.

Стосовно згуртованості, лише невелика частина колективу (8,7%) демонструє високий рівень інтеграції, з сильним почуттям приналежності та взаємною довірою, що характерно для тісно пов'язаних груп, наприклад, досвідчених менеджерів. 26,1% працівників мають помірно високу згуртованість, співпрацюючи ефективно, але з певними непорозуміннями. Найпоширенішим є середній рівень згуртованості (32,6%), коли взаємодія носить функціональний характер без глибокого емоційного зв'язку. Водночас 13% учасників відчувають часткову ізоляцію, а 19,6% – значну фрагментацію, що проявляється у відсутності взаємодопомоги та схильності до конфліктів.

Конфліктність у колективі варіюється: 28,3% працівників демонструють толерантну поведінку, уникаючи суперечок, а 15,2% вступають у конфлікти лише за стресових умов. Середній рівень конфліктності (17,4%) є типовим, з нечастими суперечками, що не

руйнують взаємодію. Однак 15,2% учасників мають підвищену схильність до конфліктів, а 23,9% – високу, що може дестабілізувати колектив через конкуренцію чи імпульсивність.

Аналіз міжособистісних стосунків показав, що в колективі переважають авторитарна поведінка (9 балів), характерна для керівників, які прагнуть контролю, та агресивна (8,98 бала), що проявляється в прямолінійності чи суперництві. Незалежно-домінуючий стиль (8,93 бала) відображає прагнення до автономії, але без тиску на інших. Недовірливо-скептична (8,35 бала) і покірно-сором'язлива (8,67 бала) поведінки вказують на обережність і уникнення конфліктів, що частіше спостерігається у новачків. Заздрісна поведінка (7,37 бала) є менш вираженою, тоді як співпрацюючий (8,46 бала) і альтруїстичний (8,96 бала) стилі створюють потенціал для командної роботи та взаємодопомоги.

Кореляційний аналіз виявив кілька ключових зв'язків між показниками. Високе робоче навантаження знижує конфліктність, оскільки працівники, перевантажені завданнями, уникають суперечок, але це накопичує приховану напругу, що може знижувати мотивацію. Погіршення організаційних умов, таких як шум чи брак ресурсів, негативно впливає на соціально-психологічний клімат, зменшуючи комфорт і згуртованість. Напруженість у взаємодії з керівництвом і колегами пов'язана з незалежно-домінуючою та авторитарною поведінкою, що посилює стрес через конкуренцію чи нечітку комунікацію. Водночас стабільні соціально-економічні умови, такі як гідна зарплата, сприяють альтруїстичній поведінці, зменшуючи конкуренцію та стимулюючи співпрацю.

На основі діагностики було розроблено психокорекційну програму, спрямовану на зниження напруженості, підвищення згуртованості та покращення комунікації. Програма складалася з восьми онлайн-сесій, що проводилися протягом чотирьох тижнів по п'ятницях і суботах з 18:00 до 20:00, щоб мінімізувати вплив на робочий графік. Вона включала чотири модулі: управління стресом (техніки релаксації, тайм-менеджмент), ненасильницьке спілкування (медіація для вирішення конфліктів), тимбілдинг (вправи для зміцнення довіри) і розвиток альтруїзму (стимулювання емпатії). Кожен модуль поєднував теорію, практичні вправи (рольові ігри, дискусії) і рефлексію, а домашні завдання, такі як ведення щоденника емоцій, сприяли закріпленню навичок.

Після завершення програми експериментальна група (23 особи) показала певні покращення порівняно з контрольною. Соціально-психологічний клімат дещо покращився (47,52 проти 42,13), але зміни не були статистично значущими, що може бути пов'язано з коротким періодом спостереження чи впливом зовнішніх факторів, таких як робоче навантаження. Організаційна напруженість у експериментальній групі значно знизилася (з 82,65 до 72,3), що свідчить про ефективність технік релаксації та медіації, які допомогли зменшити стрес від перевантаження та проблем у комунікації. Згуртованість також зросла (з 9,74 до 12,3), завдяки

тімбілдингу, який зміцнив довіру та емпатію, зменшивши ізоляцію в колективі.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Дослідження показало, що міжособистісні стосунки в колективі Центрального відділення ПАТ «МТБ Банк» мають змішаний характер. Соціально-психологічний клімат переважно помірний, з тенденцією до гармонії в окремих групах, де працівники відчують довіру та підтримку, що сприяє якісному обслуговуванню клієнтів. Однак у частині колективу атмосфера напружена через ізоляцію чи конкуренцію, що вимагає уваги. Організаційна напруженість є значною проблемою, спричиненою перевантаженням роботою, проблемами в комунікації з керівництвом і колегами, а також обмеженими кар'єрними перспективами. Позитивним фактором є стабільні соціально-економічні умови, які зменшують стрес і сприяють співпраці.

Згуртованість у колективі є нерівномірною: невелика група працівників демонструє сильну інтеграцію, тоді як значна частина відчуває ізоляцію чи брак довіри, що посилює напругу. Конфліктність варіюється від толерантної поведінки до дестабілізуючої агресивності, що залежить від індивідуальних особливостей і стресових умов. Домінування авторитарної та агресивної поведінки створює виклики, але співпрацюючий і альтруїстичний стилі відкривають можливості для покращення взаємодії.

Психокорекційна програма довела свою ефективність у зниженні організаційної напруженості та підвищенні згуртованості. Техніки управління стресом і медіація допомогли зменшити перевантаження та напругу в комунікації, а тімбілдинг сприяв зміцненню довіри та емпатії. Проте соціально-психологічний клімат не зазнав значних змін, що може бути пов'язано з коротким періодом спостереження або впливом зовнішніх факторів, таких як інтенсивний графік роботи.

Для подальшого вдосконалення міжособистісних стосунків варто розширити дослідження, залучивши більшу вибірку, щоб отримати більш узагальнені результати. Аналіз зовнішніх факторів, таких як економічні умови чи корпоративна культура, допоможе краще зрозуміти їхній вплив на взаємодію. Повторні тестування через 6-12 місяців дозволять оцінити довгострокову ефективність програми. Розробка спрощених психокорекційних методик, адаптованих для малих колективів і онлайн-форматів, сприятиме гнучкості. Вивчення ролі індивідуальних психологічних характеристик, таких як емоційний інтелект, може допомогти у створенні більш згуртованого та гармонійного робочого середовища.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Беляєва Н. С. Оцінювання соціально-психологічного клімату в колективі на прикладі підприємства торгівлі та його вплив на процес управління організацією. *Актуальні проблеми економіки*. 2017. № 5. С. 144-153.
2. Григор В. С., Остополець І. Ю. Міжособистісні стосунки в педагогічному колективі як фактор ефективності професійної діяльності. *Інтеграція теорії у практику*:

- проблеми, пошуки, перспективи: матеріали міжнар. наук.-практ. конф.* (м. Чернігів, 05 листоп. 2021 р.) / гол. ред. О. М. Тогочинський; Академія Державної пенітенціарної служби. Чернігів: Академія ДПтС, 2021. С. 96-100.
3. Загороднюк М. Ю., Дибчук Л. В. Аналіз та особливості формування соціально-психологічного клімату в трудовому колективі. *Сучасна освіта та наука в глобальному і національному вимірах: виклики, загрози та ефективні рішення*. Тези доповідей учасників Міжнародної науково-практичної конференції 24 квітня 2024 року. Вінниця. С. 139-143.
 4. Карамушка Л. М. Вплив психологічного клімату в освітніх організаціях на ефективність управління. *Психологія управління : Навчальний посібник*. К. : Міленіум, 2003. С. 140-161.
 5. Кравець І. М., Доброжинський А. В. Соціальна складова конфлікту у трудовому колективі. *III International Scientific and Practical Conference «Scientific vector of various sphere's development: reality and future trends»*. European Scientific Platform, 2024. С. 47-51.
 6. Кузьмін В. В. Соціально-психологічні аспекти управління кар'єрними стратегіями персоналу та його мотивацією в умовах війни. *Габітус*. Вип. 63. 2024. С. 184-190.
 7. Мармаза О. І. Психологічний клімат у педагогічному колективі. Інноваційні підходи до управління навчальним закладом. Харків : Видавнича група «Основа», 2004. С. 145-149.
 8. Платонов К., В. Мясіщев, Г. Андрєєва. Основні фактори формування соціально-психологічного клімату у трудовому колективі. *Психологія XXI століття: теоретичні та практичні дослідження: зб. наук. пр./гол. ред. ЛГ Білий*. Хмельницький: Вид-во Хмельниц. ін-ту МАУП, 2018. № 8. С. 143.
 9. Циба В.Т. Соціально-психологічний клімат у малій контактній групі. Системна соціальна психологія. Навч. посіб. К. : Центр навчальної літератури, 2006. С. 244-255.
 10. Ющишина Л., Шматковська Т., Юхимчук А. Особливості управління процесом формування сприятливого соціально-психологічного клімату в колективі сучасного підприємства. *Економічний часопис Волинського національного університету імені Лесі Українки*. 2024. Том. 2. № 38. С.97-103. <https://doi.org/10.29038/2786-4618-2024-02-97-103>

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

УДК [008+316.61]:316.334.55-051(477)"18/19"

Гаврилюк Т.С.

СОЦІОКУЛЬТУРНИЙ РОЗВИТОК УКРАЇНСЬКОГО СЕЛЯНСТВА В УМОВАХ МОДЕРНІЗАЦІЇ СУСПІЛЬСТВА ДРУГОЇ ПОЛОВИНИ XIX - ПОЧАТКУ XX СТ.

У статті проаналізовано соціокультурні трансформації українського селянства в умовах модернізаційних процесів другої половини XIX - початку XX ст. Розглянуто вплив аграрних перетворень, промислового зростання, міграцій, освіти та просвітницьких інституцій

на побут, культуру, соціальну структуру й національну ідентичність селян. Узагальнено, що селяни виступали не лише об'єктом реформ, а й активними агентами модернізації й національного відродження; їхні практики й інститути (кооперативи, читальні, церкви) стали містком між традицією і новим соціокультурним порядком.

Ключові слова: селянство, модернізація, аграрна реформа, освіта, кооперація, національна свідомість.

The article examines socio-cultural transformations of the Ukrainian peasantry during the modernization processes of the late nineteenth and early twentieth centuries. It analyzes the impact of agrarian reforms, industrial growth, migration, education and cultural institutions on peasants' everyday life, social structure and national identity. The study concludes that peasants were not only objects but also agents of modernization and national revival; institutions such as cooperatives, reading societies and churches served as bridges between tradition and modernity.

Key words: peasantry, modernization, agrarian reform, education, cooperation, national consciousness.

Постановка проблеми. Друга половина XIX - початок XX ст. – період, коли українські землі в межах Австро-Угорської та Російської імперій опинилися під сильним тиском модернізаційних процесів, скасування кріпацтва (1861 р.), аграрні та адміністративні реформи, розгортання промислового виробництва, інтенсифікація міграцій. Поряд із економічними трансформаціями відбувалися глибинні зміни в культурно-побутовому житті селян, поширення початкової освіти, формування громадянських інституцій, поширення нових інформаційних практик (преса, листування, брошури), зміни в репертуарі звичаїв, одязі, харчуванні. Водночас селянське середовище залишалося неоднорідним – від заможніших господарств до малоземельних селян, що створювало протилежні вектори: модернізацію й соціальне загострення.

Аналіз досліджень і публікацій. Проблеми становища українського селянства висвітлювали у своїх працях М. Грушевський, Д. Багалій, а також сучасні історики – В. Верстюк, О. Реєнт, І. Гуржій, Ю. Присяжнюк, А. Блануца. У дослідженнях підкреслюється, що модернізація в Україні мала суперечливий характер: з одного боку - зростання мобільності селян, розвиток освіти, поширення преси, культурних товариств; з іншого – бідність, малоземелля, соціальні конфлікти.

Мета статті – проаналізувати суперечливий характер соціокультурного розвитку українського селянства в умовах модернізації другої половини XIX-початку XX ст., визначити трансформацію їхнього побуту, культурних практик та освітніх можливостей.

Виклад основного матеріалу. Скасування кріпацтва 1861 р. стало переломним моментом для українського селянства. Хоча більшість селян

залишалася малоземельною і залежною від поміщицьких економічних структур, нові умови створювали простір для соціальної мобільності й культурного розвитку [5, с. 112].

У другій половині XIX ст. активізувався процес виходу селян за межі традиційного господарського укладу: вони брали участь у ринкових відносинах, займалися сезонними міграціями та переселенням у нові регіони. Освіта відіграла ключову роль у модернізації села. Земські школи, недільні школи, а пізніше й діяльність товариства «Просвіта» створювали умови для поширення грамотності й національної культури серед селян [1, с. 115].

Дослідники підкреслюють, що здобуття освіти відкривало шлях дітям із простих родин до участі в науковому, літературному та політичному житті України [4, с. 98]. Показовими є приклади Івана Франка, Бориса Грінченка та Агатангела Кримського, які завдяки освіті вийшли з селянського середовища й стали провідними діячами українського національного руху [3, с. 54].

Соціокультурна модернізація охоплювала також сферу сімейних і гендерних відносин. Жінка в українській селянській родині другої половини XIX - початку XX ст. відігравала провідну роль не лише в господарському побуті, але й у збереженні культурних традицій та вихованні дітей. Гендерні дослідження доводять, що зміна ролі жінки у суспільстві пов'язана як з економічними перетвореннями, так і з новими освітніми можливостями [2, с. 14]. Водночас дослідження селянської сім'ї засвідчують її трансформацію, від великої патріархальної до малої нуклеарної сім'ї, яка більше відповідала умовам модерного суспільства [10, с. 88].

Суттєвою складовою модернізаційних процесів була кооперація та діяльність земств. Селяни дедалі активніше долучалися до кооперативного руху, який не лише полегшував економічну діяльність, а й сприяв поширенню нових соціальних практик і формував навички колективної організації [8, с. 60].

Сільське господарство набувало нових форм під впливом технічних нововведень і ринкових вимог, що особливо відчутно проявлялося у південних регіонах України [9, с. 84].

Важливим напрямом трансформації була духовна та культурна сфера. Селянство залишалося носієм традиційної культури, проте водночас поступово адаптувалося до нових форм культурного життя. Театральні гуртки, хори, аматорські вистави, просвітницькі читальні стали осередками, де поєднувалися народні традиції та модерні культурні практики [7, с. 5]. Саме в селі визрівали основи національної ідентичності, яка спиралася на мову, фольклор і звичаї [6, с. 57].

Висновки. Українське селянство в умовах модернізації другої половини XIX - початку XX ст. зазнало глибоких соціокультурних трансформацій. Скасування кріпацтва, розвиток аграрних технологій, поширення освіти та культурного руху призвели до формування нового

типу селянської ідентичності [4, с. 302]. Цей період став часом поєднання традицій і новацій: селянство зберігало духовні та культурні цінності, водночас активно пристосовуючись до викликів індустріальної доби. Саме завдяки модернізації сільського середовища стало можливим формування української національної свідомості, що в подальшому відіграло ключову роль у політичних і соціальних процесах ХХ століття.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Андрощук, О.В., Баран, В.К., Блануца, А.В. та ін. Історія українського селянства. Нариси в 2-х томах. – Т.1. – К.: Наукова думка, 2006. – 632 с.
2. Кісь, О.Р. Жінка в українській селянській сім'ї другої половини ХІХ – початку ХХ століття: гендерні аспекти. – Львів, 2002. – 20 с.
3. Михайлюк, О.В. Вплив освіти новоевропейського типу на культуру селянства України (початок ХХ ст.) // Укр. селянин. – Черкаси, 2005. – № 9. – С. 51–54.
4. Михайлюк, О.В. Селянство України в перші десятиліття ХХ ст.: соціокультурні процеси. – Дніпропетровськ: Інновація, 1994. – 456 с.
5. Присяжнюк, Ю.П. Українське селянство Наддніпрянської України: соціоментальна історія другої половини ХІХ – початку ХХ ст. : монографія / Ю. П. Присяжнюк; Академія наук Української РСР. – Черкаси: Вертикаль, 2007. – 640 с.
6. Присяжнюк, Ю.П. Українське селянство ХІХ–ХХ ст.: еволюція, ментальність, традиціоналізм. – Черкаси: Відлуння-Плюс, 2002. – 120 с.
7. Ресєнт, О.П. Духовні та культурні підстави соборності України у ХІХ – на початку ХХ ст. // Україна соборна. – К.: Ін-т історії України НАН України, 2006. – С. 3–8.
8. Сулига, І.Г. Земства і селянська кооперація в Правобережній Україні на початку ХХ століття // Укр. селянин. – Черкаси, 2002. – № 5. – С. 59–61.
9. Хрящевська, Л.М. Розвиток сільського господарства Півдня України другої половини ХІХ – початку ХХ ст. – Миколаїв: МДУ, 2003. – С. 83–85.
10. Чмелик, Р.П. Мала українська селянська сім'я другої половини ХІХ – початку ХХ ст. (структура і функції). – Львів: Ін-т народознавства НАНУ, 1999. – 144 с.

Науковий керівник кандидат історичних наук, доцент **Бойков О.Ю.**

УДК [159.922.76:616.896]:316.614:376

Георгейко В.В.

ПСИХОСОЦІАЛІЗАЦІЯ ДІТЕЙ З АУТИЗМОМ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ

У статті аналізуються особливості психосоціалізації дітей із розладами аутистичного спектра, розглянуто специфіку їхнього мовленнєвого, когнітивного, моторного та емоційно-вольового розвитку. Висвітлюється проблема труднощів у соціальній взаємодії, комунікації та поведінковій сфері, які потребують спеціально організованої корекційно-розвивальної роботи. Окрема увага приділена опису індивідуальної програми, що поєднує діагностичний, сенсомоторний, комунікативний та

соціально-емоційний блоки та спрямована на успішну психосоціалізацію дітей із РАС в умовах інклюзивного навчання.

Ключові слова: психосоціалізація, діти з РАС, інклюзивна освіта, корекційно-розвивальна програма.

The article analyzes the peculiarities of psychosocialization of children with autism spectrum disorders, focusing on the specifics of their speech, cognitive, motor, and emotional-volitional development. The paper highlights the problem of difficulties in social interaction, communication, and behavioral domains, which require specially organized correctional and developmental work. Particular attention is paid to the description of an individual program that integrates diagnostic, sensorimotor, communicative, and socio-emotional modules and is aimed at the successful psychosocialization of children with ASD in the context of inclusive education.

Keywords: psychosocialization, children with ASD, inclusive education, correctional and developmental program.

Сьогодні Україна цілеспрямовано рухається у напрямку створення безбар'єрного простору, де люди з особливими потребами можуть повноцінно брати участь у житті суспільства. Законодавство передбачає архітектурну доступність публічних будівель, зокрема навчальних закладів, зобов'язуючи їх адаптувати свій простір для потреб людей з особливими освітніми потребами (ООП). Інклюзивний підхід в освіті забезпечує рівний доступ до якісної освіти для всіх дітей відповідно до їхніх освітніх потреб. Це передбачає створення індивідуальних програм розвитку, залучення асистентів, створення атмосфери прийняття та поваги до всіх дітей, а також активне залучення батьків до освітнього процесу.

Діти із аутизмом стикаються з труднощами у побудові соціальних стосунків, взаємодії з однолітками та адаптації до освітнього середовища. Психосоціалізація передбачає розвиток соціальних навичок, формування поведінки та комунікації, що є визначальним для їхньої успішної адаптації в шкільний колектив і суспільство загалом. Освіта відіграє ключову роль у реалізації потенціалу дітей з аутизмом, корекції їхніх особливих проявів і підготовці до самостійного життя.

Мета дослідження – визначити особливості психосоціалізації дітей із розладами аутистичного спектра та розробити індивідуальну програму корекційно-розвивальної роботи, спрямовану на розвиток їхньої комунікативної, емоційної та соціальної компетентності.

Дитячий аутизм є формою порушення розвитку, що характеризується нерівномірним формуванням психічних функцій та супроводжується специфічними особливостями в емоційно-поведінковій сфері, мовленні та інтелектуальному розвитку[5]. Питанням психологічного супроводу дітей з аутизмом приділяють увагу українські дослідники Я. Багрій, І. Логвінова, К. Островська, О. Романчук, Д. Шульженко, Т. Скрипник, В. Тарасун,

Г. Хворова та інші. Однак слід зазначити, що проблема психолого-педагогічного супроводу дітей з аутизмом потребує подальшого комплексного вивчення та вдосконалення методик її практичної реалізації.

Комплексне вивчення дітей із розладами аутистичного спектра (далі РАС) здійснювалося із застосуванням різних методів діагностики: рейтингової шкали аутизму у дітей CARS, опитувальника для батьків, карти спостережень та аналізу висновків інклюзивно-ресурсного центру. За результатами дослідження було визначено специфіку мовленнєвого, когнітивного, моторного та емоційно-вольового розвитку дітей, а також спільні та індивідуальні труднощі у процесі психосоціалізації.

У частини обстежених дітей із РАС спостерігається формальний і нестійкий зоровий контакт, а комунікація має атиповий характер. Такі діти віддають перевагу самотійним іграм та не підтримують діалог. Їх мовлення представлено простими двослівними реченнями або вокалізаціями, а для включення в комунікацію необхідне зовнішнє стимулювання. У поведінці відзначаються хаотичні дії у стані тривоги та схильність до імпульсивних реакцій на зовнішні подразники (так звана «польова поведінка»). Соціальні навички перебувають на низькому рівні: діти мають труднощі з розумінням емоційних станів інших та інтерпретацією їхніх намірів. В інших дітей зоровий контакт встановлюється епізодично, а комунікація обмежується окремими словами. Вони виявляють відстороненість від групових взаємодій і в міжособистісному контакті переважно орієнтуються на матір. Словниковий запас у таких дітей обмежений, мовленнєва активність низька, що ускладнює вербалізацію емоційних станів. У поведінці простежується наявність стійких інтересів, зокрема до улюблених іграшок чи занять, на яких вони можуть тривалий час зосереджуватися. Соціальні навички залишаються недостатньо сформованими: спостерігається слабка взаємодія з ровесниками та пасивність у колективній діяльності.

Таким чином, у дітей простежуються труднощі в комунікації, соціальній взаємодії та поведінковій регуляції, що проявляються по-різному: від імпульсивності, хаотичності дій і значних труднощів у розумінні соціальних сигналів до вибіркості інтересів та пасивності у соціальних контактах.

Отримані дані стали підґрунтям для створення індивідуальної корекційно-розвивальної програми, що поєднує діагностичний, сенсомоторний, комунікативний та соціально-емоційний блоки. Програма спрямована на розвиток комунікативних і соціальних навичок, формування адекватних способів емоційного реагування, зниження проявів стереотипної поведінки та підтримку когнітивних процесів.

Програма складається з 14 занять, кожне з яких має чітко визначену мету, тривалість та комплекс методів і вправ, спрямованих на розвиток комунікативних, когнітивних, емоційних та соціальних навичок дітей з аутизмом.

Перше заняття має ознайомлювальний характер і спрямоване на встановлення первинного контакту з дитиною та її батьками. Використовуються вправи на знайомство, розвиток довіри, формування позитивної атмосфери та базових комунікативних навичок. Друге заняття передбачає проведення первинної діагностики з використанням спостереження та психодіагностичних методик для визначення рівня розвитку дитини та особливостей її поведінки.

Наступні заняття спрямовані на формування емоційного контакту, розвиток активності, довіри та ініціативності у взаємодії. Значна увага приділяється сенсорному розвитку та моторним навичкам, використанню візуальних опор (PECS), тренуванню концентрації уваги, розвитку дрібної моторики, а також елементів релаксації. Важливе місце займає формування просторових уявлень та орієнтацій («вгорі — вниз», «ліворуч — праворуч», «перед — за»), розвиток зорової пам'яті, артикуляційних та графомоторних навичок.

У ході програми діти поступово навчаються аналізувати форми та знаходити ідентичні об'єкти, сприймати та запам'ятовувати звукові інструкції, взаємодіяти з партнером, дотримуватися правил спілкування. Заняття з побудови об'єктів за зразком формують шкільні навички, сприяють розвитку мовлення, умінню дотримуватися послідовності дій та доводити завдання до кінця.

Особливе значення надається вправам, що розвивають здатність описувати розташування предметів та орієнтуватися у просторі кімнати чи класу. Вправи з використанням прийменників допомагають дитині формувати правильне розуміння просторових відношень, розширюють словниковий запас та сприяють розвитку соціальних навичок і емоційної регуляції.

Окремі заняття передбачають формування граматично правильного мовлення через опис змін у положенні предметів, розвиток дрібної та великої моторики, навчання дотриманню правил та інструкцій. Значна увага приділяється розвитку зорової пам'яті, просторових уявлень та самоконтролю. Завдання у знайомому середовищі (у класі) сприяють узагальненню отриманих знань і формуванню довільного мовлення, розвитку слухового сприймання.

Завершальне, чотирнадцяте заняття є підсумковим і передбачає повторну діагностику, аналіз динаміки розвитку дитини протягом реалізації програми, закріплення досягнутих результатів та формування мотивації до подальшого розвитку.

Розроблена програма може бути використана практичними психологами та педагогами інклюзивних закладів освіти для супроводу дітей із РАС, сприяючи їх успішній психосоціалізації. Наукова новизна дослідження полягає в інтеграції комплексної діагностики та індивідуально орієнтованої програми розвитку, що забезпечує більш ефективні умови для психосоціалізації дітей з аутизмом.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Комплекс корекційно-розвивальних вправ для індивідуальних занять з учнями 6-8 років із затримкою психічного розвитку в умовах інклюзивного навчання / Автор-упорядник І. В. Дворовенко. Машівка: Машівська спеціалізована школа І-ІІІ ступенів Машівської районної ради Полтавської області, 2017. 302 с.
2. Островська К.О., Качмарик Х.В., Дробіт Л.Р. Основи діагностики дітей з розладами аутистичного спектра: навчальний посібник. -Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2017. 124 с.
3. Островська К.О. Засади комплексної психолого-педагогічної допомоги дітям з аутизмом: монографія. Львів: Тріада плюс, 2012. 520 с.
4. Сак Т.В., Прохоренко Л.І. Корекція розвитку: програма з корекційно-розвиткової роботи для підготовчих, 1-4 класів спеціальних загальноосвітніх навчальних закладів для дітей із затримкою психічного розвитку. Київ: МОН України; Інститут спеціальної педагогіки НАПН України, 2018. 45 с.
5. Скрипник Т.В. Феноменологія аутизму: монографія / Т.В. Скрипник. Київ: Видавництво «Фенікс», 2010. 320 с
6. Шевченко А. А. **Календарно-тематичне планування корекційно-розвиткових занять «Корекція розвитку» для дітей з ЗПР (2 клас)** [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://vseosvita.ua/library/kalendarno-tematicne-planuvanna-korekcijno-rozvitkovih-zanat-korekcia-rozvitku-dla-ditej-z-zpr-2-klas-81403.html>
7. Шульженко Д.І. Освітньо-психологічна інтеграція (інклюзія) дітей із аутизмом: монографія. Київ: НПУ імені М.П. Драгоманова; Запоріжжя: Вид-во Хортицької національної академії, 2017. 444 с.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

УДК 177.74-043.86:[378.091.313:159.9]

Герасименко О.В.

РОЗВИТОК ЕМПАТІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ЗАСОБАМИ ТРЕНІНГОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ

У статті досліджено вплив авторської тренінгової програми на розвиток емпатії у студентів-психологів. У дослідженні взяли участь 40 студентів магістратури, поділених на експериментальну та контрольні групи. Результати засвідчили підвищення емоційного, когнітивного та інтуїтивного компонентів емпатії, а також рівня емоційного інтелекту та міжособистісної відкритості, що підтверджує ефективність програми у професійній підготовці майбутніх психологів.

Ключові слова: емпатія, емоційний інтелект, тренінг, студенти-психолог, професійна підготовка.

This study examines the impact of an original training program on the development of empathy in psychology students. Forty master's students

participated, divided into experimental and control groups. Results showed significant improvements in emotional, cognitive, and intuitive components of empathy, as well as increased emotional intelligence and interpersonal openness. The findings support the use of the program in professional training of future psychologists.

Keywords: *empathy, emotional intelligence, training, psychology students, professional training.*

Сучасні умови фахової підготовки студентів спеціальності «Психологія» вимагають застосування інноваційних методів, спрямованих на розвиток емпатії, що є однією з найважливіших компетентностей фахівця соціономічної галузі. Високий рівень емпатії забезпечує ефективність міжособистісної взаємодії, високий рівень професійного консультування та психологічну підтримку клієнтів. Дослідження наукових джерел підтверджують, що емпатія є багатокомпонентним явищем, котре поєднує емоційні, когнітивні, поведінкові та інтуїтивні складові.

С. Мусатов у своїй науковій праці відзначає, що емпатія формується від більш примітивних, інстинктивних форм до більш складних соціальних почуттів. Наголошуючи, що емпатія не є статичним станом, а проходить через етапи розвитку [2].

У дослідженні феномену емпатії в українській науковому русі особливу роль відіграє праця О. Сакалюка, посиляючись на соціального психолога Л. Кулика, він зазначає, що емпатія спричиняє ефективну міжособистісну взаємодію, формуючи позитивні соціальні відносини, що є ключовим для професійної діяльності психолога [4].

Метою дослідження стало вивчення ефективності авторської тренінгової програми на розвиток емпатії та її складових у студентів-психологів. У дослідженні взяли участь 40 респондентів, студенти першого курсу магістратури спеціальності «Психологія», які були поділені на контрольну та експериментальну групи. На етапі константування діагностовано рівень початкової емпатії, використовували методики: «Діагностика рівня емпатійних здібностей» (В. Бойка), тест на визначення рівня емпатії (Б. Кіндратюк, Б. Литвин), діагностика емоційного інтелекту (Н. Холла) та методика оцінки міжособистісних стосунків (Т. Лірі).

М. Рябець у своїй роботі зазначає, що тренінги ефективно сприяють розвитку емпатії студентів-психологів: після їх проведення зростали емоційне розуміння, інтуїтивне сприйняття, а участь у супервізійних групах більше підвищувала рівень емпатії [3].

Ознайомлення з концепцією емоційної компетентності І. Матійків, що базується на сучасних моделях емоційного інтелекту, дозволило розробити авторську тренінгову програму розвитку складових емпатії, з урахуванням тренінгових методологій та когнітивно-поведінкових стратегій [1].

Формувальний експеримент включав авторську тренінгову програму, що включала п'ять занять із використанням інтерактивних методів: техніки

емпатійного слухання, елементи арт-терапії, рольові ігри та вправи на розвиток емоційної рефлексії. Основним завданням програми було розвиток складових емпатії, підвищення рівня емоційного інтелекту та гармонізація міжособистісних установок.

Результати контрольного та підсумкового етапів продемонстрували позитивну динаміку в експериментальній групі. За методикою В. Бойка відзначено статистично достовірне підвищення середніх показників усіх складових емпатії: емоційного, раціонального, інтуїтивних каналів та емпатійних установок.

За даними методики Б. Кіндратюка та Б. Литвина, середнє значення емпатії в експериментальній групі зросло з 25,55 до 26,45 при підвищенні медіани та моди, що свідчить про тенденцію до розвитку емоційної чутливості.

Методика Н. Холла виявила покращення рівня емоційного інтелекту (EI), а саме: зменшилась частка студентів з низьким рівнем EI, натомість збільшилась частка з середнім рівнем. Проте результати t-критерію Стюдента ($t = 2.02$; $p > 0.05$) та аналіз за критерієм Фішера ($\varphi^* = 0$ для високих рівнів EI) не дозволяють стверджувати про статистично значущі зміни, при наявній позитивній динаміці.

Дослідження міжособистісної взаємодії за методикою Т. Лірі продемонструвало зростання середніх значень домінування та дружелюбності, а також зниження варіативності показників експериментальної групи, що свідчить про підвищення соціальної активності та емоційної відкритості респондентів.

Комплексний аналіз результатів дозволяє стверджувати, що після впровадження тренінгової програми структура емпатійних здібностей студентів експериментальної групи стала більш гармонійною порівняно з контрольною групою, де переважають когнітивні підходи до інтерпретації емоційних станів, а формуючий експеримент довів ефективність програми у розвитку емпатійності та її складових, що обґрунтовує її використання у підготовці майбутніх психологів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Матійків І. М. Тренінг емоційної компетентності. 2012. С. 4-11.
2. Мусатов С. О. Психологія педагогічної комунікації: теоретико-методологічний аналіз. 2003. С. 81 -82.
3. Рябець М. В. Вплив рівня розвитку емпатії на успішність діяльності психолога-консультанта. 2024. С. 46 -51.
4. Сакалюк О. П. Емпатія як соціально-психологічний феномен. *Наукові записки [Національного педагогічного університету ім. МП Драгоманова]. Серія: Педагогічні та історичні науки*, 2013, 110. С. 147-153.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНИХ ОЧІКУВАНЬ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

Стаття присвячена аналізу особливостей соціальних очікувань внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в умовах вимушеного переміщення. Встановлено, що низький рівень соціальних очікувань пов'язаний із невизначеністю та обмеженою мікросоціальною підтримкою. Запропоновано рекомендації для посилення психологічної та соціальної адаптації ВПО.

Ключові слова: соціальні очікування, внутрішньо переміщені особи, психологічна адаптація, якість життя, толерантність до невизначеності.

The article examines the specifics of social expectations among internally displaced persons (IDPs) in the context of forced displacement. It was found that low social expectations are associated with uncertainty and limited microsocial support. Recommendations for enhancing psychological and social adaptation of IDPs are proposed.

Key words: social expectations, internally displaced persons, psychological adaptation, quality of life, tolerance to uncertainty.

Постановка проблеми. Внутрішньо переміщені особи (ВПО) в Україні стикаються з численними викликами, пов'язаними з втратою домівки, соціальних зв'язків і стабільності. Соціальні очікування ВПО, які відображають їхні прогнози щодо майбутньої інтеграції, взаємодії з новим середовищем і особистих досягнень, відіграють ключову роль у процесі адаптації. Невизначеність, психоемоційні труднощі та обмежений доступ до ресурсів можуть знижувати рівень цих очікувань, ускладнюючи соціальну інтеграцію.

Дослідження особливостей соціальних очікувань ВПО є важливим для розробки ефективних програм підтримки та покращення їхнього психологічного благополуччя.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Соціальні очікування, за Т. Супрунець, є суб'єктивними уявленнями про ймовірний перебіг подій, що формують когнітивну, емоційну та поведінкову готовність до соціальних процесів [8]. Т. Куниця підкреслює їхній вплив на мотивацію та адаптацію молоді, зазначаючи, що реалістичність очікувань визначає їхній позитивний чи негативний ефект [5].

І. Попович розглядає соціальні очікування як процес психічної регуляції, що включає прогнозування подій, емоційну налаштованість вибір поведінкових стратегій [6]. З. Ковальчук акцентує на прогностичній функції очікувань, які адаптують поведінку до можливих сценаріїв [3].

О. Котуха зазначає, що травматичний досвід призводить до втрати контролю та психосоматичних проблем [4]. С. Волошин виділяє стрес, соціальну ізоляцію та невизначеність як ключові фактори, що впливають на ВПО [2]. Д. Бирик і Т. Куниця підкреслюють зміну цінностей і зростання патріотизму серед молоді в умовах війни, тоді як К. Рудченко акцентує на тривозі та зміщенні фокусу на короткострокові цілі [1; 5; 7].

Формулювання цілей статті. Метою статті є аналіз особливостей соціальних очікувань внутрішньо переміщених осіб, оцінка їхнього рівня адаптації, якості життя та психоемоційних станів, а також розробка рекомендацій для покращення соціальної інтеграції та психологічного благополуччя ВПО.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження проводилося на вибірці з 46 ВПО, збалансованій за регіоном походження (23 особи з прифронтових міст – Херсон, Миколаїв, Харків, Донецьк; 23 – з безпечних регіонів – Одеса, Київ, Полтава, Дніпро) та періодом переміщення (34 особи – 2022–2025 роки, 12 – 2014–2022 роки). Гендерний розподіл: 30 жінок, 16 чоловіків. Використовувалися методики: соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – Р. Даймонда, опитувальник рівня соціальних очікувань І. Поповича, WHOQOLBREF, методика С. Баднера (толерантність до невизначеності) та адаптована методика Г. Айзенка (психоемоційні стани).

Результати дослідження. За методикою К. Роджерса – Р. Даймонда, 54,3% ВПО мають середній рівень адаптивності, 26,1% – високий, 19,6% – низький. Деадаптивність: 58,7% – середній рівень, 23,9% – низький, 17,4% – високий, що вказує на неоднозначний характер адаптації, з помірною здатністю більшості учасників справлятися з викликами.

За опитувальником І. Поповича, 67,4% респондентів мають низький рівень соціальних очікувань, 32,6% – середній, високий рівень відсутній. За шкалою обізнаності про передбачуваний перебіг подій (ОПо), 54,3% показали низький рівень, 32,6% – середній, 13,1% – високий. За шкалою очікуваного ставлення до взаємодії (ОСо), 43,5% – середній рівень, 39,1% – низький, 17,4% – високий. За шкалою очікуваних результатів діяльності (ОРо), 60,9% – низький рівень, 28,3% – середній, 10,8% – високий. Низький рівень очікувань може бути зумовлений невизначеністю та обмеженими ресурсами.

Якість життя (WHOQOL-BREF). Середні значення: фізичне та психологічне благополуччя – 16,41, самосприйняття – 16, мікросоціальна підтримка – 8,91, соціальний добробут – 19,83. Загальний рівень якості життя: 58,7% – середній, 23,9% – підвищений, 17,4% – занижений. Низька мікросоціальна підтримка вказує на потребу в посиленні соціальних зв'язків. За методикою С. Баднера, 56,5% респондентів мають високий рівень толерантності, 17,4% – середній, 26,1% – низький. Висока толерантність відображає здатність адаптуватися до нестабільності. За методикою Г. Айзенка переважання середніх показників свідчить про часткову адаптацію з психологічними бар'єрами.

Кореляційний аналіз (коефіцієнт Пірсона) виявив слабкий позитивний зв'язок між адаптивністю та соціальними очікуваннями ($r = 0,296$), адаптивністю та фрустрацією ($r = 0,336$), обізнаністю про перебіг подій і мікросоціальною підтримкою ($r = 0,342$), самосприйняттям і агресивністю ($r = 0,310$), самосприйняттям і ригідністю ($r = 0,305$). Негативний зв'язок між фізичним/психологічним благополуччям і толерантністю до невизначеності ($r = -0,350$) вказує на адаптацію до нестабільності за нижчого благополуччя.

Порівняння за t-критерієм Ст'юдента між групами з прифронтових і безпечних регіонів не виявило статистично значущих відмінностей за шкалами ОПо, ОСо, ОРо та РСОо ($p > 0,05$), що свідчить про схожість соціальних очікувань, зумовлену спільним досвідом переміщення.

Рекомендації на основі проведеного дослідження включають у себе наступне:

1. Розробка програм психологічної підтримки для підвищення толерантності до невизначеності та зниження тривожності/фрустрації.
2. Посилення мікросоціальної підтримки через громадські ініціативи та програми інтеграції.
3. Проведення тренінгів із розвитку адаптивних копінг-стратегій для покращення соціальних очікувань.
4. Залучення ВПО до волонтерської діяльності для формування позитивних соціальних очікувань і громадянської відповідальності.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Дослідження показало, що соціальні очікування ВПО переважно низькі (67,4%), що пов'язано з невизначеністю, обмеженою мікросоціальною підтримкою та психоемоційними бар'єрами. Середній рівень адаптивності (54,3%) та якості життя (58,7%) вказує на часткову інтеграцію, але з труднощами. Висока толерантність до невизначеності (56,5%) свідчить про адаптивність до нестабільності. Відсутність відмінностей між групами з різних регіонів підкреслює універсальність викликів для ВПО.

Перспективи подальших досліджень включають аналіз впливу тривалості переміщення, гендерних і вікових факторів, а також оцінку ефективності програм підтримки. Важливим є розробка спрощених інструментів для громад із обмеженими ресурсами та підготовка фахівців для роботи з ВПО.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Библик Д. Ціннісні орієнтації в структурі соціальних очікувань учнівської молоді. Соціальні очікування учнівської молоді XXI століття : монографія. Івано-Франківськ: НАІР, 2023. С. 47-58.
2. Волошин С.М. Особливості змісту соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб до нового соціального середовища. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Серія : Психологія. 2019. Вип. 9. С. 73-76.
3. Ковальчук З. Я. Соціальні очікування студентської молоді у вимірах психологічного благополуччя. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві : збірник*

- матеріалів VI Всеукраїнської науковопрактичної конференції (22 жовтня 2021 року). Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2021. С. 95-100.
4. Котух О.В. Психологічне благополуччя внутрішньо переміщеної особи: адаптація та інтеграція в нову громаду. *Науковий вісник ХДУ. Серія Психологічні науки*. № 1. 2023. С. 56-61.
 5. Куниця Т. Ю. Моніторинг соціальних очікувань сучасної учнівської молоді. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2024. Т. 6. № 1. С. 1-6. <https://doi.org/10.37472/v.naes.2024.6148>
 6. Попович І. С. Концептуальні положення дослідження соціальних очікувань особистості. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Ін-т. психол. імені Г. С. Костюка НАПН України. Т. IX: Загальна психологія. Історична психологія. Етнічна психологія* : Вип. 10. К.: Фенікс, 2016. С. 277-288.
 7. Рудченко К. Психологічні наслідки пролонгованої стресостійкості учнівської молоді: перспективи дослідження проблеми. *Майбутнє психології в умовах сучасної України* : зб. матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції (Київ, 23 травня 2024). Київ : НУБіП України, 2024. С. 250-260.
 8. Супрунець Т. А. Особливості формування і функціонування довіри та недовіри: мисленнєвий аспект. *Український соціум*. 2015. № 3. С. 48-55. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Usoc_2015_3_7

Науковий керівник на кандидатка психологічних наук доцентка Білоус Р.М.

УДК 614.2(477):316.32

Голінський М.О.

СИСТЕМА СЕМАШКА ТА ЇЇ НЕГАТИВНІ НАСЛІДКИ ДЛЯ УКРАЇНСЬКОЇ СИСТЕМИ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я

У статті розглянуто особливості функціонування системи охорони здоров'я типу Семашка, яка була успадкована Україною від радянської доби. Визначена первісна ефективність та ключові негативні наслідки для української системи охорони здоров'я. Здійснено порівняльний аналіз трансформації пострадянських систем охорони здоров'я та окреслено напрями реформування української медицини.

Ключові слова: система Семашка, охорона здоров'я, первинна медична допомога, медична реформа, фінансування охорони здоров'я.

The article examines the features of the functioning of the Semashko-type healthcare system, which Ukraine inherited from the Soviet era. The initial efficiency and key negative consequences for the Ukrainian healthcare system are determined. A comparative analysis of the transformation of post-Soviet healthcare systems is carried out and directions for reforming Ukrainian medicine are outlined.

Keywords: Semashko system, healthcare, primary health care, medical reform, healthcare financing.

Україна успадкувала від радянської доби централізовану модель організації медичної допомоги, відому як система Семашка. Вона була зорієнтована на ліквідацію інфекційних хвороб та формування широкої мережі стаціонарів і поліклінік. Хоча в умовах ХХ століття ця модель мала позитивний ефект, у сучасних умовах вона зумовлює низку структурних проблем: надмірну орієнтацію на госпітальну допомогу, слабкий розвиток первинної ланки та фінансову неефективність.

Проблематику радянської спадщини у сфері охорони здоров'я розглядали як вітчизняні, так і міжнародні дослідники. Лехан В. та співавтори підкреслюють, що модель Семашка формувалася для боротьби з епідеміями, однак виявилася неготовою до викликів зростання хронічних неінфекційних хвороб [4]. У колективній монографії під редакцією Шкільняка М. та Желюк Т. акцентовано на управлінських вадах централізованої системи й потребі модернізації менеджменту [5]. Калюжний Р. та Солоненко І. дослідили правові аспекти політики охорони здоров'я, зазначаючи, що збереження надцентралізованої моделі гальмує реформування [3]. Водночас низка аспектів залишається недостатньо висвітленою у науковій літературі, зокрема питання оптимізації госпітальної мережі, фінансової стійкості системи, а також нової ролі сімейного лікаря.

Метою статті є з'ясування негативних наслідків збереження елементів системи Семашка для охорони здоров'я України та окреслити ключові напрями реформування.

Модель охорони здоров'я, відома як «система Семашка», сформувалася у 1920 – 1930-х роках в умовах становлення радянської держави. Її основні принципи – повна державна власність на заклади охорони здоров'я, централізоване управління, безоплатність медичної допомоги та фінансування через бюджет – упродовж десятиліть визначали архітектуру медичної системи на всій території СРСР, зокрема й в Україні [4, с. 21]. Як зазначає Р. Калюжний: «централізація і монополія держави в галузі медицини стали інструментами політичного контролю, а не гарантією ефективного захисту здоров'я» [3, с. 47]. Попри декларовані переваги у вигляді всеохопності та доступності медичної допомоги, практика продемонструвала низку глибинних вад, які мали довготривалі наслідки для української системи охорони здоров'я після здобуття незалежності.

Централізований характер управління спричинив надмірну бюрократизацію галузі. Заклади охорони здоров'я функціонували як елементи єдиної адміністративної піраміди, що не залишала простору для гнучкості чи адаптації до місцевих потреб. Мережа лікарень та поліклінік створювалася відповідно до планових показників, а не на основі епідеміологічної чи демографічної доцільності. Це призвело до

територіальних диспропорцій: у великих містах формувалася надлишкова інфраструктура, тоді як у сільських районах відчувався дефіцит кадрових і матеріальних ресурсів. М. Шкільняк справедливо підкреслює: «організаційна інерція радянської системи гальмує впровадження сучасних методів управління у сфері охорони здоров'я навіть сьогодні» [5, с. 112].

Орієнтація на кількісні показники замість якості. У системі Семашка пріоритет віддавався виконанню планів – числу ліжок-місць, госпіталізацій чи прийомів пацієнтів, – а не результативності лікування чи профілактиці захворювань. В. Борщ відзначає: «надмірна увага до статистичних показників призвела до відриву медичної допомоги від реальних потреб населення» [1, с. 75]. За таких умов медична допомога часто зводилася до формального обслуговування, без належної уваги до індивідуальних потреб пацієнта. Як зазначає В. Лехан, ключовим недоліком стало ігнорування ролі первинної медико-санітарної допомоги: хоча формально дільничні лікарі існували, проте вони не мали достатніх ресурсів і авторитету, щоб здійснювати ефективну профілактичну роботу [4, с. 23].

Фінансова модель була повністю залежною від державного бюджету. Це забезпечувало формальну безоплатність послуг, але водночас робило галузь вкрай вразливою до економічних криз. У другій половині ХХ століття, коли СРСР переживав спад виробництва, видатки на охорону здоров'я знижувалися, що спричиняло хронічне недофінансування лікарень, зношення обладнання та зростання тіньових платежів від пацієнтів [3, с. 48]. В Україні після 1991 року ця проблема лише загострилася: держава продовжувала утримувати громіздку інфраструктуру, проте ресурсів бракувало навіть для базових потреб [1, с. 77].

Кадрова політика у межах моделі Семашка була орієнтована на масовість, а не на якість. Система медичних вишів продукувала велику кількість лікарів вузького профілю, але без належних можливостей для підвищення кваліфікації чи впровадження нових технологій [2, с. 94]. Як наслідок, значна частина медичних працівників працювала за застарілими стандартами, що унеможливлювало ефективну боротьбу з новими викликами – наприклад, поширенням неінфекційних хвороб або ВІЛ/СНІДу в 1990-х роках [5, с. 119].

Окремо варто підкреслити надмірну госпіталізацію як характерну рису системи Семашка. Лікарні виступали головними осередками надання допомоги, тоді як амбулаторна ланка була другорядною. Це призводило до високих втрат на утримання лікарняних ліжок, навіть якщо реальної потреби у такому обсязі госпіталізацій не існувало [6, с. 7]. Українські дослідники наголошують, що така модель суперечила світовим тенденціям, де акцент робився на розвиток сімейної медицини й профілактику [2, с. 83].

У пострадянський період усі ці структурні проблеми перетворилися на системні виклики для незалежної України, серед яких хронічне недофінансування та неефективний розподіл ресурсів, домінування лікарняної ланки над первинною допомогою, низька якість та доступність

послуг у сільській місцевості, відсутність стимулів до підвищення кваліфікації медичних працівників, поширення неформальних платежів, тощо [2, с. 101].

Реформа системи охорони здоров'я, розпочата після 2017 року, фактично стала відповіддю на кризу, що виникла внаслідок тривалого функціонування моделі Семашка. Впровадження системи гарантованого пакета медичних послуг, принципу «гроші йдуть за пацієнтом», розвиток первинної допомоги та створення Національної служби здоров'я України спрямовані на подолання саме тих дисфункцій, які були закладені у радянській системі [4, с. 27; 7, с. 152].

Таким чином, досвід української охорони здоров'я демонструє, що система Семашка, попри історичну роль у забезпеченні формальної доступності медичної допомоги, залишила значний спадок негативних інституційних практик. Їхнє подолання потребує довготривалих реформ, спрямованих на підвищення ефективності, прозорості та орієнтації на потреби пацієнта.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Борщ В. Управління закладами охорони здоров'я. К.: Центр учбової літератури, 2018. 284 с.
2. Взаємодія закладів охорони здоров'я в межах госпітального округу: збірник матеріалів наук.-практ. конф. (Київ, 2021 р.). К.: НУОЗ ім. П. Л. Щупика, 2021. 212 с.
3. Калюжний Р., Солоненко І. Державна політика охорони здоров'я в Україні. К.: Атіка, 2005. 264 с.
4. Лехан В., Гінзбург В., Борвінко Е. Порівняльна характеристика моделі Семашка та моделі, започаткованої в рамках реформи системи охорони здоров'я в Україні. *Медицина сьогодні і завтра*. 2013. № 1. С. 54 – 62.
5. Модернізація менеджменту та публічного управління в системі охорони здоров'я. / за ред. М. Шкільняка, Т. Желюк. Тернопіль: ТНЕУ, 2020. 380 с.
6. Особливості розвитку охорони здоров'я в Україні у першій половині ХХ ст. *Науковий журнал «Грані»*. 2015. № 3. С. 56 – 63.
7. Пропедевтика громадського здоров'я. Суми: СумДУ, 2021. 145 с.

Науковий керівник кандидатка історичних наук, доцентка Батенко Г.В.

УДК 355.233.2:2-67(477)«19»

Гук В.М.

ПОЛІКОНФЕСІЙНІСТЬ ЯК ОСОБЛИВІСТЬ УКРАЇНСЬКОГО КАПЕЛАНСТВА ХХ СТОЛІТТЯ

У статті розглянуто феномен поліконфесійності українського капеланства ХХ століття як специфічну рису релігійного життя та суспільно-політичних трансформацій. З'ясовано передумови формування

поліконфесійного виміру капеланської діяльності, проаналізовано участь різних конфесій у духовній опіці військових і цивільних у різні періоди XX століття. Наголошено на ролі підпільного пастирства у радянський період та відновленні капеланства у 1990-х роках.

Ключові слова: капеланство, поліконфесійність, релігійний плюралізм, УГКЦ, православ'я.

The article examines the phenomenon of polyconfessionalism in Ukrainian chaplaincy in the 20th century as a specific feature of religious life and socio-political transformations. The prerequisites for the formation of the polyconfessional dimension of chaplaincy activity are clarified, the participation of different confessions in the spiritual care of the military and civilians in different periods of the 20th century is analyzed. The role of underground pastoral care in the Soviet period and the restoration of chaplaincy in the 1990s are emphasized.

Keywords: chaplaincy, polyconfessionalism, religious pluralism, UGCC, Orthodoxy.

Капеланство як інститут духовної опіки у військових формуваннях є важливою частиною суспільного та релігійного життя. Для України XX століття воно набуло виразної поліконфесійності, адже у різних регіонах діяли православні юрисдикції, Українська греко-католицька церква (УГКЦ), римо-католицькі парафії та протестантські громади. Це обумовлено історичною мозаїкою українських земель, які входили до складу різних імперій, а також політичними трансформаціями, війнами та радянською антирелігійною політикою. Дослідження поліконфесійності українського капеланства важливе як для розуміння історії релігійного розвитку українських територій, так і для вироблення сучасних моделей багатоконфесійного душпастирства.

Останні десятиліття тема військового капеланства активно розробляється в українській та закордонній науці. Статті у фахових журналах досліджують етапи становлення інституту капеланства в Україні [6; 7], акцентуючи увагу на його історичних витоках та сучасному розвитку. Публікації, присвячені релігійній політиці радянської влади, висвітлюють умови, в яких душпастирство опинилося у підпіллі [1; 4]. Окремі роботи розкривають роль греко-католицького та православного духовенства у Другій світовій війні та у період національно-визвольних змагань початку XX століття [5]. Недостатньо вивченими залишаються питання співіснування і взаємодії різних конфесій у капеланській практиці, особливо у радянський період, а також вплив підпільного душпастирства на формування сучасної мультиконфесійної моделі.

Метою статті є дослідити особливості поліконфесійності українського капеланства XX століття, визначити ключові етапи його розвитку та

з'ясувати, як історичний досвід багатоконфесійної взаємодії сформував підґрунтя для сучасної моделі військового душпастирства.

У ХХ столітті українське капеланство пройшло шлях від зародження, активного формування до остаточного оформлення як окремої інституції у різних військових формуваннях та практичній діяльності на численних фронтах. Найбільш активні періоди діяльності військових капеланів передбачувано співпадають з періодами найбільш активних бойових дій на українських землях – Перша світова війна, Національно-визвольні змагання 1917 – 1921 років, Друга світова війна, радянський період. Від самого зародження інститут українського військового капеланства відзначався поліконфесійністю, що було зумовлено передусім особливостями історичного розвитку українських земель.

Період Першої світової війни став важливим етапом розвитку військового душпастирства на українських землях. У складі австро-угорської армії діяли греко-католицькі капелани, які опікувалися вояками, зокрема в легіоні Українських Січових Стрільців. Це сприяло формуванню традиції поєднання національно-визвольної боротьби та духовної опіки [5; 6]. На територіях, підконтрольних Російській імперії, капелани належали до православної церкви, виконували здебільшого функції релігійної підтримки мобілізованих українців [1]. У роки визвольних змагань (1917 – 1921 рр.) священнослужителі різних конфесій долучалися до українських військових формувань – зокрема, до Армії УНР та Української Галицької Армії. Тут проявився поліконфесійний характер капеланства: поряд діяли православні та греко-католицькі капелани, іноді співпрацюючи між собою в умовах фронтових реалій [7]. Хоча інституційно військове душпастирство ще не було належним чином організоване, саме цей період заклав підвали майбутньої багатоконфесійної моделі капеланської служби.

У міжвоєнні десятиліття на західноукраїнських землях значну роль відігравало греко-католицьке капеланство. УГКЦ організувала пастирську опіку військових, зокрема у Галичині та серед діаспори [5]. Водночас у Православній церкві діяли капелани у складі польської та радянської армій, що відображало політичну розділеність українських територій [7].

У роки Другої світової війни капелани супроводжували військові та повстанські формування, виконуючи не лише духовні, а й мобілізаційні функції. Часто релігійна приналежність визначала політичні орієнтації: греко-католицькі священники підтримували український визвольний рух, православні капелани діяли в арміях різних юрисдикцій [5]. Це підкреслювало поліконфесійний, але водночас і політизований характер капеланства. Період Другої світової війни цікавий іще й тим, що українці опинилися по обидва боки фронту, третьою силою виступали підпільники УПА. І в усіх військових формуваннях несли службу військові капелани, часто лавіюючи між двома ворогуючими сторонами. Велика заслуга у налагодженні служби капеланів цього періоду належить голові УГКЦ митрополиту Андрею Шептицькому. Саме його стараннями українські

підрозділи у складі німецької армії отримали штатних капеланів – це такі підрозділи як батальйони «Нахтігаль», «Роланд» та дивізія військ СС «Галичина». В останній на пізніх етапах поряд з греко-католицькими капеланами несли службу також православні капелани, що яскраво відображає конфесійну ситуацію на українських землях у цей період, а також є прикладом успішної співпраці військових капеланів в умовах поліконфесійності як священства, так і особового складу. Подібна ситуація спостерігалася у лавах Української повстанської армії – більшість капеланів у її лавах були греко-католиками, але у регіонах, де переважало православне населення – душпастирську опіку здійснювали православні отці, зокрема така система діяла на Волині.

Радянський період став однозначно етапом занепаду інституту українського капеланства. Радянська влада ліквідувала УГКЦ у 1946 році та жорстко контролювала православ'я, що практично унеможливило відкриту капеланську діяльність [4]. Однак у середовищі політв'язнів, військових і переселенців існували неформальні пастирські практики, іноді міжконфесійного характеру [1]. Це сприяло збереженню традицій духовної опіки у підпіллі.

Після відновлення незалежності України та легалізації УГКЦ і протестантських спільнот відбулося інституційне відродження військового капеланства. Вплив західних моделей, насамперед англосаксонських, та досвід міжконфесійної співпраці сприяли формуванню мультифайтової капеланської системи [2; 3].

Таким чином, поліконфесійність українського капеланства у ХХ столітті не була випадковістю, а скоріше закономірним наслідком особливостей історичного розвитку. Вона виявилася у співіснуванні православних, греко-католиків, римо-католиків та протестантів у пастирській діяльності. Попри радянські репресії, традиція духовної опіки збереглася у неформальних практиках. Відродження у 1990-х роках відбулося вже у мультиконфесійній формі, що й стало характерною рисою сучасного українського капеланства. Подальші дослідження у даному контексті можуть бути спрямовані на вивчення мікроісторій окремих капеланів, аналіз регіональних особливостей пастирської діяльності та впливу міжконфесійних відносин на формування української ідентичності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Bociurkiw B. Soviet Religious Policy in the Ukraine in Historical Perspective. *Occasional Papers on Religion in Eastern Europe*. 1982. Vol. 2: Iss. 3. Article 1. URL: <https://digitalcommons.georgefox.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1012&context=re> (дата звернення: 14.09.2025)
2. Grimell J. Ukrainian Military Chaplaincy in War: An Introduction. ResearchGate. 2024. URL: https://www.researchgate.net/publication/386469833_Ukrainian_Military_Chaplaincy_in_War_An_Introduction (дата звернення: 14.09.2025)
3. Grimell J. Understanding Ukrainian military chaplains as defenders of the human soul. *Frontiers in Sociology*. 2025. Vol. 10. P. 1 – 14. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2025.1559023>

4. Pseudo-council and liquidation (1946). Офіційний сайт УГКЦ. URL: <https://ugcc.ua/en/church/history/pseudo-council-and-liquidation/> (дата звернення: 14.09.2025)
5. Мойсеєнко В., Шостка І., Тарченко Н. Становлення та роль душпастирства в історії українського війська. Українські медичні вісті. Т. 15. № 3 – 4 (96 – 97). 2023. С. 67 – 71. <https://doi.org/10.32782/umv-2023.2.12>
6. Петрович В., Чарікова І., Петрович В. Капеланство в українських військових формаціях: історичний аспект. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Історичні науки*. Том 35 (74). № 1. 2024. С. 216 – 221.
7. Пилипів І., Делятинський Р. Інститут військових капеланів в Україні (XX – XXI ст.): етапи розвитку та роль у формуванні української нації. *Гілея: науковий вісник*. 2018. Вип. 134. С. 129 – 134.

Науковий керівник кандидатка історичних наук, доцентка Батенко Г.В.

УДК: 159.922.4:316.346.2:159.99

Денисюк К.В.

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ГЕНДЕРНИХ СТЕРЕОТИПІВ ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

У статті досліджується вплив гендерних стереотипів на психологічне благополуччя сучасної молоді. Аналізуються зв'язки між гендерною ідентичністю, маскулінними та фемінними рисами і рівнем суб'єктивного благополуччя, а також пропонуються рекомендації для подолання обмежувального впливу стереотипів. Результати підкреслюють необхідність розвитку андрогінної ідентичності для підвищення психологічного здоров'я.

Ключові слова: гендерні стереотипи, психологічне благополуччя, гендерна ідентичність, молодь, маскулінність, фемінність, андрогінність.

This article examines the impact of gender stereotypes on the psychological well-being of modern youth. It analyzes the relationships between gender identity, masculine and feminine traits, and subjective well-being, offering recommendations to mitigate the restrictive effects of stereotypes. The findings highlight the importance of fostering androgynous identity to enhance psychological health.

Keywords: gender stereotypes, psychological well-being, gender identity, youth, masculinity, femininity, androgyny.

Постановка проблеми. У сучасному суспільстві гендерні стереотипи залишаються значним фактором, що впливає на самовираження та психологічне благополуччя молоді. Подібні стереотипи, сформовані культурними та соціальними нормами, створюють жорсткі рамки щодо

ролей, поведінки та характеристик, які очікуються від чоловіків і жінок. Для молоді, яка перебуває на етапі формування ідентичності, конфлікт між особистими прагненнями та суспільними очікуваннями може призводити до стресу, зниження самоповаги та погіршення психічного здоров'я. Проблема полягає в тому, що гендерні стереотипи обмежують індивідуальну свободу, сприяють внутрішнім конфліктам і можуть знижувати психологічне благополуччя, що вимагає глибшого дослідження їхнього впливу та шляхів подолання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідження впливу гендерних стереотипів на психологічне благополуччя молоді є актуальним напрямком сучасної психології. Л. Комарніцька та І. Завадська наголошують, що гендерна ідентичність є складним і динамічним явищем, яке формується під впливом соціальних і особистих факторів, відіграючи ключову роль у самосвідомості та адаптації [5]. С. Мащак і В. Борух зазначають, що гендерні стереотипи виникають у процесі соціалізації, коли індивід засвоює суспільні очікування щодо статевих ролей [7]. Л. Малес розглядає стереотипи як набір уявлень про особистісні якості чоловіків і жінок, які формують шаблони поведінки та соціальних ролей [6]. Т. Єрмолаєва визначає стереотипи як спрощені когнітивні схеми, що економлять ресурси при оцінці соціального середовища [4]. Г. Бежнар виділяє чотири компоненти гендерних стереотипів: риси характеру (наприклад, сила для чоловіків, турботливість для жінок), фізичні характеристики, рольову поведінку (лідерство для чоловіків, сімейна роль для жінок) і професійний статус [1]. С. Бондаревич пояснює стереотипи як ментальні моделі, що спрощують обробку інформації про гендерні ролі [2]. О. Гринів підкреслює, що гендер впливає на соціальні очікування та психологічне благополуччя, яке для жінок часто пов'язане з гармонійними стосунками, а для чоловіків – з професійним успіхом [3].

Л. Сердюк визначає психологічне благополуччя як інтегральний показник задоволеності життям і самореалізації [10], а О. Никоненко наголошує на важливості фінансової стабільності для емоційного комфорту [8]. Л. Русланова додає, що самовідношення є ключовим елементом благополуччя, включаючи самоприйняття та гармонійні стосунки [9].

Формулювання цілей статті. Метою статті є аналіз впливу гендерних стереотипів на психологічне благополуччя сучасної молоді, зокрема через вивчення зв'язків між гендерною ідентичністю, маскулініними та фемінініними рисами і рівнем суб'єктивного благополуччя.

Завдання включають: 1) теоретичне обґрунтування ролі гендерних стереотипів у формуванні психологічного благополуччя; 2) емпіричне дослідження зв'язків між гендерними характеристиками та благополуччям на вибірці молоді; 3) розробка рекомендацій для подолання обмежувального впливу стереотипів.

Виклад основного матеріалу. Гендерні стереотипи є спрощеними уявленнями про ролі, поведінку та характеристики, що приписуються

чоловікам і жінкам. Вони формуються в процесі соціалізації та впливають на самосприйняття, соціальну адаптацію та психологічне благополуччя. Теоретичний аналіз показує, що стереотипи можуть мати як позитивний, так і негативний вплив. Наприклад, фемінні риси (емпатія, турботливість) сприяють міцним соціальним зв'язкам, але можуть обмежувати автономію через очікування самопожертви. Маскулінні риси (незалежність, лідерство) підтримують самореалізацію, але можуть стримувати емоційне вираження, що викликає стрес. Андрогінність, як поєднання обох типів рис, асоціюється з вищою психологічною гнучкістю, але є рідкісною через соціальний тиск.

Емпіричне дослідження проводилося на вибірці 60 студентів Херсонського державного університету віком 19-23 роки (50% жінок, 50% чоловіків). Використовувалися методики: «Статеврольовий опитувальник» С. Бем, «Вивчення гендерної ідентичності» Л. Шнейдера, «Когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя» (КОСБ-3) О. Калюк і О. Савченко, а також «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БІБІСІ» (адаптація Л. Карамушки та ін.). Дослідження проводилося дистанційно через онлайн-платформи.

Результати показали, що 55% учасників мають фемінні риси, 36,7% – маскулінні, 8,3% – андрогінні. Стосовно гендерної ідентичності: псевдопозитивна – 36,7%, дифузна – 21,7%, мораторій – 18,3%, досягнута – 18,3%, передчасна – 5%. За рівнем суб'єктивного благополуччя: низький – 35%, середній – 40%, високий – 25%. По субшкалах: задоволеність життям (50% середній рівень, 28,3% низький, 21,7% високий), невдоволеність собою (81,7% низький рівень), задоволеність стосунками (58,3% низький рівень), психологічне благополуччя (36,7% середній рівень), фізичне здоров'я (36,7% високий рівень).

Таблиця 1

Показники кореляційного аналізу взаємозв'язку гендерних стереотипів та психологічного благополуччя молоді

	Фемінність	Маскулінність	Гендерна ідентичність
Задоволеність власним життям		0,278*	-0,303*
Невдоволеність собою та розчарування в житті	-0,267*		
Задоволеність відносинами з іншими		0,271*	
Загальний рівень задоволеності життям		0,279*	-0,306*
Суб'єктивне благополуччя	-0,358**		

*Примітка: * $p < .05$, ** $p < .01$*

Кореляційний аналіз за Спірменом виявив: слабкий позитивний зв'язок маскулінності із задоволеністю життям ($r = 0,278$, $p < 0,05$), стосунками ($r = 0,271$, $p < 0,05$) і загальним благополуччям ($r = 0,279$, $p < 0,05$); негативний зв'язок фемінності з невдоволеністю собою ($r = -0,267$, $p < 0,05$), але помірний негативний зв'язок із суб'єктивним благополуччям ($r = -0,358$, $p < 0,01$); негативний зв'язок псевдопозитивної ідентичності із задоволеністю життям ($r = -0,303$, $p < 0,05$) і загальним благополуччям ($r = -0,306$, $p < 0,05$).

Отримані дані підтверджують, що маскулінні риси сприяють самореалізації, але фемінність і жорсткі стереотипи можуть знижувати благополуччя через соціальний тиск.

Висновки та перспективи. Дослідження підтвердило, що гендерні стереотипи впливають на психологічне благополуччя молоді. Маскулінні риси мають слабкий позитивний ефект на задоволеність життям і стосунками, тоді як фемінність і псевдопозитивна ідентичність можуть знижувати благополуччя через обмеження самовираження. Андрогінність, хоч і рідкісна, асоціюється з вищою адаптивністю. Рекомендації включають розвиток андрогінної ідентичності через саморефлексію, тренінги з емоційного інтелекту, впровадження гендерної освіти в університетах і просвітницькі кампанії.

Перспективи подальших досліджень включають розширення вибірки за віком, професією та культурним контекстом, а також аналіз впливу андрогінності на благополуччя в інших групах. Подальші дослідження можуть зосередитися на розробці програм для подолання гендерних стереотипів у молодіжному середовищі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бежнар Г. П. Гендерні стереотипи в рекламі: проблеми й перспективи. Актуальні проблеми філософії та соціології. №32. 2021. С. 3-7.
2. Бондаревич С., Суслік Л. Вплив гендерних стереотипів на формування самооцінки особистості. Наукові праці Між-регіональної Академії управління персоналом. Психологія. 2022. № 3 (52). С. 27-35.
3. Гринів О. Детермінанти психологічного благополуччя сучасних чоловіків і жінок періоду ранньої дорослості. Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології», №(29). 2019. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2015-29.%p>
4. Єрмолаєва Т. В., К. В. Шваб. Гендерні стереотипи у сучасному українському суспільстві. Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і Психологія». Педагогічні науки. 2017. № 1 (13). С. 93.
5. Комарніцька Л. М., Завадська І. М. Гендерна ідентичність як психологічний феномен. Інклюзія і суспільство. №2. 2024. С. 82-87.
6. Малес Л.В. Біологічні, психологічні та соціокультурні чинники. Основи теорії гендеру: Навчальний посібник. К.: К.І.С., 2004. С. 131.
7. Машак С. О., В. Борух. Взаємозв'язок гендерних стереотипів з рівнем самооцінки та самореалізацією особистості. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія. №2. 2024. С. 26-30.

8. Никоненко О., Шевченко А. Практичні аспекти зміцнення психологічного благополуччя підприємців в умовах війни. Вчені записки Університету «КРОК». №3(71). 2023. С. 159-169.
9. Русланова Л., Никоненко О. Гендерні особливості переживання благополуччя особистістю. Держава, регіони, підприємництво: інформаційні, суспільно-правові, соціально-економічні аспекти розвитку. Частина 1. 2023. С. 556.
10. Сердюк Л. З. Самодетермінація психологічного благополуччя особистості: монографія / Л. З. Сердюк, І. В. Данилюк, В. В. Турбан, О. І. Пенькова, Н. Д. Володарська та ін.; за ред. Л. З. Сердюк. Київ-Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. С. 12.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

УДК 159.94:355.02(477)

Дергачева Т.А.

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗМІСТОВІ ПАРАМЕТРИ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ З БОЙОВИМ ДОСВІДОМ

У статті аналізуються один із ключових параметрів психоемоційних станів військовослужбовців з бойовим досвідом — саморегуляція.

Важливою частиною реабілітації військовослужбовців, зокрема, є розробка технік саморегуляції, як-от когнітивно-поведінкова терапія, дихальні практики, майндфулнес. Значення регуляції психоемоційних станів у військових з бойовим досвідом є надзвичайно важливим, оскільки впливає як на особисте благополуччя військовослужбовця, так і на його професійну ефективність.

Ключові слова: військовослужбовець, психоемоційний стан, саморегуляція, реабілітація.

The article analyzes the implementation of patriotism education in the content of primary school class work.

The education of patriotism is one of the key directions of the national education system, which involves the formation of patriotic feelings, love for the people, a deep understanding of one's duties as a citizen and being ready at any moment to defend the national interests of the Motherland.

Key words: citizen, national-patriotic education, patriotism.

Після 24 лютого 2022 року життя українців зазнало радикальних змін. Повномасштабне вторгнення росії принесло з собою втрати, руйнування та хронічне відчуття небезпеки. Ці події істотно вплинули на психофізичний стан населення, особливо на тих, хто перебуває в зоні бойових дій або живе під постійною загрозою.

Психічне здоров'я військовослужбовців опинилося під особливим навантаженням: за статистикою, тривожні стани й депресивні розлади серед них трапляються у кілька разів частіше, ніж серед цивільного населення. За даними Національного інституту стратегічних досліджень, від 20% до 40% військових потребують професійної психологічної допомоги. Симптоми гострої травми спостерігаються у 60–80% тих, хто став свідком загибелі побратимів чи мирного населення, або мав контакт з тілами загиблих.

Особливо вразливими є молоді військові віком 18–24 років, які демонструють симптоми депресії або мають залежність від алкоголю. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) розвивається у 12–20% осіб, що зазнали бойової травми, але не звернулися по допомогу через страх осуду, стигматизації чи ризику для військової кар'єри.

У таких умовах психіка бійця працює на межі можливостей. Повне виснаження може призвести до серйозних психічних порушень, зниження ефективності в бойових умовах, втрати функціональності, коротко- або довготривалих психотравм.

Психологічні змістові параметри психоемоційних станів військовослужбовців з бойовим досвідом — це особливі внутрішні переживання та психічні реакції, які виникають у військових унаслідок участі в бойових діях. Вони формуються як відповідь на екстремальні обставини та визначають адаптацію військового в мирному житті.

Тему психоемоційних станів військовослужбовців із бойовим досвідом вивчали як українські, так і зарубіжні науковці.

Суть поняття бойового стресу, його основні складники та характеристики розглядаються вченими військової психології, як самостійної галузі психології, лише наприкінці ХІХ – на початку ХХ ст.

Як зазначає Прокоф'єва Л., унікальність полягає у врахуванні специфічних особливостей військової діяльності, яка характеризується екстремальними умовами. Найбільш активно ця галузь розвивається у США, Великій Британії, Німеччині та Ізраїлі. Військова психологія також почала активно розвиватися і у нашій країні.

Серед українських вчених, які акцентують увагу на актуальність дослідження психоемоційних станів у військових з бойовим досвідом, виділяються такі фахівці: Л. Левицька, О. Кокун, В. Клочков, В. Мороз, Н. Лозінська, І. Пішко та інші.

Українські дослідники, вивчаючи психологічні змістові параметри психоемоційних станів військовослужбовців з бойовим досвідом, акцентують на їх психологічній стійкості, як інтегральному параметрі. В котрому розглядається, як військовий здатний зберігати працездатність у стресових і небезпечних умовах. Вчені вказують на важливість внутрішніх ресурсів. Таких, як характер, самоконтроль.

У вивченні психоемоційних станів військових саморегуляція розглядається як провідний фактор, і цю тематику розробляють і теоретики, і практики військової психології в Україні.

Саморегуляцію можна розглядати, як один із центральних параметрів, бо вона забезпечує узгодженість когнітивних, емоційних, мотиваційних і фізіологічних проявів. Без неї психоемоційні стани часто набувають деструктивного характеру.

Також, виходячи із висновків науковців, регуляція психоемоційних станів у військових з бойовим досвідом — це комплексний підхід.

Він спрямований на зміцнення їхньої психологічної стійкості, допомогу в адаптації до стресу та відновлення після емоційно важких ситуацій. Також він має позитивний вплив як на їхню особисту ефективність у бойових умовах, так і на успішну соціальну адаптацію після завершення служби.

В свою чергу, актуальність дослідження регуляції психоемоційних станів у військових з бойовим досвідом обумовлена низкою чинників. Військовослужбовці, що перебувають або перебували в зонах бойових дій, регулярно зазнають високого рівня стресу, що може призвести до розвитку таких розладів, як посттравматичний стресовий розлад, депресія, тривожні стани та інші психологічні порушення.

Теоретичні основи підтримки психічного здоров'я у військових ґрунтуються на розумінні впливу екстремальних умов, стресових факторів та травматичних подій, з якими стикаються військовослужбовці.

У теоретичному аспекті регуляція психоемоційного стану базується на: біопсихосоціальній моделі; теорії стресу та адаптації; теорії травматичного стресу та ПТСР; когнітивно-поведінковій теорії; механізмах побратимської підтримки; психоедукації та підвищенні психологічної обізнаності.

Ці підходи є фундаментом для формування ефективних програм психосоціальної підтримки та реабілітації військових.

Практична реалізація підтримки психічного здоров'я військових включає низку профілактичних і реабілітаційних заходів, зокрема:

психоедукацію та тренінги з управління стресом; психологічну підготовку перед бойовими завданнями; кризову інтервенцію та «дебріфінг» після бойових дій; побратимську підтримку та наставництво; постійну доступність кваліфікованих фахівців з ментального здоров'я; спеціальні програми для військових з ПТСР; залучення до фізичної активності та спорту; підтримку родин військових; заходи професійної адаптації та працевлаштування; системний моніторинг психічного стану та профілактику самогубств.

За результатами опрацювання, можна зробити наступний висновок.

Регуляція психоемоційних станів у військовослужбовців з бойовим досвідом є критично важливою складовою підтримки їхнього психічного здоров'я та функціональної спроможності.

З огляду на високий рівень психологічних травм, стресу та ризик розвитку ПТСР, необхідне впровадження системного, науково обґрунтованого підходу, що поєднує теоретичні моделі з практичними інструментами. Комплексна психологічна підтримка не лише сприяє збереженню бойової ефективності військових, а й забезпечує їхню успішну реінтеграцію в цивільне життя, зміцнюючи обороноздатність держави та здоров'я суспільства загалом.

ЛІТЕРАТУРА:

1. НІСД Національний інститут стратегічних досліджень «Підтримка ментального здоров'я в часи війни» 27.06.2023
URL: <https://niss.gov.ua/news/komentari-ekspertiv/pidtrymka-mentalnoho-zdorovya-v-chasy-viyny>
2. Прокоф'єва Л.О. ВПЛИВ БОЙОВОГО СТРЕСУ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ. Посібник Соціальна психологія. Юридична психологія. Випуск 58. 2024 С.239.
URL: <http://habitus.od.ua/journals/2024/58-2024/42.pdf>
Шемчук О, Васюкова Н, Дзеружинська Н, Шемчук В. АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ СЕКТОРУ БЕЗПЕКИ І ОБОРОНИ УКРАЇНИ. Грудень 2023
URL: <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/469>
3. [Agus Surachman, David M. Almeida](#) Stress and Coping Theory Across the Adult Lifespan, PSYCHOLOGY 30 July 2018
<https://oxfordre.com/psychology/display/10.1093/acrefore/9780190236557.001.0001/acrefore-9780190236557-e-341>
4. Радченко О.М. «ТЕОРІЯ СТРЕСУ ТА ФІЛОСОФСЬКІ ПОГЛЯДИ ГАНСА СЕЛЬС:ЗНАЧЕННЯ ДЛЯ СУЧАСНОЇ МЕДИЦИНИ» Спеціальний медичний портал Health -ua.com URL: <https://health-ua.com/neurology/mizdisciplinari-problemi/71356-teorya-stresu-ta-filosofsk-poglyadigansasel-znachennya-dlya-suchasno-meditcin>
5. Anke Ehlers, David M. Clark A cognitive model of posttraumatic stress disorder ehaviour Research and Therapy 38 (2000) 319 – 345
6. Тетяна Титаренко Інститут соціальної та політичної психології НАПН України Психологія особистості. 2019. № 1 (10) С. 186 – 192
https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/719486/1/Tytarenko_PO_2019_1%2810%29.pdf
7. Дерев'янка С. СУЧАСНА ПРОБЛЕМАТИКА КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»: науковий журнал. Острог: Вид-во НаУОА, червень 2021. № 13. С. 104–109.
8. Архангельська М. КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВА ТЕРАПІЯ ЯК СИСТЕМА ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНИХ ВТРУЧАНЬ ПЕРШОГО ВИБОРУ В ЛІКУВАННІ ТРИВОЖНИХ РОЗЛАДІВ Науковий вісник Херсонського державного університету Випуск 2. 2024 С.49 – 54
<https://www.pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/1323/1270>
9. Титаренко Т. ЛАНДШАФТИ ОСОБИСТІСНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ УНАСЛІДОК ТРАВМАТИЧНОГО ВОЄННОГО ДОСВІДУ // Український психологічний журнал. – 2020. – № 1 (13). – С. 209–222.
10. Колесніченко О.С., Мацегора Я.В., Приходько І.І. Психологічна само- та взаємодопомога військовослужбовцям Національної гвардії України в умовах ведення бойових дій: посібник / за заг. ред. проф. І.І. Приходька. Харків: НА НГУ, 2019. 105 с.

11. Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права, No 1, 2021.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка кафедри психології Дементьєва К.Г.

УДК [37.014.5:341.223.14(477.72-25)]:801.81(093.3)

Деркаченко В.О.

ОСВІТА В УМОВАХ ОКУПАЦІЇ В М. ХЕРСОН (ЗА МАТЕРІАЛАМИ УСНО-ІСТОРИЧНИХ СВІДЧЕНЬ)

У статті розглянуто особливості функціонування освітньої системи в умовах окупації, її виклики, загрози, спротив, збереження національної ідентичності на прикладі міста Херсона у 2022 році.

Ключові слова: Херсон, окупація, зміни, освіта, Zoom, окупаційні школи, колабораціонізм.

The article examines the peculiarities of the functioning of the education system under occupation, its challenges, threats, resistance, and preservation of national identity using the example of the city of Kherson in 2022.

Keywords: Kherson, occupation, changes, education, Zoom, occupation schools, collaborationism.

Освіта посідає одне з найважливіших місць в житті суспільства, що забезпечує формування світогляду, цінностей, національної ідентичності народу. У мирний час вона виконує свої функції безперешкодно, однак у період воєнних дій система освіти зазнає серйозних трансформацій. Особливо гостро це питання постає в умовах тимчасової окупації, коли окупаційна влада намагається зруйнувати українську освітню систему, впроваджуючи власні стандарти, змінюючи навчальні програми, витісняючи українську мову та культуру, а також чинячи тиск на педагогів, учнів та студентів.

Повномасштабне вторгнення та окупація міста Херсон у лютому-березні 2022 року збіглися з активною фазою навчального процесу. Унаслідок цього в перші тижні окупації більшість українських шкіл, технікумів, університетів були вимушені призупинити очне навчання. Однак освітній процес не зупинився повністю: значна частина освітніх установ адаптувалися до нових умов, перейшовши на дистанційне навчання з використанням онлайн-платформ, таких як «Моя школа», Google Classroom, Zoom – за умови наявності технічної можливості і безпекової ситуації. Таким чином було завершено 2021-2022 навчальний рік. Попри

початок канікул для учнів та студентів, педагогічний колектив (вчителі, викладачі ВНЗ) і адміністрації навчальних закладів зіштовхнулися з низкою викликів, пов'язаних із організацією подальшої діяльності закладів освіти в умовах воєнного стану.

Олена Стороженко, вчителька молодших класів Херсонської школи №24, в інтерв'ю виданню «Херсон плюс» розповідає про навчання в умовах окупації. Вона пригадує, що з 24 лютого керівництво школи прийняло рішення перейти на дистанційне навчання. За її словами, адміністрація закладу дозволила проводити всі зум-конференції там, де вчителям зручно. Пані Олена не приховує, що постійно молилася, щоб було світло та інтернет, щоб не зламався комп'ютер. Навчальний рік, за свідченнями респондентки, закінчився 30 квітня [2].

Починаючи з червня, окупаційна адміністрація розпочала процес так званого «відновлення» освіти в місті Херсон та на території області. Одним із перших кроків стали збори керівників шкіл, під час яких було поставлено вимогу щодо переходу на російські навчальні програми з початком нового навчального року. З цього часу російська влада вдалася до тиску на працівників освітньої сфери. Основними формами впливу стали:

- вимоги переходу на російські освітні стандарти, відмовившись від українських програм;
- примушення до офіційного працевлаштування в новоутворених органах управління освітою;
- погрози, обшуки та випадки викрадення педагогів, які не погоджувалися на співпрацю.

У результаті подібних дій багато працівників освітньої сфери були змушені залишити займані посади або виїхати з тимчасово окупованих територій.

До початку повномасштабного вторгнення Наталія Петрівна працювала вчителем біології у Херсонській загальноосвітній школі №37. Після встановлення окупаційної адміністрації цей навчальний заклад був обраний для впровадження російської освітньої програми. За свідченнями респондентки, вона категорично відмовилася брати участь у діяльності школи, обґрунтовуючи своє рішення патріотичною громадянською позицією та несумісністю цінностей із політикою окупантів. У своїх спогадах вона зазначає, що на початку літа росіяни окупували школи. За її словами, навіть доступ до особистих речей у приміщенні школи був неможливий – всі її речі залишилися там. Окремо вона підкреслює, що не підтримувала колег, які погодилися співпрацювати з окупантами [3].

Офіційний перехід на російські освітні стандарти, оголошений окупаційною адміністрацією у вересні 2022 року, передбачав низку радикальних змін у системі освіти Херсона. Зокрема, цей процес включав:

- захоплення будівель декількох шкіл та приміщень закладів вищої освіти;

- впровадження російських підручників, що містили спотворену інформацію з історії України та спробу легітимізувати агресію РФ;
- обов'язкове використання російської мови як єдиного засобу викладання;
- вилучення з навчального процесу дисциплін, що становлять основу національної ідентичності (такі як історія України, українська мова та література).

Попри всі зусилля, створена окупантами освітня система функціонувала лише в незначній частині навчальних закладів і охоплювала невелику кількість учнів та педагогів.

На тлі цих подій більша частина освітян та батьків відмовилася визнавати легітимність окупаційної освіти. У відповідь на обмеження та тиск з боку окупантів було організовано підпільне дистанційне навчання за українськими програмами. Педагоги проводили онлайн-заняття із застосуванням технічних засобів, що допомагали забезпечувати анонімність, наприклад, різноманітні VPN. Це ставало проявом своєрідного громадянського спротиву, попри високі ризики для життя.

Ірина Зарівняк згадує події, що передували початку навчального року. За її словами, напередодні 1 вересня розпочався процес зарахування учнів до шкіл, які працювали за російськими програмами. На тлі цих подій, родина пані Ірини постала перед складним вибором: як уберегти дочку від навчання в російській школі. Вирішенням цієї проблеми стала імітація тяжкого захворювання дитини, щоб обґрунтувати відмову від відвідування занять [1, с. 59].

У своєму свідченні Світлана Литвинова зазначає, що під час окупації особливо турбувалася за свою дитину через тиск, що чинився на родині з боку окупантів щодо відвідування російських шкіл. За її словами, представники окупаційної влади відвідували будинки, перевіряли списки мешканців та вимагали пояснень у випадку відмови від зарахування дитини до такої школи [1, с. 116].

Марина Риденко у своїх спогадах підкреслює загальне відчуття страху й пригнічення. В їх родині існували серйозні побоювання щодо можливих репресій за продовження навчання в українських школах. За її словами, під час онлайн-уроків хтось із дорослих змушений був чергувати, аби вчасно попередити про можливу небезпеку [1, с. 182].

У діяльності вищих навчальних закладів також відбувалися різкі зміни. Усі вони перевелися на дистанційний режим ще на початку окупації, а згодом були евакуйовані на підконтрольну територію України, зокрема, до Івано-Франківська, Хмельницького. Деякі викладачі залишалися в Херсоні, але продовжували викладати у дистанційному форматі. Окупаційна влада безуспішно намагалася створити філії російських вищих навчальних закладів, але студентів було вкрай мало, і більшість молоді уникала таких «закладів».

Таким чином, освітній процес у Херсоні в умовах окупації 2022 року набув характеру боротьби за збереження української ідентичності. Незважаючи на репресії, спроби русифікації та створення паралельної системи освіти, більшість педагогів, учнів і батьків залишилися вірними українській державі. Цей період продемонстрував силу громадського суспільства та важливість освіти як чинника формування національної ідентичності учнів та студентів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Михайленко Г. М., Черемісін О. В. Херсон 2022: з Україною в серці. *Університетська книга*. Суми. 2024. 290 с.
2. Сміливі навчати і вчитися: як викладачі херсонських шкіл оговтуються після окупації. Стаття. 2023. URL: <https://khersontv.com/smilyvi-navchaty-i-vchytysia-iak-vykladachi-khersonskykh-shkil-ohovtuiutsia-pislia-okupatsii/> (дата звернення: 25.09.2025)
3. Ширко Наталія Петрівна, 1957 року народження, Запорізька область. Інтерв'ю проводила В. Деркаченко 4 січня 2024 р. Дешифрувала аудіозапис та створила транскрипт В. Деркаченко.

Науковий керівник кандидатка історичних наук, доцентка Михайленко Г.М.

159.94-053.2:[615.85:793/796.1/.3]

Дешко М.О.

ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ ДІТЕЙ ЗАСОБАМИ ІГРОВОЇ ТЕРАПІЇ

Анотація. У статті розглянуто результати емпіричного дослідження ефективності ігрової терапії у подоланні дитячих стресових станів. Охарактеризовано діагностичний інструментарій та представлено корекційну програму, що включає пісочну терапію, арт-терапевтичні техніки, казкотерапію, драматизацію та рухливі ігри. Наведено результати повторної діагностики, які підтвердили зниження рівня тривожності та розвиток адаптивних копінг-стратегій.

Ключові слова: дитячий стрес, ігрова терапія, діагностика, корекційна програма, адаптація.

Abstract. The article examines the results of an empirical study of the effectiveness of play therapy in overcoming children's stress conditions. The diagnostic tools and correctional program including sand play, art therapy techniques, fairy tale therapy, dramatization, and active games are described. The results of re-diagnostics confirmed the decrease in anxiety and the development of adaptive coping strategies.

Keywords: child stress, play therapy, diagnostics, correctional program, adaptation.

Виклад основного матеріалу. Діагностична частина ґрунтувалася на комплексному використанні психометричних і проєктивних методик: тесту Теммл–Доркі–Амен, шкали шкільної тривожності Філіпса, колірного тесту Люшера, а також малюнкових методик «Людина під дощем», «Неіснуюча тварина», «Малюнок сім'ї». Застосування цих інструментів дозволило виявити підвищений рівень тривожності у 73,3 % досліджуваних дітей, що супроводжувалося ознаками емоційної напруги та недостатньою стресостійкістю. У проєктивних малюнках простежувалися образи беззахисності, темна кольорова гама та порушення внутрішньосімейних взаємин.

Розроблена програма ігрової терапії поєднувала різноманітні техніки, спрямовані на роботу з емоційними, когнітивними та поведінковими проявами стресу. Пісочна терапія дала можливість символічно відтворювати переживання і створювати образи безпеки. Арт-терапія у формі малювання та ліплення стала засобом вираження прихованих емоцій, тоді як казкотерапевтичні завдання допомогли у побудові сюжетів подолання труднощів. Рольові ігри та драматизація дозволили відпрацювати поведінкові стратегії у контрольованому середовищі, а рухливі ігри та дихальні вправи сприяли релаксації та формуванню навичок саморегуляції [2].

Заняття проводилися двічі на тиждень протягом восьми тижнів, тривалістю 45 хвилин, у груповій та індивідуальній формах. Кожна сесія складалася з розминки, основної терапевтичної частини та завершальної релаксації. Важливим елементом було створення безпечної атмосфери та забезпечення добровільності участі дітей [1; 3].

Результати повторної діагностики продемонстрували зниження середнього індексу тривожності з 64,2 % до 31,8 % за тестом Теммл–Доркі–Амен, а також позитивну динаміку за шкалою Філіпса, зокрема у факторах «страх ситуації перевірки знань» та «страх не виправдати очікувань дорослих». У малюнках дітей з'явилися яскраві кольори та символи захисту, що свідчило про зниження емоційної напруги. Загалом у 86,7 % учасників зафіксовано розвиток більш конструктивних копінг-стратегій.

Висновки та перспективи. Отримані дані підтвердили ефективність ігрової терапії у корекції дитячих стресових станів, її здатність знижувати рівень тривожності, підвищувати адаптивність та сприяти гармонізації психоемоційного розвитку. Практичні результати дозволяють рекомендувати впровадження ігротерапевтичних програм у діяльність психологічних служб закладів освіти та центрів психосоціальної підтримки дітей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Католик Г. В., Балинська О. М. Енциклопедія Сучасної України. Київ : Інститут енциклопедичних досліджень НАН України, 2023. URL: <https://esu.com.ua/article-879108> (дата звернення: 20.09.2025).

2. Stress Management Methods in Children and Adolescents: Past, Present, and Future / Triantafyllia Zisopoulou, Liza Varvogli. Epub. 2022. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36096110/> (дата звернення: 20.09.2025).
3. War in Ukraine is increasing the prevalence of mental health conditions in children, new study finds. Press release. European Congress of Psychiatry. 2024. URL: <https://www.europsy.net/app/uploads/2024/04/EPA-2024-War-in-Ukraine-impact-on-mental-health-conditions-in-children.pdf> (дата звернення: 20.09.2025).

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

УДК 314.151.3-054.73:616.891.6-043.2:[159.922:616-08]

Дибя А.М.

РОЛЬ ТРИВОЖНОСТІ У ВИМІРАХ ПСИХОСОМАТИЧНИХ РОЗЛАДІВ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

У статті висвітлено питання ролі тривожності як чинника виникнення і тривалості психосоматичних розладів серед внутрішньо переміщених осіб (ВПО).

Ключові слова: тривожність, психосоматичні захворювання, внутрішньо переміщені особи (ВПО).

In the article, the role of anxiety as a factor in the onset and persistence of psychosomatic disorders among internally displaced persons (IDPs) is examined.

Key words: anxiety, psychosomatic disorders, internally displaced persons (IDPs).

Постановка проблеми. Соціальні негаразди, особливо такі як війна, завжди супроводжуються суттєвим зростанням психоемоційного напруження та підвищенням рівня тривожності населення. За результатами досліджень трьох років війни, понад 75% населення перебуває у стані стресу та тривоги. Це підвищує рівень проблем ментального здоров'я, зниження якості життя, соціальної адаптації та виникненню психосоматичних розладів.

Особливу увагу слід приділити категорії людей, які були вимушені змінити місце свого проживання – внутрішньо переміщені особи (ВПО). Вони зазнали подвійного удару: окрім травми війни, вони втратили житло, роботу, соціальний статус, зіштовхнулися з розривом родинних та міжособистісних зв'язків, економічною нестабільністю, відсутністю медичної та соціальної підтримки. Усі ці фактори вплинули на формування тривожності, яка являється одним із ключових факторів у виникненні психосоматичних розладів.

Тому вивчення ролі тривожності у виникненні психосоматичних захворювань ВПО є дуже актуальним і в науковому, і в практичному сенсі. Воно дозволяє знайти ефективні психотерапевтичні та психокорекційні підходи для збереження здоров'я цих людей. [1]

Крім того, важливість проблеми полягає в тому, що ігнорування ролі тривожності у формуванні психосоматичних проявів ВПО призводить до невчасного діагностування, надмірних медичних обстежень, неефективних лікувальних напрямів і зниження якості життя великої групи людей.

Мета статті – визначення ролі тривожності у виникненні та перебігу психосоматичних розладів внутрішньо переміщених осіб, а також окреслення напрямів психокорекційної роботи з даною групою населення.

Виклад основного матеріалу дослідження. До найпоширеніших проблем психічного здоров'я у світі належать тривожні розлади. Вони часто поєднуються з соматичними захворюваннями. На думку Р. Мей, тривожність – це індивідуальна риса особистості, яка проявляється у переживаннях певної емоційної модальності та впливає на мотивацію, реакцію, діяльність та поведінку людини [4]. І. Стрілецька зазначає, що тривожність «актуалізується в умовах невизначеності і розуміється як переживання безпредметної загрози людині, коли під удар ставляться її цінності, престиж, здоров'я або благополуччя» [2].

Саме в таких умовах невизначеності, високому рівні стресу і тривоги знаходяться сьогодні українці. Дослідження, проведені в Україні, говорять про те, що порівняно з населенням, яке не змінило місце проживання з початку війни, ВПО мають набагато вищі показники тривожності, ПТСР і депресії. Крім цього, значна частина цих досліджень відзначає високий рівень соматизації та ризик розвитку хронічних соматичних захворювань внаслідок тривалого психоемоційного навантаження. [3]

Для визначення впливу тривожності на виникнення психосоматичних розладів ВПО було проведено емпіричне дослідження, в якому взяли участь 24 респонденти. Вік опитаних – від 30 до 50 років. Даних респондентів було поділено на дві групи : контрольну (КГ) та експериментальну (ЕГ).

У ході дослідження були використані методики : «Шкала соматичних симптомів - Somatic Symptom Scale — 8 (SSS-8)» та «Тест на тривожність Спілбергера – Ханіна».

Аналізуючи результати експериментальної та контрольної груп за шкалою соматичних симптомів - Somatic Symptom Scale — 8 (SSS-8) можна зазначити, що респонденти ЕГ мають виражені симптоми соматизації : 71% респондентів мають високий рівень соматизації, 22% - дуже високий рівень соматизації і 7% - середній рівень соматизації. Розглядаючи показники КГ за вказаною шкалою, виявлено, що середнього, високого та дуже високого рівня соматизації не спостерігається взагалі : 78% респондентів мають дуже низький рівень соматизації і 22% - низький рівень соматизації. Тобто, результати ЕГ і КГ за шкалою соматичних

симптомів - Somatic Symptom Scale — 8 (SSS-8) значно відрізняються і свідчать про правильність розподілу вибірки.

Тож, респонденти ЕГ по шкалі особистісної тривожності переважно мають високу тривожність – 78% та помірну тривожність – 22%. На психологічному рівні такі респонденти можуть відчувати підвищений страх, тривогу, занепокоєння, дратівливість через очікування поганих подій. Тривожність проявляється у порушеннях сну, зниженні концентрації уваги. Та тілесному рівні : головні болі, м'язове тремтіння, розлади шлунково-кишкового тракту.

По ситуативній тривожності в ЕГ переважає високий рівень тривожності – 67%, помірний рівень тривожності – 33%.

У вибірці КГ переважає низька особистісна тривожність – 96% і помірна – 4% респондентів. Тобто ці респонденти спокійні, у них немає емоційних переживань, які би викликали тривогу.

Після проведення кореляційного аналізу, встановлено прямий зв'язок між особистісною тривожністю і соматичними симптомами ($r_s=0,762$, $p\leq 0,01$). Чим вищою є особистісна тривожність, тим більшою симптоматикою це проявляється. Особистісна тривожність як властивість людини з часом може провокувати різні захворювання, які проявляються у вигляді соматичних симптомів. Соматичні прояви високого рівня тривоги пов'язані з хронічною м'язовою напругою, що викликає головний біль, біль у спині, м'язові посмикування. Часто єдиною скаргою при тривожності є стійка слабкість, яка також обумовлена хронічною м'язовою напругою. Особистісна тривожність є суттєвим фактором ризику розвитку соматичної патології, підвищуючи ймовірність розвитку хвороб серцево-судинної системи, шлунково-кишкового тракту, органів дихання, суглобів, нирок, обміну речовин, шкірних та алергічних захворювань. Крім того, тривожні стани можуть «соматизуватися» - існує зворотна залежність. Наявність болю, дискомфорту, порушень чутливості при соматичних захворюваннях негативно впливає на сон, працездатність тим самим підвищуючи ризик тривожних розладів.

Соматичні симптоми також пов'язані із ситуативною тривожністю ($r_s=0,750$, $p\leq 0,01$). Ситуативна тривожність є тимчасовою реакцією на зовнішні подразники, яка проявляється гострими реакціями організму : пітливістю, підвищеним серцебиттям, діареєю, підвищеною температурою тіла, тремором кінцівок. Такі прояви не є небезпечними для людини, якщо симптоми ситуативної тривожності зберігаються і є звичною реакцією, то постійний негативний вплив може спровокувати певне погіршення симптоматики.

Висновок Отже, проведений кореляційний аналіз дозволив статистично довести, що тривожність є ключовим чинником розвитку психосоматичних розладів у ВПО. Її формування зумовлене поєднанням зовнішніх соціально-травматичних і внутрішніх психологічних факторів.

Психосоматичні прояви є відображенням хронічної дії тривоги на організм і мають комплексний характер. Ефективна допомога потребує поєднання психотерапевтичних методів з програмами соціальної адаптації.

Тому було вирішено розробити корекційну програму для подолання тривожності як чинника психосоматичних розладів ВПО у вигляді групового психологічного тренінгу. Тренінгова розробка ґрунтується на методі МВСТ (mindfulness-based cognitive therapy) . Це один із методів когнітивно-поведінкової терапії. Майндфулнес є частиною протоколу в методі КПТ для цілого ряду психічних розладів : тривожні розлади, депресії, ПТСР.

Техніка МВСТ ґрунтується на медитації усвідомлення. Регулярна практика майндфулнес дає позитивні зміни у фізичному і ментальному здоров'ї : покращується стресостійкість, когнітивні здібності, зміцнюється імунітет, людина відчуває себе наповненою, повноцінною і щасливою.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Lushchak O. et al., Prevalence of stress, anxiety, and post-traumatic symptoms in Ukraine after the 2022 invasion (Lancet Regional Health — Europe, 2024).
2. Стрілецька І. І. Тривожність як індивідуальна властивість особистості. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 12 : Психологічні науки : зб. наук. праць. Київ, 2015. Вип. 1 (46). С. 266-272.
3. Martsenkovskyi D. et al., Mental health in Ukraine in 2023 (PMC, 2024).
4. May R. The Problem of Anxiety. 2001. 432 p.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Тьор Л.В.

УДК: 159.9.019.2:316.472.4-042.

Дойбан М.А.

РОБОТА З СПІВЗАЛЕЖНІСТЮ МЕТОДАМИ ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПІЇ

У статті розглянуто феномен співзалежності як багатofакторне психологічне утворення та представлено результати емпіричного дослідження ефективності гештальт-терапевтичного підходу у його подоланні.

Ключові слова: співзалежність, гештальт-терапія, психокорекція, емоційна залежність, міжособистісна залежність.

The article explores codependency as a multifactor psychological phenomenon and presents empirical data on the effectiveness of Gestalt-therapy in reducing codependent patterns.

The key words: codependency, Gestalt therapy, psychocorrection, emotional dependence, interpersonal dependence.

Постановка проблеми. Співзалежність — складне явище, що виникає у міжособистісних стосунках і проявляється у нав'язливій потребі контролю, порушенні особистісних меж, схильності до самопожертви та страху втрати значущих інших. Попри тривале використання терміна, єдиного визначення співзалежності не вироблено. Сучасні дослідження (Боженко; Амурова; Коляда; Лиманкіна) підтверджують, що співзалежність формується внаслідок поєднання дитячих психотравм, дисфункційного сімейного досвіду та соціокультурних чинників. Це явище погіршує психічне здоров'я, підвищує ризик тривожних і депресивних розладів та ускладнює побудову зрілих стосунків.

Потреба у дієвих психокорекційних методах зумовила звернення до гештальт-терапії, яка базується на принципах усвідомлення, «тут-і-зараз» і відповідальності за власні потреби.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вітчизняні науковці (Л. Галушко, Н. Коляда, М. Мілушина,) доводять роль біологічних, психологічних та соціальних чинників у виникненні співзалежності, підкреслюють вплив дитячих травм і дисфункційних сімейних сценаріїв, зокрема любовної залежності, на формування порушених меж та хронічної потреби в зовнішньому схваленні. Мілушина [5] у своїх роботах звертає увагу на динаміку розвитку співзалежності, простежуючи послідовність переходу від гіпервідповідальності та контролю до емоційного виснаження та втрати ідентичності. Вона підкреслює хвилеподібний характер перебігу співзалежності та її закріплення завдяки механізмам підкріплення в системі близьких стосунків. У співавторстві з Луценко, Мілушина [6] досліджує прояви співзалежності у поведінці матерів наркозалежних, доводячи, що материнська гіперопіка і порятунок будь-якою ціною підтримують адиктивну поведінку дитини та гальмують її реабілітацію. Це підкреслює необхідність роботи з сімейними сценаріями й відновлення психологічних меж у процесі психокорекції. Каневський [3] багато уваги приділяє емоційним механізмам формування співзалежності. Він докладно описує роль почуття сорому, провини та страху відкидання, які стають емоційним «паливом» для збереження співзалежних стосунків. Автор розглядає зовнішній локус контролю та нестабільність самооцінки як ключові чинники, що підтримують дисфункційні моделі поведінки. Такий підхід підкреслює значення психотерапевтичної роботи з афектами та валідацією емоцій, що добре узгоджується з техніками гештальт-терапії. Лиманкіна у своїй статті зосереджується на психологічній характеристиці міжособистісної залежності [4]. Вона виявляє когнітивні схеми, що підтримують співзалежність, зокрема постійну потребу у схваленні, страх втрати партнера та катастрофізацію можливого відкидання. Авторка підкреслює багатофакторну природу цього феномена та вказує на необхідність комплексної корекційної роботи, що охоплює когнітивний, емоційний і поведінковий рівні. Її підхід доповнює уявлення про те, що гештальт-терапія може бути ефективним інструментом у відновленні

автономії та кордонів «Я». Боженко [1] аналізує психологічні аспекти співзалежних стосунків у парі, зосереджуючись на втратах особистісної ідентичності, асиметрії влади та вторинних вигодах співзалежних відносин, таких як контроль чи уникнення власних переживань. Дослідниця наголошує на важливості відновлення суб'єктності та навичок самопідтримки. Її висновки підсилюють уявлення про необхідність індивідуальної та групової терапії, яка спрямована на відновлення цілісності «Я» та розвиток автономності, що є ключовими завданнями гештальт-підходу. Сінельніченко у співавторстві з Проскурнею [7] присвячує свою працю теоретичному дослідженню співзалежної поведінки близьких осіб наркозалежних. Вони докладно описують історичні етапи становлення поняття «співзалежність», циклічні фази розвитку стосунків «співзалежний — залежний» та ролі за трикутником Карпмана (жертва, рятівник, переслідувач). Значну увагу приділено дитячим передумовам формування співзалежної моделі поведінки. Автори роблять висновок про потребу створення сучасних реабілітаційних програм для сімейних систем, де присутня залежність. Гаврилюк у доповіді «Життєвий простір через чужі окуляри або ще раз про співзалежнення» вводить яскраву метафору «життя через чужі окуляри», що описує втрату власної перспективи та звуження життєвого вибору у співзалежних людей [2]. Авторка наголошує на необхідності повернення до власних цінностей і розширення способів контакту з реальністю, що перегукується з принципами гештальт-терапії щодо усвідомлення та відповідальності за власний досвід.

Вказані дослідження підкреслюють потребу комплексних рішень, які б поєднували різні рівні аналізу — від індивідуально-психологічного до соціокультурного, що створює передумови для глибшого впровадження гештальт-терапії в практику роботи зі співзалежністю.

Формулювання цілей статті. Метою статті є виявити психологічні особливості співзалежності та оцінити результативність гештальт-терапевтичної програми у зменшенні рівнів співзалежності, емоційної та міжособистісної залежності й особистісної тривожності.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження проведено на вибірці 21 особи (19 жінок, 2 чоловіки, вік 21–48 років). Використано стандартизовані методики: Spann–Fischer Codependency Scale, опитувальник B. & J. Weinhold, Emotional Dependency Questionnaire (EDQ), Interpersonal Dependency Inventory (IDI), шкалу особистісної тривожності STAI-T.

Первинна діагностика засвідчила переважання помірного рівня співзалежності та залежностей (42,9–61,9 %), при цьому 14,3 % учасників мали високий рівень співзалежності за Spann–Fischer.

Розроблена гештальт-програма включала етапи: усвідомлення та стабілізація, дослідження співзалежних патернів, експериментування з новими моделями поведінки, інтеграція.

Після завершення програми зафіксовано статистично значуще зниження середніх показників за всіма шкалами ($t=2,85-3,45$; $p<0,01$), що підтвердило ефективність гештальт-терапії у зменшенні співзалежності та супутньої тривожності. Діагностика рівнів співзалежності та залежностей показала, що серед досліджуваних переважали помірні значення. За шкалою Spann–Fischer 42,9 % мали низький рівень, 42,9 % – помірний, і 14,3 % – високий. За шкалою В. та J. Weinhold 42,9 % продемонстрували низький рівень, 52,4 % – помірний, і лише 4,8 % – високий.

Емоційна залежність (EDQ) виявилася низькою у 38,1 % учасників, у 61,9 % – помірною, високих показників зафіксовано не було. За шкалою міжособистісної залежності (IDI) 47,6 % мали низький рівень, 47,6 % – помірний, і 4,8 % – високий. Щодо особистісної тривожності (STAI-T), у 19 % виявлено низький рівень, у 81 % – середній, випадків високої тривожності не зафіксовано. Це свідчить про загальне домінування середнього рівня тривожності без критичних проявів.

Кореляційний аналіз показав, що високі показники співзалежності позитивно пов'язані з емоційною та міжособистісною залежністю (r від 0,41 до 0,56, $p<0,01$), що підтверджує їх взаємопов'язаність як елементів однієї психологічної системи.

Порівняльний аналіз результатів «до» та «після» впровадження гештальт-програми засвідчив статистично значущі зміни. Середні значення за шкалою Spann–Fischer знизилися з 65,2 до 52,1 ($t=3,12$; $p<0,01$), за шкалою Weinhold – з 72,8 до 59,3 ($t=2,98$; $p<0,01$). Емоційна залежність (EDQ) зменшилася з 68,4 до 55,6 ($t=3,45$; $p<0,01$), а міжособистісна залежність (IDI) – з 70,1 до 58,7 ($t=3,28$; $p<0,01$). Показники особистісної тривожності знизилися з 54,7 до 46,2 ($t=2,85$; $p<0,01$).

Таким чином, результати демонструють виражений корекційний ефект гештальт-програми, що проявився у зменшенні рівня співзалежності та пов'язаних психологічних феноменів. Це підтверджує гіпотезу дослідження про ефективність гештальт-терапії як методу психокорекції співзалежності.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Дослідження показало, що в більшості учасників спостерігається помірний рівень співзалежності, емоційної та міжособистісної залежності, а також середній рівень особистісної тривожності. Виявлено позитивні кореляції між співзалежністю та емоційною й міжособистісною залежністю, що підтверджує їхню взаємопов'язаність як єдиного психологічного комплексу.

Порівняльний аналіз «до» та «після» впровадження гештальт-програми продемонстрував статистично значуще зниження показників співзалежності.

Отримані результати підтверджують ефективність гештальт-терапії у зниженні співзалежних проявів, зміцненні особистісних меж та розвитку автономності. Запропонована програма може бути використана в

індивідуальному й груповому консультуванні для профілактики та корекції співзалежності. Перспективним є розширення вибірки за віком, статтю та соціальним статусом для підвищення репрезентативності результатів; аналіз впливу окремих компонентів гештальт-програми (усвідомлення, робота з межами, експериментування) на різні типи залежностей; використання якісних методів (глибинні інтерв'ю, феноменологічний аналіз) для дослідження суб'єктивного досвіду учасників; порівняння ефективності гештальт-терапії з іншими психокорекційними підходами (когнітивно-поведінковим, сімейно-системним) та вивчення довготривалих ефектів. Отримані результати можуть стати основою для створення універсальних програм психопрофілактики та психокорекції, спрямованих на зниження співзалежності та зміцнення психологічної автономії в різних групах населення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Боженко В. Г. Психологічні аспекти феномену співзалежних стосунків у парі. *Досягнення сучасної психологічної науки та практики*. 2020. URL: <https://jamp.donnu.edu.ua/issue/view/269>
2. Гаврилюк Л. В. Життєвий простір через чужі окуляри або ще раз про співзалежнення. *Матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції з адиктології*. Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2024. С. 25-29.
3. Каневський В. І., Довжук С. В. Емоційні механізми формування співзалежності. *Габітус, науковий журнал*. Вип. 30, 2021.
4. Лиманкіна А. І. Психологічна характеристика міжособистісної співзалежності. *Débats scientifiques et orientations prospectives du développement scientifique*, 2022. С. 136.
5. Мілушина М.О. Специфіка динамічних проявів розвитку співзалежності. *Актуальні проблеми психології*. Том 7, вип. 37, 2021.
6. Мілушина М.О., Луценко О. О. Психологічні особливості прояву співзалежності в поведінці матерів наркозалежних. *Вісник Дніпропетровського університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія»*, №1 (7), 2014.
7. Сінельніченко Н. С., Проскурня А. С. Психологічні особливості співзалежної поведінки близьких наркологічно хворих. *Габітус, науковий журнал*. Вип. 42, 2022. С. 211-213. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.42.36>

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

ПРОТИДІЯ ВПЛИВУ РОСІЙСЬКОЇ ПРОПАГАНДИ У ШКІЛЬНОМУ КУРСІ ІСТОРІЇ УКРАЇНИ: МЕТОДИЧНІ ПІДХОДИ

У статті розглядаються особливості протидії російській пропаганді в сучасному освітньому процесі. Визначено ключові загрози інформаційної війни та їхній вплив на учнівську молодь. Автор аналізує методичні підходи до викладання шкільного курсу історії України в контексті формування критичного мислення та медіаграмотності, пропонує практичні шляхи інтеграції теми боротьби з дезінформацією у навчальний процес. Зроблено висновок, що ефективна робота вчителя в цьому напрямку сприяє не лише засвоєнню історичних знань, але й розвитку інформаційної стійкості учнів.

Ключові слова: російська агресія, пропаганда, медіаграмотність, інформаційна війна, методика викладання, історія України, критичне мислення.

The article examines the peculiarities of countering Russian propaganda in the modern educational process. The key threats of the information war and their impact on school youth are identified. The author analyzes methodological approaches to teaching the school course of Ukrainian history in the context of developing critical thinking and media literacy, and proposes practical ways to integrate the topic of combating disinformation into the learning process. It is concluded that effective work of the teacher in this direction contributes not only to the acquisition of historical knowledge but also to the development of students' information resilience.

Keywords: propaganda, media literacy, information war, teaching methodology, history of Ukraine, critical thinking.

Постановка проблеми. Російська агресія проти України, що розпочалася у 2014 році з окупації Криму, зумовила активізацію інформаційної війни, спрямованої на виправдання злочинних дій Кремля. Пропагандистські наративи, які поширюються через засоби масової інформації та соціальні мережі, мають на меті вплинути на свідомість, насамперед, молоді, створити викривлену картину подій, підірвати довіру до українських державних інституцій. У цьому контексті особливої ваги набуває роль шкільного курсу історії України, адже саме він формує в учнів базові уявлення про сучасні події, їхнє історичне підґрунтя та значення для державотворчого процесу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема використання Російською Федерацією інформаційної зброї проти України та впливу пропагандистських наративів на суспільну свідомість знайшла широке

відображення в сучасних наукових і аналітичних дослідженнях. Зокрема, Д. Дуцик та С. Шалайський у своєму аналітичному звіті [1] комплексно проаналізували методи поширення дезінформації та оцінили ефективність українських стратегій протидії в умовах повномасштабної війни. Дослідники підкреслюють, що інформаційна агресія спрямована на маніпулювання суспільною думкою та підірив довіри до державних інституцій, що потребує системної відповіді на рівні держави, освіти та громадянського суспільства.

Матеріали проєкту «Детектор медіа» [2] зосереджені на аналізі ролі медіаграмотності як одного з головних інструментів протидії дезінформації. Автори підкреслюють важливість підготовки громадян до критичного сприйняття інформації та формування навичок самостійної перевірки фактів.

Подібні висновки містяться й у дослідженні платформи StopFake [3], де медіаграмотність розглядається як ключовий чинник інформаційної безпеки держави. У матеріалі наголошено на потребі оновлення освітніх підходів, зокрема у шкільному курсі історії, з метою формування стійкості до зовнішніх маніпуляцій.

На важливості розвитку медіаграмотності як базового елементу інформаційного спротиву наголошує й О. Юрчишин [4], зазначаючи, що саме від рівня підготовленості громадян залежить успішність усіх інших заходів у цій сфері.

Цікаву перспективу пропонує Г. Нудищук [5], яка аналізує роль публічних бібліотек як центрів інформаційної освіти. Вона підкреслює, що ці інституції можуть стати майданчиками для просвітницької діяльності, спрямованої на підвищення критичного мислення громадян та протидію пропаганді на місцевому рівні.

Метою статті є узагальнення сучасних наукових підходів до проблеми протидії російській дезінформації та визначення ролі освітніх практик, зокрема курсу історії України, у формуванні критичного мислення й інформаційної стійкості учнівської молоді.

Виклад основного матеріалу. Російська пропаганда ґрунтується на спотворенні історичних фактів та створенні міфів, що легітимізують окупацію. Одним із поширених наративів є твердження, що Крим «завжди належав Росії», хоча історичні факти свідчать про інший розвиток подій. Для молоді небезпечними є також маніпулятивні повідомлення в соціальних мережах, які часто подають інформацію емоційно, без належних доказів. Учні, які не мають навичок критичного аналізу, можуть легко потрапити під вплив такої дезінформації [1].

Протидія цим викликам можлива завдяки комплексному використанню методичних підходів. Насамперед варто акцентувати на медіаграмотності, що включає вміння аналізувати інформаційні повідомлення, виявляти мету їхнього поширення, ідентифікувати емоційні маркери та перевіряти факти через кілька незалежних джерел.

Ефективною практикою є завдання для учнів з аналізу новинних повідомлень, де необхідно визначити можливі маніпуляції чи упередженість [4].

Не менш важливим є звернення до первинних джерел. Учитель може пропонувати учням роботу з офіційними документами, свідченнями очевидців, архівними матеріалами, що дозволяє відтворити реальну картину подій. Порівняння українських і російських джерел дає змогу виявити суперечності та зробити власні висновки на основі фактів, а не нав'язаних наративів.

Значний потенціал мають інтерактивні методи навчання. Дискусії, дебати та рольові ігри дозволяють учням зрозуміти різні аргументи та навчитися їх критично оцінювати. Проектна діяльність, зокрема створення презентацій, блогів чи буклетів, спрямованих на спростування пропагандистських тверджень, допомагає не лише засвоїти матеріал, а й розвинути комунікативні навички. Важливим є використання мультимедійних ресурсів: документальних фільмів, карт, фотоархівів, що дають змогу глибше зрозуміти події 2014 року та їх наслідки [2].

Особлива роль належить учителю. Він виступає не лише передавачем знань, а й фасилітатором процесу критичного осмислення історії. Від його готовності розпізнавати пропаганду, компетентності та вміння організовувати освітній процес залежить, чи зможе школа стати простором формування інформаційної безпеки молоді [5].

Сучасний етап російсько-української війни, що розпочався з повномасштабного вторгнення 24 лютого 2022 року, продемонстрував якісно новий рівень інформаційного впливу з боку Росії. Якщо до 2022 року пропаганда ґрунтувалася переважно на історичних міфах, спотворенні подій 2014 року та маніпуляціях із поняттям «захисту російськомовного населення», то нині вона активно використовує гібридні технології — від масштабних кампаній у соціальних мережах і створення фейкових новин до системного поширення дезінформації через месенджери, інтернет-платформи та популярних блогерів. Особливу небезпеку становлять «меметичні» наративи — короткі, емоційні повідомлення, що легко поширюються серед молоді та закріплюють спрощені або хибні уявлення про складні історичні події. Це змінює формат інформаційної війни і вимагає адаптації методики шкільного навчання до нових викликів.

У цих умовах ключовим завданням сучасної школи стає не лише передача знань про події 2014 року, а й формування в учнів інформаційної стійкості та критичного мислення як базових компетентностей громадянина. Практичні методики, які можуть бути впроваджені в курс історії, передбачають активне залучення учнів до аналізу конкретних прикладів дезінформації. Наприклад, учитель може пропонувати порівняння офіційних повідомлень українських та російських джерел, аналізувати їхню структуру, мету та логіку побудови. Корисним є

створення навчальних проєктів, у межах яких учні досліджують певний історичний фейк, простежують його походження, шляхи поширення та спростування. Такі завдання не лише розвивають аналітичні навички, а й виховують в учнів медіаграмотність як інструмент особистого захисту від пропаганди.

Не менш важливим є психолого-педагогічний аспект роботи з учнями. Російська пропаганда часто апелює до емоцій, використовуючи страх, гнів чи співчуття як механізми впливу, що особливо ефективні серед підлітків. Тому завданням учителя є створення безпечного середовища для обговорення чутливих тем, навчання школярів розпізнавати емоційні маніпуляції та критично їх оцінювати. Інтерактивні методи — рольові ігри, дебати, симуляції судових процесів чи засідань міжнародних організацій — допомагають учням зрозуміти складність сучасних інформаційних процесів і побачити наслідки некритичного сприйняття інформації. У результаті школа може стати не лише місцем здобуття знань про історію, а й простором формування свідомих громадян, здатних протистояти деструктивному інформаційному впливу.

Висновки. Таким чином, протидія російській пропаганді при вивченні шкільного курсу новітньої історії України є важливою складовою формування національної ідентичності та історичної свідомості учнів. Ефективними інструментами виступають критичний аналіз отриманої інформації, робота з джерелами, інтерактивні методи та інтеграція елементів інформаційної безпеки у викладання сучасної історії. Учитель у цьому процесі не лише виконує роль провідника, який допомагає учням відрізнити факти від маніпуляцій, розвивати критичне мислення та протистояти дезінформації, але й допомагає сформувати систему національних та загальнолюдських цінностей, національну ідентичність у школярів.

REFERENCES:

1. Дуцик Д., Шалайський С. Ефективність протидії російській дезінформації в Україні в умовах повномасштабної війни: аналітичний звіт. УМЦІ, 2023. URL: https://www.jta.com.ua/wp-content/uploads/2023/08/UMCI_-Effectiveness-of-Russian-Disinformation-Counteration_UA.pdf (дата звернення: 15.09.2025).
2. Російська пропаганда та медіаграмотність: як Україна протистоїть дезінформації // Детектор медіа. URL: <https://go.detector.media/rosijska-propaganda-ta-mediagramotnist-yak-ukrayina-protistoyit-dezinformatsiyi/> (дата звернення: 15.09.2025).
3. Медіаграмотність як ключ до боротьби з російською пропагандою: виклики та рішення для України // StopFake. URL: <https://www.stopfake.org/uk/mediagramotnist-yak-klyuch-do-borotbi-z-rosijskoyu-propagandoyu-vikliki-ta-rishennya-dlya-ukrayini/> (дата звернення: 15.09.2025).
4. Перший рівень роботи в інформаційній війні - це медіаграмотність, - Юрчишин // Детектор медіа. 20.04.2025. URL: <https://detector.media/infospace/article/240156/2025-04-20-pershyy-riven-roboty-v-informatsiyniy-viyni-tse-mediagramotnist-yurchyshyn/> (дата звернення: 15.09.2025).

5. Нудишук Г. Публічні бібліотеки України як осередки протидії російській пропаганді // Бібліотечні інформаційні науки. 2024. URL: <https://librinfosciences.knukim.edu.ua/article/view/318335> (дата звернення: 15.09.2025).

Науковий керівник кандидат історичних наук доцент Бойков О.Ю.

УДК: 159.922:[623.746-519:82-343]

Дорохов С.В.

**ПСИХОЛОГІЯ МІФОТВОРЧОСТІ В УМОВАХ
ВИСОКОТЕХНОЛОГІЧНОЇ ВІЙНИ:
ФОЛЬКЛОР, МЕМИ ТА МАСОВА КУЛЬТУРА ЯК
ВІДОБРАЖЕННЯ СТАВЛЕННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗСУ
ДО ДРОНІВ, РОБОТІВ ТА ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ.**

Стаття аналізує міфотворчість як психологічний механізм адаптації військовослужбовців ЗСУ до технологічної війни. Показано, як антропоморфізація дронів і систем ІІІ, а також наративи масової культури й меми структурують переживання невизначеності, перерозподіляють агентність і відповідальність між людиною та машиною та впливають на колективну ідентичність. Обґрунтовано рамки деміфологізації: прозорий розподіл контролю, МНС (Meaningful human control, або значущий людський контроль, – це поняття, яке означає, що люди повинні мати належний контроль над критично важливими функціями ІІІ та автономних систем, щоб уникнути прийняття морально відповідальних рішень самими машинами), корекція хибних уявлень через емоційно-орієнтовані комунікації та психоосвітні втручання.

Ключові слова: міфотворчість, антропоморфізація, військова психологія, дрони, штучний інтелект.

The article examines myth-making as a psychological adaptation mechanism of Ukrainian soldiers to technological warfare. It shows how anthropomorphism of drones and AI systems, together with popular culture narratives and memes, structures uncertainty, redistributes agency and responsibility between humans and machines, and shapes group identity. It outlines demythologization frameworks: transparent control allocation, MHC (meaningful human control), and correction of misconceptions via emotionally-oriented communications and psychoeducation.

Keywords: myth-making, anthropomorphism, military psychology, drones, artificial intelligence.

Постановка проблеми. Високотехнологічна війна радикально змінює сприйняття загрози: дрони, РЕБ-РЕР і ШІ діють на відстані, тепловізори бачать в повній темряві, – все це відбувається непрозоро та незрозуміло для більшості бійців. За браку когнітивного контролю зростає схильність наділяти технічні системи «намірами» й «волею», вибудовуючи міфи, що зменшують тривогу та спотворюють причинно-наслідковий порядок у хаотичній реальності бою. Це має руйнівні наслідки для моральної відповідальності, довіри до систем і групової згуртованості [1–4].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідження фіксують: тривалий нагляд дронів спричиняє соціальну ізоляцію, самооб'єктивацію та деполітизацію, формуючи образ «всевидячої» техніки [2]. Публічні та військові дискурси нерідко маскують людську агентність за фасадом «об'єктивної машини», що зміщує моральну відповідальність і підсилює міфи про автономну зброю [3, 9, 10, 11]. Масова культура історично задає «емоційні рамки» страху перед «мислячою машиною», якими користується воєнний фольклор [4]. Поряд із цим запропоновано практичні контррамки: навчання «meaningful human control», проєктування інтерфейсів з урахуванням антропоморфних ризиків, корекція упереджень ШІ та емоційно-орієнтовані комунікації. "Meaningful human control" (МНС), або значущий людський контроль, – це поняття, яке означає, що люди повинні мати належний контроль над критично важливими функціями штучного інтелекту (ШІ) та автономних систем, щоб уникнути прийняття морально відповідальних рішень самими машинами; цей термін походить з дискусій ООН щодо САО (смертоносних автономних озброєнь), але застосовується і до інших сфер, таких як безпілотні автомобілі та ШІ в медицині. [1, 3, 9, 10, 11, 12, 5]. Систематизовано моделі інтеграції «людина–машина», узгоджені зі стандартною військовою ланкою прийняття рішень та вимогами субординації: ШІ-модулі надають імовірнісні рекомендації, далі діють пороги впевненості й обов'язкові «людські ворота» для ризикових дій, а фінальне рішення санкціонує визначений посадою «останній арбітр». Така побудова гасить каскади помилок і запобігає хибній атрибуції агентності, чітко розмежовуючи інструментальну роль ШІ та відповідальність людини [13].

Метою статті є опис, інтерпретація та аналіз міфотворчих наративів, пов'язаних з дронами та іншими високотехнологічними зразками озброєння та спорядження (засоби радіоелектроної розвідки та радіоелектроної боротьби, тепловізори та нічне бачення, штучний інтелект, тощо) у військовому середовищі як механізм адаптації до тактичної та стратегічної невизначеності. Окреслення практичних підходів до деміфологізації високотехнологічних сил та засобів з метою підвищення боєздатності ЗСУ. Проведення аналізу особливостей прояву стресу у військовослужбовців ЗСУ в умовах бойових дій, проєктування ефективних психокорекційних програм для зниження стресу та профілактики ПТСР.

Виклад основного матеріалу дослідження. *Емоційні рамки як підґрунтя міфів.* AI-асистовані емоційно-орієнтовані стратегічні комунікації (EBSC) у поєднанні з комп'ютеризованою КБТ (CCBT) дають інструменти переформатування «домінантних емоційних карт» у спільнотах, уражених війною. Ці рамки визначають, у яких «тональностях» кристалізуються воєнні міфи про дрони/ШІ; КБТ – канал корекції індивідуальних хибних уявлень [1]. Емоційні рамки – це стійкі патерни оцінки подій (загроза/безпека, контроль/надія), через які спільнота «прочитує» реальність. Сукупність таких рамок у групі утворює її «домінантну емоційну карту» – переважні настрої, що визначають, які смисли приживуться. На цій основі і кристалізуються міфи: якщо карта насичена страхом і безпорадністю, народжується міф про «всемогутній дрон»; якщо – контролем і компетентністю, міф переформатовують у «звичайний інструмент ворога з обмеженнями».

Міні-приклад: міф «дрон = всевидючий мисливець» трансформуємо у «дрон = сенсорна система з радіо/оптичними межами, проти якої працюють маскування, маршрути, шумові пастки». EBSC поширює цей фрейм фактами та практиками, CCBT підсилює особисту впевненість («я знаю, що робити»), і міф втрачає «магічність». Коротко: EBSC задає «тон» колективного міфу, CCBT коригує індивідуальні хибні уявлення; разом вони зсувають емоційну карту від фаталізму до контрольованої дії, що безпосередньо впливає на те, якими стануть воєнні міфи про дрони/ШІ [1].

Нагляд і «всевидючий агент». Постійна загроза удару з боку БПЛА породжує соціальну ізоляцію, самооб'єктивацію («дивитися на себе очима дрона») і деполітизацію. Це живить антропоморфізацію дрона як «агента з намірами» та стабілізує міф «всемогутньої техніки» [2].

Маскування людської агентності. Дискурс «раціональнішої за людину машини» зміщує відповідальність із операторів та командирів на «систему», водночас полегшуючи приписування машині намірів. Так постають міфи про надраціональну, автономну зброю – необхідна корекція полягає у поверненні видимості людських (тактичних, економічних, політичних) рішень у ланцюгу «спостереження-цілевказання-удар» [3].

Культурні архетипи «мислячої машини». Антології НФ і масова культура задають наративні схеми (страх, «власна воля» машини, всевидючість приладів), до яких апелює фронтовий фольклор, інтерпретуючи дрони/ШІ в реальних боях [4]. Втім, працюють більш ефективно не найбільш релевантні (НФ книги “Я, робот” А. Азімова, “Страж-птиця” Р. Шеклі), а найбільш популярні твори мистецтва (НФ фільми “Термінатор” Д. Камерона, “Матриця” Л. Вачовські); останнім часом значну роль у міфотворчості відіграють популярні блогери (Telegram, YouTube, TikTok).

Дефіцит емпірики та моральне відсторонення. Огляди підкреслюють нестачу емпіричних даних щодо психічних наслідків для операторів БПЛА і водночас фіксують підвищені стрес, вигорання, симптоматику ПТСР і

механізми морального відсторонення – ґрунт для конкуруючих міфів про «точність»/«всемогутність» техніки [5].

Ілюзія «алгоритмічного командира». Інтеграція ШІ у командні цикли створює уявлення про автономну стратегічну суб'єктність систем, підсилює automation bias і нормалізує міфи про «безпомилковий алгоритм-командира». Протидія: навчання meaningful human control, прозорі процедури розподілу відповідальності [9].

Міф «нейтральної» технології. Системи розпізнавання облич мають структурні упередження, що руйнує уявлення про «об'єктивного алгоритмічного агента» і вимагає критичного ставлення до техно-нейтралітету в бойових рішеннях [10].

Автоматизація ≠ ре-гуманізація. Навіть коли ШІ зменшує емоційне навантаження операторів, дегуманізація не зникає: зберігається дистанція до жертви, репродукуються упередження та ризики хибної атрибуції «комбатантства» [11].

Дизайн інтерфейсів і антропоморфні підказки. Люди схильні приписувати наміри системам; інтерфейси, що «олюднюють» ШІ, підсилюють цю тенденцію. Необхідні контрзаходи: дизайн без антропоморфних сигналів, лог-прозорість рішень і контрольні «людські ворота» у критичних точках [12].

Оптимальна інтеграція «людина-машина». Багатошарове ухвалення рішень із формальним порядком шарів (людських/машинних) і чітким «останнім арбітром» знижує каскадування помилок і хибну атрибуцію агентності – практична рамка деміфологізації технології в бойових наративах [13].

Висновки. Міфотворчість у технологічній війні – не девіація, а адаптивний спосіб впорядкування невизначеності. Водночас вона здатна викривляти атрибуцію причинності й відповідальності. Практичні кроки: навчання meaningful human control і протидія automation bias; проектування інтерфейсів без антропоморфних підказок та з лог-прозорістю; емоційно-орієнтовані комунікації та психоосвіта (у т.ч. ССВТ) для корекції хибних уявлень; інституційні протоколи розподілу відповідальності у змішаних «людина-машина» контурах. Подальші дослідження мають комбінувати етнографію фронтового фольклору з експериментальними і польовими методами оцінки впливу цих втручань.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ćosić, K., Kopilas, V., & Jovanović, T. (2024). War, Emotions, Mental Health, and Artificial Intelligence. *Frontiers in Psychology*, 15, 1394045. [<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1394045>] (<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1394045>)
2. Edney-Browne, A. (2019). The Psychosocial Effects of Drone Violence: Social Isolation, Self-Objectification, and Depoliticization. *Political Psychology*, 40(6), 1341–1356. [<https://doi.org/10.1111/pops.12629>] (<https://doi.org/10.1111/pops.12629>)
3. Emery, J. R., & Biggs, H. (2022). Human, All Too Human: Drones, Ethics, and the Psychology of Military Technologies. *Political Psychology*, 43(3), 605–613. [<https://doi.org/10.1111/pops.12809>] (<https://doi.org/10.1111/pops.12809>)

4. Asimov, I., Greenberg, M. H., & Warrick, P. S. (Eds.). (1984). *Machines That Think: The Best Science Fiction Stories About Robots and Computers*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
5. Hijazi, A. M., Ferguson, C. J., Hall, H., Hovee, M., Ferraro, F. R., & Wilcox, S. (2017). Psychological Dimensions of Drone Warfare. *Current Psychology*, 38(5), 1285–1296. <https://doi.org/10.1007/s12144-017-9684-7>
6. Johnson, J. (2023). The AI Commander Problem: Ethical, Political, and Psychological Dilemmas of Human-Machine Interactions in AI-enabled Warfare. *Journal of Military Ethics*, 23(3–4), 246–271. <https://doi.org/10.1080/15027570.2023.2175887>
7. Johnson, J. (2024, May 30). Is there a Human in the Machine? AI and Future Warfare. *War on the Rocks*. <https://warontherocks.com/2024/05/is-there-a-human-in-the-machine-ai-and-future-warfare/>
8. Leslie, D. (2020). Understanding Bias in Facial Recognition Technologies. *SSRN Electronic Journal*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3705658>
9. Perkey, A. (2021, August 5). Why AI cannot prevent dehumanization in drone warfare. *International Affairs Blog (Medium)*. <https://medium.com/international-affairs-blog/why-ai-cannot-prevent-dehumanization-in-drone-warfare-2edf83c1cf3f>
10. Zhong, H. (2024). Optimal Integration: Human, Machine, and Generative AI. *SSRN Working Paper No. 4899250*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.4899250>

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

УДК [005.56(100:477):364.62]:314.151.3-054.73-053.5

Дяченко В.А.

ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ПАРТНЕРСТВА ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ, ГРОМАДИ, ГРОМАДСЬКИХ ОРГАНІЗАЦІЙ І МІЖНАРОДНИХ СТРУКТУР У ПІДТРИМЦІ ДІТЕЙ-ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ

У статті проаналізовано актуальність і перспективи розвитку партнерських взаємин між закладом освіти, територіальною громадою, громадськими організаціями та міжнародними структурами у сфері підтримки дітей-переселенців. Показано, що соціальна інтеграція дітей, які вимушено змінили місце проживання через воєнні дії, потребує комплексної міжсекторальної взаємодії. Визначено напрями вдосконалення партнерства, зокрема розвиток локальних програм соціально-педагогічного супроводу, посилення ролі громади, розширення співпраці з громадськими та міжнародними організаціями.

Ключові слова: діти-переселенці, партнерство, заклад освіти, громада, громадські організації, міжнародні структури, соціальна інтеграція.

The article analyzes the relevance and prospects for the development of partnership relations between an educational institution, a territorial community, public organizations and international structures in the field of supporting displaced children. It is shown that the social integration of children who have been forced to change their place of residence due to military actions requires comprehensive intersectoral interaction. The directions for improving the partnership are identified, in particular, the development of local programs of socio-pedagogical support, strengthening the role of the community, expanding cooperation with public and international organizations.

Keywords: displaced children, partnership, educational institution, community, public organizations, international structures, social integration.

Аналіз стану питання. В умовах воєнних дій в Україні особливої актуальності набуває проблема соціальної адаптації та інтеграції дітей-переселенців у нові освітні та соціокультурні середовища. За даними міжнародних організацій, сотні тисяч дітей в Україні були змушені змінити місце проживання, що створило додаткове навантаження на систему освіти та соціальних послуг. Заклад загальної середньої освіти у цьому контексті виступає не лише інституцією навчання, а й важливим агентом соціалізації, адаптації та психологічної підтримки.

Однак ефективність інтеграції дітей-переселенців неможлива без активного залучення до цього процесу громади, громадських організацій і міжнародних партнерів. Партнерська взаємодія (науковці називають цей термін соціальне партнерство) між цими суб'єктами дозволяє створювати багатовимірну систему підтримки, яка поєднує освітні, соціальні, правові й психологічні аспекти.

Питанням соціального партнерства присвячено праці вчених: С. Багрич, Г. Байдаченко, Ф. Гайнуліної, С. Костючкова, Н. Ничкало, О. Оксенюк, Л. Пуховської, Н. Романова, П. Сорокіна, Т. Швець та ін.; проблемі розвитку партнерських взаємин щодо соціальної підтримки та інтеграції дітей-переселенців присвячено наукові розвідки Т. Алексеєнко, А. Андрущенко, М. Варбана, І. Дубровського, В. Жукова, А. Капської, О. Карпенка, А. Колота, В. Кравченко, С. Куц, І. Мельник, О. Садової, Т. Семигіної та інших. Попри наявні спроби наукового обґрунтування питання соціальної підтримки дітей-переселенців, проблема міжсекторальної взаємодії залишається недостатньо вивченою, що й окреслює актуальність дослідження.

Мета статті – дослідити перспективи розвитку партнерства закладів освіти, територіальних громад, громадських організацій і міжнародних

структур у підтримці дітей-переселенців та окреслити можливі напрями його вдосконалення.

Виклад основного матеріалу. Соціальним партнерством сьогодні називають спосіб об'єднання інтересів та дій суб'єктів суспільних відносин (Оксенюк О, 2022). У статті 66 Закону України «Про освіту» наголошується на тісній співпраці між місцевими органами влади, закладами освіти та громадою, що визначається як важливий етап розбудови демократичного суспільства [2]. Для дітей-переселенців така взаємодія є особливо значущою, адже вони перебувають у стані соціально-психологічної вразливості, що виявляється у тривожності, відчутті втрати стабільності, труднощах інтеграції у нові колективи.

Заклад освіти виконує функцію первинного середовища соціалізації, громада забезпечує ресурсну та культурну підтримку, громадські організації надають адресні соціальні й психологічні послуги, тоді як міжнародні структури акумулюють фінансові та методичні ресурси. Таким чином, саме інтеграція зусиль усіх суб'єктів може забезпечити ефективну підтримку дітей-переселенців.

В останні роки в Україні активізувалася практика співпраці освітніх закладів із громадами та громадськими організаціями. У багатьох територіальних громадах створено центри соціальних служб, які координують роботу з дітьми-переселенцями. Громадські організації («СОС Дитячі містечка Україна», «Карітас Україна», «Право на захист» тощо) реалізують проекти психологічної допомоги та інтеграційних програм.

Міжнародні організації, зокрема ЮНІСЕФ, UNHCR, Save the Children, забезпечують матеріальну підтримку закладів освіти, організовують тренінги для педагогів і психологів, сприяють запровадженню інклюзивних підходів у навчальному процесі. Разом із тим, партнерська діяльність ще залишається недостатньо системною, часто залежить від окремих ініціатив, а не від усталених механізмів співпраці.

Перспективи вдосконалення партнерської взаємодії можна окреслити у кількох ключових напрямках:

1. *Розробка та реалізація місцевих програм інтеграції* (на рівні громади доцільно створювати комплексні програми, що передбачають освітню, культурну, соціальну та психологічну підтримку дітей-переселенців).

2. *Зміцнення ролі закладів освіти як центрів інтеграції* (заклад освіти має перетворитися на простір безпеки, де дитина отримує не лише знання, а й соціально-психологічну підтримку через діяльність соціальних педагогів і шкільних психологів).

3. *Розширення взаємодії з громадськими організаціями* (необхідно стимулювати залучення ГО до освітнього процесу у вигляді спільних гуртків, арттерапевтичних програм, волонтерських ініціатив).

4. *Інституціоналізація партнерства з міжнародними структурами* (йдеться про створення довготривалих угод та меморандумів між

громадами, освітніми закладами та міжнародними організаціями для забезпечення стабільності ресурсної підтримки).

5. Підготовка кадрів для інтеграційної роботи (перспективним напрямом є підвищення кваліфікації педагогів і соціальних працівників у сфері міжкультурної комунікації, кризового втручання, медіації).

Незважаючи на позитивні тенденції, процес розбудови партнерства стикається з низкою викликів: обмеженість фінансування на місцях, кадровий дефіцит, недостатня координація дій між різними суб'єктами, а також психологічні бар'єри в середовищі приймаючих громад.

Подолати ці труднощі можливо шляхом створення координаційних рад на рівні територіальних громад, впровадження системи моніторингу ефективності програм інтеграції, посилення інформаційної роботи серед місцевого населення щодо толерантності та інклюзії.

Висновки. Соціальна інтеграція дітей-переселенців є багатовимірним завданням, що потребує комплексної міжсекторальної взаємодії. Партнерство закладів освіти, громад, громадських організацій і міжнародних структур виступає ефективним механізмом забезпечення не лише освітніх, а й соціально-психологічних потреб дітей. Перспективи розвитку партнерської взаємодії, на нашу думку, полягають у формуванні місцевих програм підтримки, зміцненні ролі школи як центру інтеграції, розширенні участі громадських організацій, інституціоналізації міжнародної допомоги, системній підготовці кадрів. Реалізація зазначених напрямів сприятиме створенню сприятливого середовища для повноцінного розвитку дітей-переселенців і підвищенню стійкості територіальних громад в умовах воєнних викликів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Алексєєнко Т.Ф., Гончар Л.В., Куниця Т.Ю., Бирик Д.Д. Вимушені переселенці: соціально-педагогічні проблеми і досвід підтримки. Монографія / за ред. Т.Ф. Алексєєнко. – Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. – 240 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/723129/1/4%20%20%D0%92%D0%B8%D0%BC%D1%83%D1%88%D0%B5%D0%BD%D1%96%20%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D1%81%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D1%86%D1%96_web%20%284%29.pdf
2. Закон України «Про освіту». URL: <https://sqe.gov.ua/law/zakon-ukraini-pro-osvitu/>
3. Костючков С. К., Швець Т. М. Соціальне партнерство: навчально-методичний посібник для здобувачів першого (бакалаврського) та другого (магістерського) рівнів вищої освіти спеціальностей 231 Соціальна робота, 054 Соціологія / С. К. Костючков, Т. М. Швець. – Херсон: Книжкове вид-во ФОП Вишемирський В. С., 2024. – 170 с.
4. Садова О. Г. Особливості застосування технології «партнерство у громаді» у практиці освітньої діяльності сільської школи. Таврійський вісник освіти. 2016. № 1. С.60–65.
5. Оксенюк, О. Налагодження соціального партнерства між закладом середньої освіти і громадою. Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота», 2025, (1(50), 207–210. <https://doi.org/10.24144/2524-0609.2022.50.207-210>

6. Партнерство в освіті. Практика взаємодії у контексті освітньої діяльності на шляху розбудови Нової української школи / Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. – Харків: Харківська академія неперервної освіти, 2022. – 140 с. URL : <https://donets-osvita.gov.ua/wp-content/uploads/2022/07/pedagogika-partnerstva-2022.pdf>

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, доцентка Швець Т.М.

УДК 001.892:005.216:[615.851:616.891.6]

Єгупова І.В.

РОЗРОБКА ПРОГРАМИ ВПРОВАДЖЕННЯ МЕТОДІВ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ У ПОДОЛАННІ ТРИВОЖНИХ РОЗЛАДІВ ОСОБИСТОСТІ

У статті проведена розробка програми впровадження методів психологічної допомоги у подоланні тривожних розладів особистості. Проаналізовано сучасні теоретичні підходи до розуміння тривожності та її впливу на емоційну, когнітивну та соціальну сфери життя.

Ключові слова: тривожні розлади, психологічна допомога, саморегуляція, програма.

The article develops a program for implementing psychological assistance methods in overcoming anxiety disorders. Modern theoretical approaches to understanding anxiety and its impact on the emotional, cognitive and social spheres of life are analyzed.

Key words: anxiety disorders, psychological assistance, self-regulation, program.

Постановка проблеми. Тривожні розлади є однією з найпоширеніших форм психічних порушень у сучасному суспільстві. Вони охоплюють широкий спектр проявів від тривожності до панічних атак та соціальної фобії. Особистість, яка стикається з тривожним розладом, втрачає внутрішню рівновагу, відчуває труднощі у професійній діяльності, міжособистісних стосунках та самоактуалізації. Психологічна допомога у подоланні тривожних розладів спрямована не лише на зниження симптомів, а й на формування навичок адаптації, стресостійкості та саморегуляції. Саме тому постає потреба у створенні комплексної програми впровадження методів психологічної допомоги, яка б поєднувала сучасні наукові підходи, практичні техніки та індивідуалізовані стратегії підтримки особистості.

Мета статті – розробити програму впровадження методів психологічної допомоги у подоланні тривожних розладів особистості

Виклад основного матеріалу дослідження. Тривожність являє собою емоційний стан напруженого очікування небезпеки чи невизначеності, що супроводжується підвищеним рівнем збудження та дискомфорту. Особливо гострою ця проблема стала в умовах Російсько-української війни, коли багато населення перебивають тяжкі часи та хвилюються за рідних та близьких. Ефективним методом допомоги у таких ситуаціях є програма психологічної допомоги у подоланні тривожних розладів особистості. Програма має бути спрямована на всебічну роботу з емоційною сферою учасників, розвиток у них саморегуляції, формування позитивного мислення, соціальної впевненості та здатності керувати стресовими станами [2, с. 125].

Програма поєднує кілька напрямів психологічної роботи, що взаємодоповнюють один одного, створюючи комплексний підхід до подолання тривожних розладів особистості. Основою є психоосвітній компонент, який допомагає учасникам усвідомити природу власної тривожності, зрозуміти, як вона проявляється на фізичному, когнітивному та поведінковому рівнях, і що впливає на її посилення. Ця частина програми закладає фундамент для подальшої роботи, оскільки знання про механізми тривоги дозволяє більш усвідомлено застосовувати техніки саморегуляції.

Когнітивно-поведінковий компонент спрямований на роботу з негативними думками, котрі підсилюють тривогу. Учасники вчаться відстежувати власні автоматичні негативні реакції, аналізувати їх і поступово замінювати реалістичними, конструктивними альтернативами. Завдяки цьому формується здатність усвідомлено керувати своїми емоційними станами та зменшувати вплив катастрофічного мислення на поведінку [1, с. 34-37].

Релаксаційні методи займають важливе місце в програмі, оскільки тривожність має сильний фізіологічний компонент. Виконання вправ на дихання, прогресивну м'язову релаксацію та різні техніки візуалізації допомагає учасникам знімати фізичне напруження, знижувати рівень стресу і швидше відновлювати психологічну рівновагу. Регулярна практика релаксації сприяє формуванню стабільного ресурсу, на який можна опиратися у складних ситуаціях.

Комунікативні вправи у програмі мають на меті розвиток соціальної компетентності та подолання соціальної тривожності. Робота в парах, рольові ігри, техніка «Я-повідомлення» допомагають учасникам навчитися висловлювати власні почуття, будувати довірливі відносини, реагувати адекватно у соціально напружених ситуаціях і знижувати страх негативної оцінки з боку оточення.

Кожне заняття програми має бути побудоване за принципом «теорія – практика – обговорення». Спочатку учасники отримують інформацію про певний психологічний аспект або метод, потім відпрацьовують його через вправи та техніки, а на завершення обговорюють власний досвід і отримані результати. Така структура дозволяє не лише зрозуміти, як працюють

психологічні механізми, а й одразу застосувати ці знання на практиці, відчуючи ефект у реальному часі.

Ефективною стане програма, що міститиме ряд взаємопов'язаних занять, що мають спільну мету. Зокрема можна запропонувати такі заняття:

1. Знайомство з поняттям тривожності, метою якого є усвідомлення природи власної тривожності. Для цього доцільно використовувати міні-лекції, вправи та обговорення. Результатом чого стане усвідомлення джерел тривоги, зниження страху перед власними емоціями та підготовка до подальшої роботи.

2. Самоспостереження і ведення щоденника тривоги допоможе розвинути вміння відстежувати моменти тривожності, розпізнавати тригери і фізіологічні прояви тривоги. Для цього ефективними стануть вправа «Щоденник тривоги», техніка «Сигнал тіла» та міні-обговорення в групах.

3. Дихальні техніки для зниження напруження, такі як «Дихання по квадрату», вправа «Надувна кулька», практика «Подих спокою» допоможуть знизити фізичне напруження, розвинути навички саморегуляції диханням.

4. Робота з негативними думками має на меті замінити катастрофічні думки на реалістичні, використовуючи вправу «Стоп-кадр», метод «Позитивна альтернатива», групову дискусію. Очікуваним результатом стане зниження когнітивного навантаження, розвиток навичок позитивного самопідтримування.

5. Техніки релаксації (прогресивна м'язова релаксація, вправа «Теплий дощ», музична релаксація) мають на меті підвищити рівень фізичного і емоційного спокою, розвинути внутрішні ресурси.

6. Розвиток впевненості у собі допоможе сформуванню позитивну самооцінку через вправу «Мої сильні сторони», «Комплімент по колу», рольову гру «Я впевнений у цій ситуації». Очікуваним результатом стане зміцнення самооцінки, підвищення впевненості у стресових та соціальних ситуаціях.

7. Подолання соціальної тривожності через вправи «Діалог у парах», рольову гру «Я в центрі уваги», техніку «Я-повідомлення» допоможе розвинути соціальну компетентність, зменшити страх негативної оцінки, покращити комунікативні навички.

8. Завершальним етапом програми стане підбиття підсумків і формування «коробки ресурсів» для закріплення отриманих навичок, формування індивідуального ресурсу підтримки психологічного здоров'я. Для цього ефективними стануть вправа «Мій ресурс», створення «коробки ресурсів», групове коло «Чого я навчився».

Очікувані результати після впровадження програми включають зниження рівня тривожності, поліпшення емоційного стану та самооцінки, розвиток ефективних стратегій самопідтримки та соціальної взаємодії, підвищення здатності до саморегуляції та формування стабільного психологічного ресурсу для подолання стресових ситуацій. Програма

передбачає систематичне і поступове закріплення отриманих навичок, що сприяє тривалому підтриманню психоемоційного благополуччя учасників.

Висновок. Розробка програми впровадження методів психологічної допомоги у подоланні тривожних розладів особистості є важливим напрямом сучасної психологічної практики, зумовленим зростанням рівня психоемоційного напруження в суспільстві, особливо в умовах воєнного стану, соціальної нестабільності та підвищеного рівня стресових факторів. Програма впровадження методів психологічної допомоги має мати комплексний характер і поєднує психоосвіту, когнітивно-поведінкові техніки, релаксаційні методи та комунікативні вправи, що забезпечить системність, багатогранність і практичну спрямованість процесу психологічної допомоги.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Корчак Я.А. Психологічні аспекти тривожності: когнітивноповедінковий підхід. Київ, 2019. 192 с.
2. Томчук С.М., Томчук М.І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі. Вінниця: КВНЗ «ВАНО», 2018. 200 с.

Науковий керівник докторка психологічних наук, професорка кафедри психології Коллі-Шамне А.В.

УДК 316.77:32(477)«2013/2014»

Службаєва А.А.

РОЛЬ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ У РЕВОЛЮЦІЇ ГІДНОСТІ 2013 – 2014 РОКІВ

У статті досліджено роль соціальних мереж під час Революції Гідності 2013 – 2014 років в Україні. Розглядаються основні функції соціальних медіа у мобілізації, координації та інформуванні протестувальників, а також у формуванні міжнародної підтримки. Проаналізовано наукові публікації з даної проблематики та визначено перспективи подальших досліджень.

Ключові слова: Революція Гідності, соціальні мережі, мітинг, протест, Євромайдан.

The article examines the role of social networks during the Revolution of Dignity of 2013-2014 in Ukraine. The main functions of social media in mobilizing, coordinating and informing protesters, as well as in forming international support, are examined. Scientific publications on this issue are analyzed and prospects for further research are identified.

Keywords: Revolution of Dignity, social networks, rally, protest, Euromaidan.

Револуція Гідності 2013 – 2014 рр. стала не лише ключовим етапом у політичній історії незалежної України, а й прикладом трансформації механізмів політичної мобілізації. Особливу роль у цих процесах відіграли соціальні мережі (Facebook, Twitter, YouTube та інші), які стали інструментом самоорганізації, комунікації та поширення альтернативного до державних каналів інформаційного порядку денного. Дослідження феномену використання Facebook, Twitter та YouTube під час Євромайдану дозволяє зрозуміти нові закономірності функціонування суспільно-політичних рухів в епоху цифрових медіа.

Питання ролі соціальних мереж у протестних рухах розглядалося у низці зарубіжних і вітчизняних досліджень. Так, Т. Богданова аналізує соціальні мережі та характеризує їх як «неочікуваний каталізатор» протестної активності, підкреслюючи їх значення у створенні горизонтальних структур комунікації [1]. О. Онуч наголошує, що Facebook і Twitter стали ключовими платформами для мобілізації протестувальників і розширення соціальних зв'язків між різними групами населення [3]. Мецгер і Тукер узагальнюють наукові підходи до вивчення соціальних медіа у структурі Євромайдану, розглядаючи їх як інструмент одночасно мобілізації та документування протестних подій [2]. Пісчота Г. надає емпіричний матеріал щодо використання соцмереж студентами та молоддю у Києві та Львові, показуючи регіональні особливості цього процесу [4]. Водночас у науковій літературі ще недостатньо розкриті питання довгострокових наслідків використання соціальних мереж для політичної культури українського суспільства.

Мета статті полягає у з'ясуванні ролі соціальних мереж у Револуції Гідності, визначенні їхнього впливу на мобілізацію, організацію та поширення інформації. Відповідно, завданнями статті є аналіз способів використання Facebook, Twitter та YouTube протестувальниками, визначення особливостей горизонтальної мобілізації через цифрові платформи, виявлення нових моделей комунікації між громадянами та громадськими рухами.

Револуція Гідності продемонструвала, що соціальні мережі стали одним із головних ресурсів у протистоянні з владою, яка контролювала традиційні медіа. На початковому етапі Facebook і Twitter використовувались як інструменти мобілізації людей на майдан Незалежності у Києві, а згодом – для координації дій протестувальників у різних містах [3]. Більшість учасників протестів згадують, що побачили заклик до приєднання до протестів саме у соціальних мережах: «через п'ять хвилин я вже була в соцмережах, ну, фейсбук в основному, і люди почали гуртуватися, тобто всі хором почали обговорювати цю проблему і закликати одне одного виходити все ж таки на вулиці» [6, с. 358].

Важливим джерелом вивчення ролі соціальних мереж під час Революції Гідності є усні свідчення її учасників. У багатьох інтерв'ю та спогадах очевидці підкреслюють, що саме Facebook і Twitter були головними каналами отримання оперативної інформації та координації дій. Так, учасники київського Майдану згадують, що повідомлення у Facebook про силові дії міліції миттєво поширювалися, що дозволяло мобілізувати тисячі людей у центрі столиці. Подібні свідчення зібрані у проєктах усної історії [5; 6] та інформаційно-методичних матеріалах Українського інституту національної пам'яті, які демонструють значення цифрової комунікації для самоорганізації протестного руху.

Богданова Т. підкреслює, що особливістю Євромайдану було створення «мережових громад», де активісти взаємодіяли на рівних, без ієрархічної структури [1]. Це забезпечувало швидкість реагування на політичні виклики та гнучкість у прийнятті рішень. За свідченнями самих євромайданівців «Спершу сотня називалась Студентська. Бо ми якось так традиційно називалися, і в організації молодь переважно, і якось з молоддю нам легше працювалося, і через соцмережі у тому числі» [5, с. 204]. Пісчота Г. показує, що у молодіжному середовищі соціальні мережі стали ключовим джерелом інформації про протести. Студенти активно використовували онлайн-канали для мобілізації, взаємодії та координації навіть у регіонах, віддалених від Києва [4].

Мецгер і Тукер зазначають, що соціальні мережі під час Євромайдану виконували одночасно функцію «хронік протесту» та засобу документування насильства, що в перспективі мало значення для міжнародного правозахисного дискурсу [2]. Упорядники зібраних усноісторичних свідчень також акцентують увагу на тому, що соціальні мережі відіграли значну роль у збереженні інформації про Революцію Гідності: «респонденти доповнюють свої усні розповіді спогадами, власноруч записаними на паперових або електронних носіях, опублікованими в соцмережах» [5, с. 17].

Таким чином, соціальні мережі під час Революції Гідності стали інноваційним інструментом мобілізації та організації масових протестів. Вони дозволили забезпечити горизонтальну комунікацію, подолати монополію влади на інформацію та створити новий формат громадянської активності. Подальші дослідження проблематики доцільно спрямувати на вивчення довгострокових наслідків використання соціальних мереж для формування політичної культури та громадянської свідомості в Україні, а також на порівняльний аналіз із сучасними протестними рухами у світі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Bohdanova T. Unexpected Revolution: The Role of Social Media in Ukraine's Euromaidan Uprising. *European View*. Volume 13, Issue 1, June 2014, Pages 133-142 DOI: <https://doi.org/10.1007/s12290-014-0296-4>
2. Metzger M., & Tucker J. Social Media and EuroMaidan: A Review Essay. *Slavic Review*. 76, no. 1. (Spring 2017), 169–191. <https://doi.org/10.1017/slr.2017.16>

3. Onuch O. Social networks and social media in Ukrainian “Euromaidan” protests. *The Washington Post*. URL: <https://www.washingtonpost.com/news/monkey-cage/wp/2014/01/02/social-networks-and-social-media-in-ukrainian-euromaidan-protests-2/> (дата звернення: 10.09.2025)
4. Piechota G. The Role of Social Media During Protests on Maidan. *Communication Today*. 2015. Vol. 6. No. 2. P. 86 – 97. URL: https://www.researchgate.net/publication/325603676_The_Role_of_Social_Media_During_Protests_on_Maidan (дата звернення: 10.09.2025)
5. Майдан. Пряма мова. Книга 1. К.: Національний музей Революції Гідності, 2019. 448 с.
6. Майдан. Пряма мова. Книга 2. К.: Національний музей Революції Гідності, 2019. 448 с.

Науковий керівник кандидатка історичних наук, доцентка Батенко Г.В.

УДК [316.624.3-053.6:316.483]:159.9.072

Жигун О.В.

ДІАГНОСТИКА ТА КОРЕКЦІЯ КОНФЛІКТНОЇ ПОВЕДІНКИ ОСІБ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ В УМОВАХ СУЧАСНОСТІ

У статті представлено результати теоретико-експериментального дослідження, присвяченого діагностиці та корекції конфліктної поведінки у підлітків в умовах сучасної соціально-психологічної ситуації. Визначено психологічні чинники конфліктності та описано методiku її вивчення. Розроблено та експериментально апробовано психокорекційну програму, спрямовану на зниження рівня конфліктності та розвиток конструктивних стратегій поведінки. Результати підтвердили статистично значуще покращення показників емоційної стабільності та соціальної інтеграції підлітків. Дослідження має важливе практичне значення для психологів, педагогів та соціальних працівників.

Ключові слова: конфліктна поведінка, підлітковий вік, психокорекційна програма, діагностика конфліктів, соціальна інтеграція, конструктивні стратегії, емоційна стабільність, сучасні виклики.

The article presents the results of a theoretical and experimental study dedicated to the diagnosis and correction of conflict behavior in adolescents in the context of the current social and psychological situation. It identifies the psychological factors of conflict and describes the methodology for its study. A psychocorrectional program aimed at reducing the level of conflict and developing constructive behavioral strategies was developed and experimentally tested. The results confirmed a statistically significant improvement in indicators

of emotional stability and social integration in adolescents. The study has important practical significance for psychologists, educators, and social workers.

Keywords: Conflict behavior, adolescent, psychocorrectional program, conflict diagnosis, social integration, constructive strategies, emotional stability, modern challenges.

У статті представлено результати теоретико-експериментального дослідження конфліктної поведінки у підлітків, що виникла в умовах сучасних викликів. Визначено основні психологічні чинники, що впливають на виникнення конфліктів у підлітковому середовищі. Описано методику діагностики та розроблено психокорекційну програму, спрямовану на зниження рівня конфліктності. Експериментально доведено ефективність програми, що підтверджено статистично значущим покращенням показників емоційної стабільності, соціальної інтеграції та розвитком конструктивних стратегій поведінки у підлітків. Результати дослідження мають важливе практичне значення для психологічної підтримки та профілактики конфліктів в освітніх закладах.

Актуальність дослідження зумовлена складною соціально-психологічною ситуацією в Україні, де тривалі військові дії спричинили значні зміни у способі життя населення. Підвищена тривожність, стрес, дратівливість та агресивна поведінка стали поширеними явищами, що особливо позначається на емоційному стані підлітків. Перебуваючи в перехідному віці, вони стикаються не лише з фізіологічними та психологічними змінами, а й із викликами, пов'язаними з вимушеним переміщенням, зміною освітніх закладів та втратою звичного соціального оточення. За даними Національної гарячої лінії для дітей та молоді ГО «Ла Страда-Україна», значний відсоток консультацій стосувався саме конфліктів між однолітками. Це свідчить про надзвичайну гостроту проблеми та необхідність розробки ефективних методів її вирішення.

Теоретичні положення поняття конфлікту досліджувалися багатьма вченими, проте єдиного визначення не існує, оскільки це багатогранне соціально-психологічне явище. Вітчизняні науковці, зокрема Н.М. Атаманчук, А.М. Гірник, В.С. Петрінко, трактують конфлікт як зіткнення протилежних інтересів та поглядів, що супроводжується сильними емоційними переживаннями. Дослідження свідчать про важливість розуміння цих детермінант для ефективного управління конфліктами та попередження деструктивної поведінки. Мета цього дослідження — теоретико-експериментальне вивчення та корекція конфліктних стосунків осіб підліткового віку.

Конфлікт є невід'ємною частиною людського життя. Його наукове вивчення розпочалося в ХІХ столітті, що призвело до виникнення різних концепцій у філософії, соціології та психології. Першу цілісну концепцію було сформовано завдяки психоаналітичному підходу З. Фрейда, який стверджував, що людина має конфліктну природу. Згодом з'явилися й інші

підходи, такі як соціотропний, етологічний, теорія групової динаміки К. Левіна, біхевіористський та соціометричний (Дж. Морено). Кожен з них вніс свій внесок у розуміння природи конфлікту, його чинників та динаміки.

У вітчизняній психологічній думці поняття «конфлікт» трактується як зіткнення, протиріччя, протидія. А. Гірник розуміє конфлікт як протиріччя, котре складно вирішити, а С. Грабовська зазначає, що конфлікт може бути як негативним, так і позитивним явищем, виступаючи поштовхом до розвитку. Проведений аналіз дозволяє зробити висновок, що єдиного визначення конфлікту не існує, оскільки він є складним соціально-психологічним явищем, що досліджується вченими з різних галузей наук.

Підлітковий вік (12-15 років) вважається одним із найскладніших етапів у житті, що характеризується глибокими фізичними та психологічними змінами. Цей період відзначається підвищеною емоційною збудливістю, що призводить до імпульсивності, нестриманості та агресії. Н.Д. Абрамян визначає, що конфліктність особистості у підлітковому віці зумовлюється такими факторами, як низька конфліктостійкість, відсутність емпатії, неадекватний рівень домагань та занижена самооцінка. Інші дослідники також підтверджують ці висновки. В.М. Лугова зазначає, що підлітки часто самі провокують конфлікти для зменшення емоційної напруги. Ці дослідження підкреслюють, що конфліктна поведінка у підлітків є багатофакторним явищем, і її корекція вимагає комплексного підходу.

Експериментальне дослідження було спрямоване на діагностику й подальшу корекцію конфліктних стосунків у підлітків. На констатувальному етапі за допомогою опитувальника конфліктності А.Н. Лука та соціометричного опитування було виявлено підвищений рівень конфліктності у значної частини підлітків. На основі отриманих даних було сформовано дві групи: експериментальну (ЕГ) та контрольну (КГ).

На формувальному етапі в експериментальній групі була реалізована спеціально розроблена психокорекційна програма. Її метою було сформувати навички конструктивного вирішення конфліктів, розвинути емоційну регуляцію, комунікативні вміння та емпатію. Програма складалася з 10 занять, що включали елементи арттерапії, рольових ігор, тренінгів соціального навчання та методик емоційної саморегуляції.

Після завершення програми учасники експериментальної групи повторно пройшли тестування. Аналіз отриманих даних показав статистично значуще зниження рівня конфліктності в ЕГ (середні бали знизались приблизно на 20%). Крім того, відзначено зростання кількості учнів, які стали застосовувати конструктивні стратегії поведінки — співпрацю та компроміс. Соціометричний статус більшості підлітків в експериментальній групі покращився, що свідчить про їхню кращу соціальну інтеграцію.

Для підтвердження статистичної значущості отриманих результатів було застосовано критерій Фішера (ф), який показав, що різниця в динаміці змін між експериментальною та контрольною групами є статистично значущою ($p < 0.05$). Це переконливо доводить ефективність психокорекційної програми.

Проведене теоретико-експериментальне дослідження дозволило зробити наступні висновки. Конфліктна поведінка у підлітків є багатофакторним феноменом, що формується під впливом індивідуально-психологічних особливостей та соціально-психологічних чинників. Результати діагностичного етапу підтвердили наявність підвищеного рівня конфліктності у підлітків, що корелює з їхнім низьким соціальним статусом у групі. Розроблена психокорекційна програма, заснована на інтеграції різних психотерапевтичних методів, виявилася ефективним інструментом для профілактики та корекції конфліктної поведінки. Експериментальне підтвердження гіпотези засвідчило, що цілеспрямована робота дозволяє статистично значуще знизити рівень конфліктності, підвищити емоційну стабільність та сформувати навички конструктивного вирішення проблем. Отримані результати мають важливе практичне значення та можуть бути використані шкільними психологами та соціальними педагогами для створення сприятливого психоемоційного клімату в освітніх закладах.

ЛІТЕРАТУРА:

1. [1] Атаманчук Н.М. Конфліктна поведінка підлітків // Психологія. 2020. № 1. С. 12-18.
2. [3] Березовська Л.І. Психологія конфлікту. К.: Центр учбової літератури, 2018. 208 с.
3. [7] Гарьковець С.О., Волченко Л.П. Соціальна психологія. Харків: Золоті сторінки, 2017. 256 с.
4. [8] Гірник А.М. Конфлікти у підлітковому віці. Львів: Світ, 2019. 160 с.
5. [10] Грабовська С.Л. Конфліктологія. Київ: Академвидав, 2020. 320 с.
6. [11] Дмитрієва С.М., Горбальок-Трохименко В.С. Діагностика та корекція конфліктної взаємодії у підлітковому віці. Вісник ХНУ. Серія «Психологія». 2021. Вип. 21. С. 136-141.
7. [12] Донченко Є.А., Титаренко Т.М. Психологічні особливості поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях. Науковий вісник УжНУ. Серія «Педагогіка. Соціальна робота». 2020. Вип. 2(47). С. 169-173.
8. [14] Заворотній О.С. Методи профілактики та корекції конфліктів у підлітків. Львів: Світ, 2018. 180 с.
9. [15] Ілійчук В.І. Саморегуляція підлітків у подоланні конфліктної поведінки: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2019. 24 с.
10. [16] Кавиліна Г.К. Основи конфліктології. Харків: ХНУ ім. В.Н. Каразіна, 2021. 245 с.
11. [18] Коваленко А.А., Логвинова Д.В. Конфліктна поведінка підлітків в умовах війни. Науковий вісник ХНПУ. Серія «Психологія». 2022. Вип. 35. С. 100-106.
12. [19] Кравець В.П. Гендерна психологія. Київ: Знання, 2019. 300 с.
13. [20] Лугова В.М. Особливості конфлікту як способу соціальної взаємодії у підлітковому віці. Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Серія «Психологія». 2020. Вип. 2(33). С. 205-208.

14. [21] Лякішева А., Мілінчук С. Особливості прояву конфліктності в підлітковому віці. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія «Психологічні науки». 2021. Вип. 2. С. 33-37.
15. [23] Михайлишин У.Б. Вплив самооцінки на конфліктну поведінку підлітків. Науковий вісник Львівського державного університету. Серія «Психологія». 2021. Вип. 1. С. 85-89.
16. [25] Нежута А.В. Психологія конфлікту. Київ: ВД «Києво-Могилянська академія», 2019. 210 с.
17. [26] Овчинников Б.В. Конфліктологія. Львів: Новий Світ-2000, 2020. 278 с.
18. [27] Нежута А.В., Джаббарова Л.В. Теоретичний аналіз проблеми прояву конфліктної поведінки в підлітків. Вісник ОНПУ. Серія «Психологія». 2020. Вип. 3. С. 53-57.
19. [28] Петренко В.В. Особливості соціально-психологічної адаптації підлітків. Харків: Освіта, 2018. 192 с.
20. [29] Петрінко В.С. Психологія конфлікту. Київ: Знання, 2020. 216 с.
21. [31] Пономарьова М.В. Психологія. Київ: Академвидав, 2021. 368 с.
22. [32] Рогаль Н.І. Програма тренінгу для корекції та профілактики конфліктної поведінки підлітків. Психологічні науки. 2020. № 2. С. 98-103.
23. [33] Сивогракова З.А., Алексеєнко Н.В. Конфліктологія в соціальній роботі. Київ: ФОП Климко, 2019. 185 с.
24. [34] Сорока А., Гмирь О. Особливості конфліктної поведінки підлітків та їх батьків. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія». 2020. Вип. 2(20). С. 106-110.
25. [36] Трофименко А.В., Константинова Ю.В. Основи конфліктології. Харків: ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2021. 250 с.
26. [37] Фрейд З. Психологія несвідомого. Київ: Видавництво Жупанського, 2019. 300 с.
27. [38] Харченко Н.А. Гендерні особливості поведінки в конфліктних ситуаціях. Наукові записки Харківського національного педагогічного університету. Серія «Психологія». 2021. Вип. 2. С. 123-128.
28. [39] Цурюпа М.В. Соціологія конфлікту. Київ: Видавництво КНУ, 2019. 220 с.
29. [40] Шпак С.Г. Психологічні особливості поведінки молодших школярів у конфліктних ситуаціях: дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2018. 205 с.
30. [41] Яновська Т.А. Психологічний аналіз конфліктної поведінки підлітків. Вісник ХНПУ. Серія «Психологія». 2021. Вип. 3. С. 54-58.
31. [43] Лугова В.М. Особливості конфлікту як способу соціальної взаємодії у підлітковому віці. Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Серія «Психологія». 2020. Вип. 2(33). С. 205-208.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ОСІБ З ДЕОКУПОВАНИХ ТЕРИТОРІЙ УКРАЇНИ

У статті аналізується особливості психічних станів осіб з деокупованих територій України. Психічні стани – це різні види інтегрованого відображення людиною взаємодії внутрішніх і зовнішніх психічних впливів у певний статичний період часу. Психічний стан тісно пов'язаний з індивідуальними властивостями особистості, оскільки характеризує психічну діяльність не загалом, а індивідуально.

Ключові слова: статеве диференціювання, психічні стани, гендер, деокуповані території.

The article analyzes the peculiarities of mental states of persons from the deoccupied territories of Ukraine. Mental states are various types of integrated reflection of a person's interaction with internal and external mental influences during a certain static period of time. Mental state is closely related to individual personality traits, as it characterizes mental activity not in general, but individually.

Keywords: gender differentiation, mental states, gender, deoccupied territories.

Повномасштабна війна в Україні є серйозною загрозою не лише для життів та фізичного здоров'я людей, але й для їхнього психічного благополуччя, особливо для осіб, які проживають на деокупованих територіях, де підвищені ризики посттравматичних стресових розладів, депресивних станів та зниження стресостійкості через тривалий вплив невизначеності, насильства та втрати соціальних зв'язків. Ця проблема набуває особливої ваги в контексті статевих відмінностей, оскільки психічні реакції на травматичні події можуть варіюватися залежно від гендерних ролей та соціальних очікувань, що вимагає детального емпіричного аналізу для розробки ефективних інтервенцій. Дослідження психічних станів у таких умовах є критичним для забезпечення психологічної стабільності населення, особливо в регіонах, що зазнали окупації, де наслідки травм можуть мати довгостроковий вплив на індивідуальне та суспільне життя.

Теоретична база дослідження ґрунтується на наукових джерелах, які розкривають сутність психічних станів та їхньої статевої специфіки. Роботи А. Зеленська та Т. Клибанівська розкривають теоретичні аспекти понять «психічні стани» в контексті їхньої динаміки та класифікації, тоді як І. Остаполец та О. Сергєєнко з співавторами акцентують на їхній ролі в особистісному розвитку. Міжнародні дослідження, такі як К. Бекіо з співавторами та Д. Шарфен з співавтором, доповнюють аналіз взаємодії

фізичних, нейронних і психічних станів, а праці Г. Католик та А. Легка, Дж. Гайд з співавторами та А. Тибубос з співавторами надають основу для розуміння статевих відмінностей. Окремо варто зазначити дослідження Ю. Твердохвалова, С. Вдович, О. Скориніна-Погребна та О. Злобіна, які фокусуються на психологічних проблемах осіб, що пережили окупацію, а також на стресостійкості в умовах війни.

О. Скориніна-Погребна у своїй статті описує, як травматичний досвід окупації глибоко впливає на психологічне благополуччя людей, зокрема на рівень самооцінки. На основі проведеного емпіричного дослідження серед осіб, які пережили окупацію, вчена виявила, що низька самооцінка стає ключовим фактором, що ускладнює адаптацію до повоєнного життя. Цей стан часто виникає через психологічне насильство, маніпулятивну пропаганду та обмеження свободи, що призводить до почуття безсилля, невпевненості та емоційного виснаження. Такі переживання не лише підривають віру в себе, але й провокують ширші проблеми, як-от тривожні розлади чи посттравматичний стрес, вимагаючи розробки спеціальних програм для відновлення самоприйняття та обробки травми.

О. Нежинська у своїй статті зазначає, що психічний стан осіб, які пережили окупацію на території України, характеризується глибокими змінами, зумовленими тривалим впливом воєнних дій та екстремальних умов. Люди стикаються з інтенсивними емоційними реакціями, такими як тривога, страх і напруга, що часто супроводжуються фізичними проявами – порушеннями сну, підвищеною чутливістю до звуків чи повторним переживанням травматичних моментів. Ці стани виникають через втрату звичного способу життя, нестабільність і постійну загрозу, що підриває відчуття безпеки та спонукає до пошуку внутрішніх механізмів самозбереження. Авторка підкреслює, що подібні переживання, хоч і здаються надмірними, є природною відповіддю на ненормальні обставини, а їхнє ігнорування може призвести до хронічного виснаження чи розвитку психосоматичних розладів, таких як депресія чи апатія.

О. Нежинська також акцентує на важливості комплексного підходу до підтримки таких осіб, де ключову роль відіграють методи саморегуляції, включаючи дихальні вправи, фізичну активність та арт-терапію, які допомагають трансформувати негативні емоції в конструктивну енергію. Соціальна взаємодія з близькими чи спеціалістами, а також робота над відновленням повсякденних ритуалів, таких як планування дня чи заняття улюбленою справою, сприяють стабілізації емоційного стану. Водночас авторка наголошує на унікальності кожного досвіду, коли невирішені проблеми мирного життя перетинаються з травмами війни, вимагаючи індивідуальних стратегій – від групових занять із психологами до інформування про доступні ресурси. Вона пропонує інтегрувати цифрові платформи для моніторингу психічного здоров'я, що могло б посилити доступ до підтримки, особливо в умовах триваючої небезпеки, як-от обстріли, які ускладнюють роботу мобільних груп [7, с.67–73].

В. Бандурко та М.Кришталь у своїй статті вказують на те, що молоді переселенці, змушені покинути свої домівки через воєнні обставини, зазнають значних психологічних трансформацій, які впливають на їхню поведінку, зокрема на схильність до аутоагресії. Емоційна сфера цих осіб зазнає серйозних порушень: вони часто впадають у стан апатії, відчують пригнічення, дратівливість і втрату здатності радіти чи захоплюватися, що особливо помітно в перші тижні після переміщення. Такі переживання можуть переростати в соматичні прояви, такі як головний біль чи розлади травлення, а також супроводжуються почуттям провини та безпомічності, що створює ґрунт для внутрішньої напруги. Авторська команда підкреслює, що ці емоційні зрушення нерідко призводять до саморуйнівних тенденцій, коли молодь шукає спосіб розрядити стрес через ізоляцію чи агресивні спалахи, спрямовані на себе.

Дослідження В. Бандурко та М. Криштала також виявило когнітивні та поведінкові зміни серед молоді-переселенців, які посилюють ризик аутоагресивної поведінки. У когнітивній сфері фіксуються труднощі з концентрацією, погіршення пам'яті та часті випадки амнезії щодо травматичних подій, що супроводжуються тривожними снами та чутливістю до зовнішніх тригерів, таких як звуки чи запахи, які воскрешають минуле. Поведінка стає непередбачуваною: молоді люди демонструють надмірну настороженість, імпульсивність і навіть агресивні реакції на нейтральні стимули, що часто пояснюється втратою довіри до оточення та соціальної ізоляцією, як зазначають автори з посиланням на дослідження З.Г. Кісарчука. Така недовіра, посилена вживанням алкоголю чи інших речовин для зняття напруги, може переростати в саморуйнівні дії, особливо якщо не впроваджувати цільові психологічні інтервенції, які б допомагали молоді переосмислити свої цінності та знайти нові джерела підтримки в умовах нестабільності [1, с.296].

Висновки. Теоретичний аналіз поняття та класифікації психічних станів показав, що вони є інтегрованим відображенням взаємодії внутрішніх і зовнішніх чинників, що визначають психічну активність людини у певний момент часу. Психічні стани, такі як бадьорість, депресія, тривога чи апатія, впливають на емоційний фон, мислення та поведінку, виступаючи проміжною ланкою між динамічними процесами та стійкими рисами особистості. Класифікація за типами (емоційні, вольові, пізнавальні), валентністю (позитивні чи негативні), тривалістю та глибиною переживань дозволяє зрозуміти їхню різноманітність і залежність від індивідуальних та ситуаційних факторів. Водночас дискусії про прихованість чи пряму спостережуваність психічних станів підкреслюють складність їхньої природи, що вимагає подальшого вивчення для розробки ефективних методів діагностики та підтримки.

Аналіз статевої диференціації психічних станів виявив, що біологічні (стать) та соціальні (гендер) фактори відіграють ключову роль у формуванні ментального здоров'я. Фізіологічні моделі пояснюють відмінності через

гормональні впливи та нейронні особливості, пов'язуючи їх із реакціями на стрес і емоційною регуляцією, тоді як ментальні та соціокультурні підходи наголошують на ролі соціалізації, гендерних ролей і контекстуальних норм. Дослідження показують, що жінки частіше схильні до тривоги та депресії через емоційну чутливість, тоді як чоловіки демонструють агресивність і стресостійкість, зумовлені соціальними очікуваннями. Інтерсекціональний підхід підкреслює перетин цих факторів із культурою, віком та соціальним статусом, закликаючи до комплексного аналізу для гендерно-чутливих стратегій.

Вивчення впливу війни та окупації на психічні стани населення виявило, що ці фактори спричиняють психовегетативні порушення, емоційну нестабільність і ризик хронічних розладів, таких як депресія чи посттравматичний стрес. Травматичний досвід, включаючи втрати, невизначеність і ізоляцію, посилює вразливість, особливо серед осіб з деокупованих територій, де додаються знижена самооцінка, аутоагресія та соціальна дезадаптація. Теоретичні основи підкреслюють необхідність психологічної підтримки, включаючи саморегуляцію, арт-терапію та цифрові інструменти, для відновлення емоційного балансу та адаптації до повоєнних реалій, що слугуватиме базою для емпіричного дослідження.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бандурко В., Кришталь М. Особливості психічних станів у внутрішньо переміщених осіб. Наука про цивільний захист як шлях становлення молодих вчених. Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції курсантів, студентів, ад'юнктів (аспірантів). Черкаси: Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля НУЦЗ України, 2023. С. 296.
2. Вдович С. Психологічні проблеми осіб, які пережили окупацію у контексті базових потреб А. Маслоу. Особистість в екстремальних умовах: матеріали XII Всеукраїнської науково-практичної конференції, м. Львів, 23 квіт. Львів, 2025. С. 288.
3. Зеленська Л. Поняття «психічні стани людини» у науковому дискурсі. Психолого-педагогічні проблеми вищої і середньої освіти в умовах сучасних викликів: теорія і практика: матеріали IX Міжнар. наук.-практ. конф., м. Харків, 19–20 берез. Харків: Харків. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди, 2025. С. 391–395.
4. Злобіна, О. Г. Стресові стани населення України в контексті війни: соціально-груповий аналіз. За матеріалами доповіді на засіданні Президії НАН України 20 березня. *Visn. Nac. Akad. Nauk Ukr.* 2024. С. 49-56.
5. Клибанівська Т.М. Генеза поняття психічних станів особистості як психологічна проблема. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка. К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2013. Том. X. Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. Вип. 25. С. 230.
6. Климчук В. О. Психологія посттравматичного зростання: монографія. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2020. 125 с.
7. Нежинська О. О. Психологічна допомога постраждалим від російської агресії на деокупованих територіях України в умовах війни. Соціальна психологія; психологія соціальної роботи. 2024. С. 67–73.

8. Попович І. С. Проблема соціально-психологічних очікувань в науковій теорії та практиці. Практична психологія та соціальна робота. 2005. №5. С.8-13
9. Попович І. С. Соціально-психологічні очікування в людських взаєминах: монографія. Херсон: ВАТ «ХМД», 2009. 240 с.
10. Скориніна-Погребна О. Особливості самооцінки та самоповаги населення на деокупованих територіях. Disaster and crisis psychology problems. 2024. С. 139–146.
11. Твердохвалова Ю. Л., Бондаренко Л. О. Особливості надання психологічної допомоги під час війни людям, що пережили окупацію. Особистість, суспільство, війна: тези доповідей учасників міжнародного психологічного форуму. 2023. С. 210.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

УДК [613.86+159.944.4-044.332]:314.151.3-053.81-054.73

Зіміна О.В.

ПСИХОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ ТА АДАПТАЦІЯ МОЛОДІ МІГРАНТІВ

У статті наведено результати дослідження особливостей психологічного благополуччя та адаптації молодих українських мігрантів, які покинули свої домівки через збройну агресію рф. З метою порівняння були сформовані дві групи: мігранти, які залишилися в Україні, та ті, які виїхали за кордон.. Результати показали, що в обох групах спостерігається низький рівень якості життя, що, безумовно, є наслідком травматичних причин міграції. Проте обидві групи демонструють високий рівень психологічного благополуччя та соціальної адаптації. Отримані результати можуть бути використані для розробки програм підтримки мігрантів, а також для побудови стратегій, спрямованих на повернення молоді в Україну після Перемоги.

Ключові слова: психологічне благополуччя, адаптація, міграція

The article presents the results of a study on the psychological well-being and adaptation of young Ukrainian migrants who were forced to leave their homes due to the armed aggression of the Russian Federation. For comparison, two groups were formed: migrants who remained in Ukraine and those who went abroad. The results showed that both groups demonstrate a low level of quality of life, which is undoubtedly a consequence of the traumatic reasons for migration. However, both groups exhibit a high level of psychological well-being and social adaptation. The obtained results can be used to develop support programs for migrants as well as to design strategies aimed at encouraging young people to return to Ukraine after Victory.

Keywords: psychological well-being, adaptation, migration.

Постановка проблеми. З початку повномасштабного вторгнення росії на територію нашої країни більше 14 млн українців вимушені були покинути домівки і шукати притулку в відносно безпечних куточках України або світу. Основними представниками мігрантів стала молодь, яка стикнулася зі великою кількістю викликів, що вимагають стрімкої зміни стратегій і поведінкових моделей. Слід враховувати, що міграція під час військового стану ставить питання про успішне майбутнє країни вже після Перемоги. Детальне вивчення потреб молоді є актуальним для створення в країні позитивних змін заради повернення населення додому. Крім того, розширення наукових знань про можливості особистості допоможе мігрантам ефективніше адаптуватися в умовах стресу та невизначеності. Результати нашого емпіричного дослідження можуть стати підґрунтям для корекційних програм щодо психологічного стану мігрантів, а також для розробки вектору повернення молоді в Україну по завершенню військових дій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Нами було розглянуто низку публікацій, наукових робіт стосовно дослідження психологічного благополуччя і адаптації мігрантів. Професор Д. Александров розробив методичні рекомендації, які сприяють адаптації переселенців. Від допускає, що більшість мігрантів залишаться в зоні перебування назавжди. Актуальність його роботи в тому, що поряд з можливими проблемами, з якими стикаються люди в міграції, вказані можливі шляхи подолання криз [1].

Науковицею О. Котух розглянуто два теоретико-методологічні підходи адаптації та інтеграції внутрішньо переміщених осіб у нове середовище. Виділено основні напрями психологічного супроводу внутрішньо переміщених осіб, що спрямовані на опрацювання травматичного досвіду, набуття корисних навичок, які сприяють адаптації до нових умов життєдіяльності [3].

На думку С. Арефнія найважче адаптувались жінки з дітьми, що залишились в Україні, оскільки це пов'язано з питаннями адаптації до постійного перебування в стресовій ситуації війни. Жінки-біженки з дітьми, які виїхали за кордон, мали труднощі адаптації через відсутність свого житла, вимушене перебування з незнайомими людьми та мовний бар'єр. В роботі підкреслено, що за допомогою розвитку когнітивної та поведінкової сфер можливий контроль емоційної сфери та покращення фізичного й психологічного стану [2].

Мета дослідження. Ми окреслили мету дослідження аналізом відмінностей в сприйнятті психологічного благополуччя та адаптації молоді мігрантів в Україні та за кордоном.

Основний матеріал та результати дослідження. Комплексне дослідження психологічного благополуччя та адаптації молодих мігрантів проводилося серед молоді, яка до повномасштабного вторгнення рф

проживала в Херсоні або Херсонській області, а після 24 лютого 2022 року покинула місце проживання.

В опитування взяли участь 46 респондентів віком від 14 до 35 років:

- 23 особи в Україні (6 чоловіків і 17 жінок);
- 23 особи за кордоном (5 чоловіків і 18 жінок).

В своїй роботі ми використовували адаптовані методики діагностики, які дають можливість максимально і всебічно оцінити психологічне благополуччя та адаптацію: Опитувальник «Індекс благополуччя ВООЗ-5» (адаптація Л.М. Карамушки, К.В. Терещенко, О.В. Креденцер) [4]; Опитувальник «Шкала психологічного благополуччя» К. Ріфф [7]; Шкала оцінки якості життя (Чабан О.С.) [6]; «Тест – опитувальник соціальної адаптивності» О. Саннікової, О. Кузнєцової [5].

На першому етапі емпіричного дослідження визначили спрямованість психічного здоров'я та загальний показник благополуччя молоді мігрантів за допомогою «Індексу благополуччя ВООЗ-5».

Індекс благополуччя ВООЗ-5 показав низький рівень благополуччя в обох групах (23%), що на нашу думку пояснюється трагічною причиною міграції населення, невизначеністю подальших дій. Наступні результати більш детальних опитувальників надали конкретизацію в аналіз дослідження.

Рівень показників психологічного благополуччя молодих мігрантів визначили за допомогою шкали Ріфф. Це багатовимірна модель психологічного благополуччя включає шість основних складових психологічного благополуччя: наявність мети в житті, позитивні відносини з іншими, особистісний ріст, управління оточенням, самоприйняття і автономія.

Для обох груп притаманні високі значення балів.

Позитивні відносини з тими, що оточують. Аналіз показує, що мігранти за кордоном демонструють значно вищі бали – 62, тоді як у мігрантів в Україні цей показник становить 54. На нашу думку, відносна фізична безпека та стабільність створюють більш привабливі умови для відновлення соціальних зв'язків.

Автономія. Різниця по цій шкалі є мінімальною (всього в 1 бал), що свідчить про те, що прийняття рішення про міграцію (незалежно від пункту призначення) є глибоким виявом особистої незалежності і внутрішнього контролю. Обидві групи демонструють здатність до дій, керуючись власними стандартами та переконаннями.

Управління середовищем. Низькі показники в обох групах (50 – у мігрантів в межах України, 52 – в закордонній групі) вказують на спільні виклики і труднощі. Цей показник є виразним підтвердженням відчуття втрати контролю над своїм життям і середовищем. Для мігрантів в Україні на цей показник впливає перебування в країні з військовим положенням, щоденні загрози для здоров'я та життя. На показники мігрантів за кордон

впливають труднощі, пов'язані з відсутністю знань про закони, повсякденні звичаї, а також мовні бар'єри.

Особистісне зростання. Як і в шкалі *Автономія*, бали в цьому показнику дуже близькі: 60 – у мігрантів в Україні, 61 – для мігрантів за кордоном. Такі результати в обох групах, незважаючи на великі труднощі для молоді, свідчать, що вимушене переміщення хоч і є травматичним, проте свідчить про прагнення особистісного розвитку.

Цілі у житті. Мігранти за кордоном мають вищий бал (59) у порівнянні з мігрантами в Україні (55), адже перебування в умовах конфлікту не дозволяє сформулювати чітке довгострокове бачення власного життя, провокує втрату сенсу. Мігранти за кордоном часто мають більш визначений процес адаптації та інтеграції, що, безумовно, позитивно впливає на планування майбутнього і можливість ставити перед собою осмислені, довгострокові цілі.

Самоприйняття. Опитування показало найбільшу розбіжність в даних: мігранти за кордон отримали 57 балів, внутрішньо переміщені особи в Україні – лише 49. Така значна різниця вказує на відмінності в особистому ставленні до себе. Низький рівень самоприйняття для переселенців в межах України демонструє негативне ставлення до власного минулого. Мігранти за кордон позитивно сприймають своє рішення покинути небезпечну зону. Цей факт підсилює відчуття компетентності та самооцінки. Ми підкреслюємо, що позитивне відношення до себе, прийняття свого минулого значно прискорює процес відновлення психіки, покращує якість і наповненість життя.

На наступному етапі діагностики була проведена оцінка якості життя за шкалою О. Чабана.

Шкала оцінки якості життя (О. С. Чабан) також демонструє несуттєву різницю у відповідях респондентів, які перебувають в Україні і серед тих, хто виїхав за кордон. Ми бачимо, що найбільша кількість респондентів (48% в Україні і 52% за кордоном) вказує на дуже низький рівень якості життя. Як ми бачимо, такі результати підтверджують показники опитувальника «Індекс благополуччя ВООЗ-5». Діагностика також виявила, що низький рівень мають 4% і 9% респондентів в Україні і за кордоном відповідно, високий мають по 13% респондентів з обох груп, дуже високий рівень життя у 4% і 13% опитуваних.

Завершальним етапом діагностики була оцінка адаптації молодих мігрантів.

За рекомендаціями авторів методики, аналіз починали з загального показника соціальної адаптивності (ЗПА), а також особливостей його поєднання з показником загальної задоволеності (ПЗЗ).

Дослідження показало високий рівень розвитку соціальної адаптивності в обох групах мігрантів (у мігрантів в Україні – 80 процентилів, у мігрантів за кордон – 90 процентилів), що відповідає 4-му квартилю (Q4). Це характеризує молодих мігрантів як особистостей, які не

схильні відчувати труднощі в адаптації. Зміни в житті приймають легко, вони не здатні серйозно вплинути на результативність діяльності і емоційне самопочуття такої особистості.

У складних, напружених ситуаціях для них притаманне досить легке відновлення, адаптація до проблеми. Поведінка характеризується адекватністю. Здатні ефективно діяти в несподіваних, нових ситуаціях і протистояти життєвим труднощам, стійкі до негативних емоційних впливів.

Результати анкетування показали, що високі показники шкали ЗПА поєднуються також з рівнем показника загальної задоволеності (ПЗЗ) вище середньої лінії, яка проходить через 50-й перцентиль (P50), що відповідає 3-му квантилю (Q3). Такі дані трактуються як висока соціальна адаптованість. Але перебування з P50 може говорити про вплив вираженої негативної життєвої ситуації. В даному дослідженні високі показники соціальної адаптивності дають позитивний прогноз подолання життєвих негараздів молодими мігрантами, як за кордоном, так і в Україні.

Висновки та перспективи подальших досліджень. В ході дослідження нами було з'ясовано, що мігранти, як в Україні, так і за кордоном мають низький рівень благополуччя. Відмінність полягає в середньому рівні якості життя - в Україні для мігрантів він виявився вищим, ніж за кордоном. Це пов'язуємо зі збереженням звичок, побутових факторів. А дуже високий рівень якості життя вищий для мігрантів за кордоном. На цей фактор, на нашу думку, впливає рівень безпеки і те, що багато мігрантів покращили свої побутові умови, які мали до моменту міграції.

Перед мігрантами в будь-якому місці виникають однакові виклики.

Молодь прагне саморозвитку, формує позитивні стосунки з оточуючими. При певному бажанні бути автономними, молоді люди готові надати допомогу близьким. Вони усвідомлюють свої побутові потреби, спроможні покращити їх. Молодь відчуває необхідність любові та емпатії для підтримки власних ресурсів.

Для молоді притаманним є власний розвиток, пошук «Я». Наскільки формування особистості деформовано під впливом військової агресії, міграції, переформатованих соціальних ролей, ще належить вивчати. Крім того, залишається актуальним питання збереження національної ідентичності. Тому вважаємо актуальним і доцільним в подальшому визначати вплив несприятливих факторів на психологічне благополуччя і адаптацію молоді мігрантів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Александров Д.О. Соціальна робота та психологічна допомога з адаптації вимушених переселенців до життя у нових умовах. [Електронний ресурс] – Код доступу: <https://kispp-repo.com/jspui/bitstream/library/301/1/%D0%86%D0%BB%D1%8C%D1%94%D0%BD%D0%BA%D0%BE%20%D0%9E.%20%D0%92.%20%D0%9A%D0%A0.pdf>
2. Арефнія, С. Проблеми адаптації до умов війни українців, які стали героями телевізійної програми «Допомога психолога». *Організаційна психологія. Економічна психологія*, 2022. №2 (26), С. 7-15.

3. Котух О. В. Психологічне благополуччя внутрішньо переміщеної особи : адаптація та інтеграція в нову громаду. *Науковий вісник ХДУ. «Психологічні науки»*, 2023. №1. С. 56-61
4. Методики дослідження психічного здоров'я та благополуччя персоналу організацій : психологічний практикум. Л. М. Карамушка, О. В. Креденцер, К. В. Терещенко, В. І. Лагодзінська, В. М. Івкін, О. С. Ковальчук ; за ред. Л. М. Карамушки. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 76 с.
5. Саннікова О. П., Саннікова А. О. Сценічні бар'єри: диференціально-психологічний підхід. Монографія. Одеса: БМВ, 2014. 238 с
6. Chaban O., Khaustova O., Bezsheyko V. New Quality of Life Scal in Ukraine: reliability and validity *Indian Journal of Social psychiatry*, Vol. 32, Issue 4, Oct-Dec 2016, p. 473.
7. Ryff C. The stryctyre of psychological well-being revisited. *Journal of Personaliti and Sociol Psychology*. 1995. Vol.69. P.719-727.

Науковий керівник **докторка психологічних наук, професорка**
Коллі-Шамне А.В.

УДК 005.551:364-3-026.26

Зубрійчук А.С.

СИСТЕМА ОРГАНІЗАЦІЇ РОБОТИ МОБІЛЬНОЇ СОЦІАЛЬНОЇ СЛУЖБИ

У статті розглядаються теоретичні та практичні аспекти організації роботи мобільних соціальних служб в умовах сучасних викликів українського суспільства. Проаналізовано нормативно-правову базу, визначено принципи та завдання мобільних служб, а також окреслено ключові напрями їх діяльності у сфері підтримки вразливих категорій населення. Особливу увагу приділено функціональним особливостям, кадровому забезпеченню, міжвідомчій взаємодії та інноваційним підходам у роботі мобільних соціальних служб. Сформульовано рекомендації щодо вдосконалення системи організації їх діяльності.

Ключові слова: мобільна соціальна служба, соціальна робота, кризове втручання, соціальний захист, громада.

The article examines theoretical and practical aspects of organizing the work of mobile social services in the context of modern challenges of Ukrainian society. The regulatory framework is analyzed, the principles and tasks of mobile services are determined, and the key areas of their activity in the field of supporting vulnerable categories of the population are outlined. Special attention is paid to functional features, staffing, interagency cooperation and innovative approaches in the work of mobile social services. Recommendations are formulated for improving the system of organizing their activities.

Keywords: mobile social service, social work, crisis intervention, social protection, community.

Аналіз стану питання. Сучасні суспільні трансформації в Україні, зумовлені війною, масовим внутрішнім переміщенням населення, кризами у сфері охорони здоров'я та економіки, зумовили необхідність переосмислення підходів до організації соціальної роботи. Одним із найефективніших інструментів оперативного реагування на потреби вразливих груп є мобільні соціальні служби, що функціонують як гнучкий інструмент наближення соціальної допомоги до місць проживання отримувачів.

Проблемі адаптації практичних аспектів соціальної роботи до умов війни присвячені дослідження сучасних вчених Т. Семигіної та О. Іванової; науці відомі спроби перекладу, розроблення, видання матеріалів про окремі аспекти здійснення екстреної соціальної роботи (Ломоносова, Хелашвілі, Кабанець), але питанням надання мобільної соціальної допомоги, як способу екстреного та кризового втручання, на жаль, недостатньо присвячено увагу науковців та дослідників, тому тема дослідження видається надзвичайно актуальною та важливою.

Мета статті – проаналізувати систему організації роботи мобільної соціальної служби, визначити ключові принципи, завдання та перспективи розвитку.

Виклад основного матеріалу. Мобільні соціальні служби в Україні – це спеціалізовані команди фахівців, які виїжджають безпосередньо до людей, що потребують підтримки, особливо у складних життєвих обставинах чи для подолання наслідків насильства. Вони надають психологічну, соціальну, правову та іншу допомогу, інформують про права та направляють до інших служб. Ці служби важливі для важкодоступних місць та осіб з обмеженою мобільністю, надаючи послуги догляду вдома, консультування та екстреного втручання.

Організація мобільних соціальних служб в Україні регламентується Законом України «Про соціальні послуги», Національними стандартами надання соціальних послуг, Постановами Кабінету Міністрів України про діяльність мобільних бригад соціально-психологічної допомоги постраждалим від домашнього насильства, рекомендаціями міжнародних організацій щодо роботи з переміщеними особами та вразливими групами. Нормативна база спрямована на інтеграцію мобільних служб у систему соціального захисту на рівні територіальних громад.

Основні функції мобільних соціальних служб: кризове та екстрене втручання (швидке реагування на випадки насильства або складних життєвих обставин), психологічна підтримка (надання психологічної допомоги постраждалим особам), інформування (роз'яснення прав та надання інформації про доступні соціальні, медичні, психологічні та правові послуги), направлення (скерування постраждалих до інших служб

підтримки, кризових кімнат та відповідних фахівців), послуги догляду (надання допомоги людям похилого віку та особам з інвалідністю, які потребують сторонньої допомоги вдома).

Склад мобільної соціальної служби включає: керівника групи, соціального працівника, психолога, медичного працівника (за потреби), юриста-консультанта, волонтерів.

Основні напрями діяльності:

1. Надання соціальних послуг (консультування, супровід, допомога у доступі до ресурсів).
2. Психологічна підтримка та кризове втручання.
3. Сприяння соціальній адаптації та інтеграції ВПО, ветеранів, осіб з інвалідністю.
4. Інформаційно-просвітницька діяльність у громадах.
5. Взаємодія з місцевими органами влади, закладами охорони здоров'я, освіти, поліцією.

Переваги діяльності мобільних соціальних служб: мобільність (команда виїжджає до клієнта, забезпечуючи допомогу там, де вона найбільш потрібна, включно з віддаленими районами), доступність (допомога доступна для всіх, хто її потребує, незалежно від місця проживання, статусу чи можливості дістатися до закладів), своєчасність (можливість швидко реагувати на виклик та надавати термінову допомогу в критичних ситуаціях).

Послуги надаються за підтримки міжнародних партнерів, таких як UNFPA, та у співпраці з державними органами, зокрема Міністерством соціальної політики та місцевими центрами соціальних служб.

Попри ефективність, у роботі мобільних соціальних служб в Україні спостерігаються певні проблеми: недостатнє фінансування та ресурсна обмеженість; кадровий дефіцит кваліфікованих фахівців; високий рівень професійного вигорання працівників; відсутність єдиної системи моніторингу та оцінювання ефективності роботи.

Перспективними напрямками організації системи роботи мобільних соціальних служб в Україні визначено впровадження інноваційних технологій (онлайн-консультування, мобільні застосунки для координації роботи), розвиток державно-громадського партнерства, підвищення кваліфікації персоналу за міжнародними стандартами, створення єдиного реєстру соціальних послуг для підвищення доступності допомоги.

Аналіз опрацьованих наукових джерел дозволив авторам здійснити розроблення практичних рекомендацій щодо удосконалення роботи мобільних соціальних служб в Україні за відповідними напрямками роботи: нормативно-правове забезпечення діяльності служб, організаційна діяльність, кадрове забезпечення, фінансування та ресурси для діяльності служб, міжвідомча взаємодія, інновації та цифровізація, моніторинг та оцінювання ефективності.

Нормативно-правове забезпечення: розробити єдиний стандарт діяльності мобільних соціальних служб, який визначатиме їхню структуру, функції та механізми взаємодії з громадами; внести зміни до Закону України «Про соціальні послуги» з уточненням статусу та повноважень мобільних соціальних служб; запровадити систему сертифікації послуг мобільних команд, що сприятиме підвищенню якості роботи.

Організаційна діяльність: створювати мобільні соціальні служби на базі Центрів соціальних служб територіальних громад з урахуванням їхніх ресурсів; забезпечити чіткий алгоритм роботи мобільних груп: від запиту клієнта до звітування та моніторингу результатів; розробити систему швидкого реагування для надзвичайних ситуацій (виїзди у разі кризових подій, воєнних дій, природних катастроф).

Кадрове забезпечення: впровадити регулярні програми підвищення кваліфікації соціальних працівників, психологів, юристів, медиків; створити систему супервізії та психологічної підтримки персоналу для запобігання професійному вигоранню; активніше залучати волонтерів і студентів спеціальності «Соціальна робота та консультування» до діяльності мобільних служб.

Фінансування та ресурси: передбачити у місцевих бюджетах окремі статті видатків на утримання мобільних служб; залучати міжнародну технічну допомогу для забезпечення транспорту, обладнання та матеріалів; створити електронні платформи обліку послуг, що дозволять відслідковувати ефективність використання ресурсів.

Міжвідомча взаємодія: налагодити співпрацю мобільних соціальних служб з органами влади, поліцією, закладами освіти й охорони здоров'я; запровадити меморандуми партнерства з громадськими організаціями та благодійними фондами; використовувати механізми державно-приватного партнерства для розширення спектра послуг.

Інновації та цифровізація: запровадити онлайн-консультації та «гарячі лінії» як доповнення до виїзної роботи; використовувати мобільні застосунки для координації роботи бригад, обліку клієнтів та планування маршрутів; інтегрувати діяльність мобільних служб у систему «Соціальна громада», що забезпечує електронний документообіг.

Моніторинг та оцінювання ефективності: розробити систему індикаторів ефективності (кількість клієнтів, задоволеність послугами, результативність втручань); запровадити щорічні звіти про діяльність мобільних соціальних служб у громадах; проводити незалежні аудити та соціологічні дослідження, щоб відстежувати рівень доступності та якості послуг.

Висновки. Мобільні соціальні служби є важливим елементом системи соціального захисту, особливо в умовах війни та гуманітарних криз. Їхня діяльність забезпечує доступність допомоги для найуразливіших категорій населення, сприяє підвищенню рівня соціальної справедливості та інтеграції громад. Подальший розвиток мобільних соціальних служб в

Україні потребує комплексного підходу: удосконалення законодавства, розширення фінансування, кадрової підтримки та впровадження інноваційних технологій.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Збірник методичних рекомендацій з організації роботи обласної мобільної служби соціально-психологічної допомоги особам/сім'ям в громадах, які належать до вразливих груп населення та /або перебувають у складних життєвих обставинах, 2021. URL: <https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/migration/ua/mobile-services-publication.pdf>
2. Ломоносова, Н., Хелашвілі, А., & Кабанець, Ю. (2024). Співпраця громад із недержавним сектором у сфері надання соціальних послуг [Дослідження]. URL: Cedos. <https://cedos.org.ua>
3. Практичне керівництво для надавачів соціальних послуг територіальних громад «Інноваційний підхід до впровадження соціального сервісу «Мобільна соціальна служба з догляду вдома, паліативного догляду та натуральної допомоги у територіальній громаді». URL: https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2024-09/proon_praktichne_kerivnictvo_kerivnictvo_mss_veb.pdf
4. Семигіна Т. Нові глобальні етичні принципи соціальної роботи. Вісник Академії праці, соціальних відносин і туризму, 2019, (1), 73. URL: <https://grani-print.dp.ua/index.php/jaysrt/article/view/135>

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, доцентка Швець Т.М.

УДК [159.922-043.2:616-008]:378.091.212

Капустіна В.В.

ОГЛЯД ОСОБИСТІСНИХ РИС ЯК ЧИННИКІВ РИЗИКУ ВИНИКНЕННЯ ПСИХОСОМАТИЧНИХ РОЗЛАДІВ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Психосоматичні розлади у студентської молоді є актуальною проблемою сучасної психології та медицини. Вони проявляються через фізичні симптоми, такі як головний біль, порушення сну, порушення травлення, що мають психологічну природу. Основними факторами їх виникнення є хронічний стрес, психоемоційне перевантаження та індивідуальні особистісні риси. Важливим завданням профілактики психосоматичних проявів є виявлення ризикових характеристик особистості та формування адаптивних механізмів реагування на стресові ситуації. Сучасні дослідження свідчать, що перфекціонізм, нейротизм, тривожність, депресивність та низька стресостійкість значно підвищують вразливість до соматизації. Комплексний підхід дозволяє не лише зменшити прояви психосоматичних симптомів, а й підвищити загальний рівень психофізичного здоров'я студентів. Інтеграція

психологічної підтримки та психопрофілактичних програм у навчальний процес створює умови для раннього втручання та ефективного запобігання. Таким чином, дослідження спрямовані на вивчення особистісних рис, когнітивних стилів та соціально-психологічного середовища як ключових факторів ризику психосоматичних порушень.

Ключові слова: психосоматичні розлади, особистісні риси, когнітивні стилі, студенти, профілактика.

Psychosomatic disorders among university students are a pressing issue in modern psychology and medicine. They manifest through physical symptoms such as headaches, sleep disturbances, and digestive problems, which have a psychological origin. The main factors contributing to their development are chronic stress, psycho-emotional overload, and individual personality traits. An important goal in preventing psychosomatic manifestations is identifying risky personality characteristics and developing adaptive mechanisms for coping with stressful situations. Modern research indicates that perfectionism, neuroticism, anxiety, depression, and low stress resilience significantly increase vulnerability to somatization [1, p.35; 8, p.113]. A comprehensive approach not only reduces the occurrence of psychosomatic symptoms but also enhances the overall psychophysical health of students. Integrating psychological support and psychopreventive programs into the educational process creates conditions for early intervention and effective prevention. Therefore, research is focused on studying personality traits, cognitive styles, and the socio-psychological environment as key risk factors for psychosomatic disorders.

Keywords: psychosomatic disorders, personality traits, cognitive styles, students, prevention.

Огляд літератури

1. Перфекціонізм визначається як прагнення досягати високих стандартів і водночас супроводжується самокритичністю, страхом невдачі та внутрішнім напруженням. Дослідження показують, що студенти з високим рівнем перфекціонізму частіше скаржаться на головний біль, порушення сну та проблеми з апетитом [5, с.383]. Ця риса підвищує хронічний стрес і негативно впливає на серцево-судинну та травну системи. У студентському середовищі перфекціонізм проявляється як прагнення до академічної успішності, що в умовах конкуренції посилює ризик психосоматичних проявів. Практичне значення полягає у розвитку самоспостереження та навчанні конструктивному ставленню до невдач. Використання тренінгів з емоційної регуляції та когнітивних вправ допомагає знизити негативний вплив перфекціонізму. Системний підхід до роботи з цією рисою дозволяє підвищити адаптивність студентів. Це сприяє формуванню психологічно безпечного середовища в університеті.

2. Нейротизм характеризується схильністю до негативних емоційних станів, таких як тривога, гнів і сум. У студентів високий рівень нейротизму асоціюється з емоційною нестабільністю та підвищеною чутливістю до стресу [8, с.113]. Це призводить до тривалого внутрішнього напруження та соматичних симптомів, включно з головними болями та розладами травлення. Нейротизм є сильним предиктором тривожних розладів і психосоматичних проявів. У студентському віці це часто пов'язано з адаптацією до нових умов навчання та пошуком професійної ідентичності. Високий рівень нейротизму знижує здатність до відновлення ресурсів і психофізичної стабільності. Практичні програми мають включати когнітивно-поведінкові та релаксаційні техніки для зниження негативного впливу цієї риси. Це дозволяє запобігти хронічним соматичним порушенням.
3. Тривожність як риса особистості проявляється у постійному очікуванні небезпеки та підтримці стану фізіологічної активації. Студенти з високим рівнем тривожності демонструють підвищене вироблення кортизолу, що негативно впливає на серцево-судинну систему й імунітет [3]. Тривожні особи частіше зазнають соматичних проявів навіть без органічних причин. У студентському середовищі це проявляється у тахікардії, треморі та проблемах із травленням. Тривожність негативно впливає на академічну успішність та соціальні взаємодії. Практична профілактика включає навчання адаптивним копінг-стратегіям, медитацію та релаксаційні методики. Раннє виявлення тривожних тенденцій дозволяє знизити ризик психосоматичних розладів. Таким чином, тривожність є ключовим чинником ризику у студентів.
4. Депресивність як особистісна характеристика проявляється у хронічній втомі, зниженні мотивації та соматичних скаргах без органічних причин. Студенти з високою депресивністю частіше відчувають порушення сну, апетиту та біль у різних частинах тіла. Це пов'язано зі стресовими ситуаціями у навчанні та проблемами міжособистісних відносин. Депресивні переживання можуть провокувати психосоматичні реакції, такі як гастрит або серцево-судинні порушення. Раннє виявлення депресивних тенденцій є важливим для профілактики [4, с.118]. Практичні програми включають когнітивно-поведінкові вправи та тренінги з емоційної регуляції. Вони допомагають студентам усвідомлювати власні емоції і формувати адаптивні стратегії. Це знижує частоту психосоматичних проявів та покращує загальний психофізичний стан.
5. Емоційна чутливість та алекситимія є важливими рисами у формуванні психосоматичних порушень. Висока чутливість підвищує вразливість до стресу, тоді як алекситимія ускладнює усвідомлення та вираження емоцій [6]. Студенти з цими рисами частіше страждають від порушень сну, розладів травлення та серцево-судинних проблем. Проблема посилюється недостатнім усвідомленням емоційних труднощів і

фокусом на фізичних симптомах. Практичне значення полягає у розвитку емоційної компетентності через тренінги та психоедукацію. Це допомагає знизити накопичення внутрішнього стресу та його соматичні прояви. Інтеграція цих методів у навчальний процес підвищує психофізичне здоров'я студентів. Такий підхід створює передумови для ефективної профілактики.

6. Адаптивність та стресостійкість визначають здатність студента ефективно реагувати на складні умови навчання та соціальні ситуації [7]. Студенти з низькою стресостійкістю частіше переживають хронічний стрес, що призводить до виснаження ресурсів організму. Це підвищує ризик розвитку психосоматичних симптомів у серцево-судинній та травній системах. Важливо формувати навички гнучкого реагування та активного вирішення проблем. Практична профілактика включає тренінги з управління стресом, релаксаційні техніки та розвиток адаптивних копінг-стратегій. Використання цих методів підвищує здатність студентів до саморегуляції. Розвиток стресостійкості сприяє зниженню психосоматичних проявів. Таким чином, ця риса є ключовою для підтримки психофізичного здоров'я.
7. Копінг-ресурси відіграють важливу роль у формуванні психосоматичного здоров'я. Адаптивні стратегії, такі як соціальна підтримка, планування та релаксаційні методики, знижують ризик соматичних проявів [9, с.319]. Натомість неадаптивні стратегії – уникання, агресія або зловживання – підвищують хронічний стрес. У студентів часто спостерігається поєднання цих стратегій, що впливає на психофізичне благополуччя. Вибір копінг-ресурсів пов'язаний із базовими особистісними рисами. Практичні програми повинні навчати конструктивним методам подолання стресу. Використання адаптивних стратегій у поєднанні з тренінгами з емоційної регуляції підсилює їх ефективність. Це сприяє зниженню психосоматичних проявів у студентів.
8. Соціальна підтримка виступає важливим фактором психопрофілактики. Підтримка з боку друзів, родини та викладачів знижує рівень тривожності, депресивності та соматичних проявів [2, с.52]. Вона формує відчуття контролю над життєвими подіями та позитивну самооцінку. Студенти з тісними соціальними зв'язками краще адаптуються до навчальних і життєвих стресів. Заклади вищої освіти можуть сприяти цьому через клуби, волонтерські проекти та групові заняття. Соціальна підтримка підсилює ефективність копінг-стратегій. Регулярна взаємодія у соціальних групах формує відчуття причетності та емоційної стабільності. Включення соціальної підтримки у програми профілактики знижує ризик психосоматичних проявів.
9. Середовище ЗВО є важливим контекстом для психосоматичного здоров'я студентів. Конкурентне та стресогенне навчальне середовище може підвищувати рівень тривожності та депресивності [7].

Підтримуюче середовище з психологічним супроводом здатне знизити ризик психосоматичних проявів. Важливо впроваджувати консультативні центри, групові заняття та тренінги. Колективна взаємодія на основі довіри знижує ризик дезадаптивних реакцій. Практика показує, що системна підтримка формує психологічну безпеку. Це дозволяє студентам своєчасно звертатися по допомогу. Середовище ЗВО може бути як ризикогенним, так і захисним фактором психосоматичного здоров'я.

10. Емпірична оцінка психосоматичних ризиків студентів включає використання різноманітних психометричних методик, таких як шкала депресії Бека (BDI-II), багатофакторний особистісний опитувальник MMPI-2, тест 16PF Кеттелла та шкала суб'єктивного сприйняття стресу (PSS). Аналіз отриманих даних показав, що значна частина студентів демонструє легкі або помірні прояви депресивності, супроводжувані підвищеним рівнем суб'єктивного стресу. Такі результати свідчать про потенційну схильність до психосоматичних розладів та підкреслюють необхідність ранньої діагностики. Високі показники нейротизму та тривожності корелюють із частими скаргами на головні болі, порушення сну, підвищену втомлюваність та проблеми з травленням. Використання шкал сприйняття стресу дозволяє виявляти високий рівень психоемоційного напруження, що не завжди помітний у стандартних медичних обстеженнях. Такий підхід створює можливості для своєчасного психопрофілактичного втручання та індивідуалізованого підходу до підтримки студентів. Результати дослідження підтверджують наявність тісного взаємозв'язку між особистісними характеристиками та соматичними проявами, що підкреслює актуальність комплексних системних програм профілактики психосоматичних розладів у закладах вищої освіти. Інтеграція психометричного моніторингу з психологічними інтервенціями дозволяє підвищити ефективність профілактики та знизити ризик хронічних психосоматичних проявів.
11. Когнітивні стилі особистості відіграють важливу роль у формуванні психоемоційної стійкості та психосоматичної вразливості студентів, оскільки визначають спосіб інтерпретації подій та оцінку їхньої стресогенності. Студенти з ригідними когнітивними установками демонструють схильність до катастрофізації подій, що посилює тривожні реакції, підвищує рівень емоційного напруження та провокує соматичні симптоми, такі як головний біль, м'язова напруга або порушення травлення [5, р.383]. У той же час гнучкі когнітивні стилі сприяють ефективній адаптації до навчальних та соціальних викликів, зменшують психоемоційне навантаження та знижують ризик розвитку психосоматичних проявів. Виявлення когнітивних установок студентів дозволяє розробляти цілеспрямовані корекційні програми, спрямовані на формування більш адаптивних способів мислення, підвищення стресостійкості та здатності до саморегуляції. Такі програми можуть

включати тренінги з когнітивної реструктуризації, вправи на позитивну переоцінку подій, розвиток навичок вирішення проблем та навчання конструктивному способу реагування на складні ситуації. Впровадження подібних заходів у навчальний процес підвищує ефективність профілактичної роботи у закладах вищої освіти, зменшує психоемоційне напруження студентів та сприяє покращенню їхнього психофізичного стану. Комплексна робота з когнітивними стилями особистості разом з розвитком емоційної регуляції та копінг-стратегій формує надійний захисний механізм проти психосоматичних порушень. Таким чином, увага до когнітивних характеристик студентів є ключовим аспектом сучасної психопрофілактики.

Висновок

Ефективна профілактика психосоматичних проявів у студентів базується на комплексному поєднанні розвитку емоційної регуляції, адаптивних копінг-стратегій, когнітивно-поведінкових методик та формуванні підтримуючого соціально-психологічного середовища. Виконання завдань тренінгів і психоедукаційних програм сприяє зниженню рівня тривожності, депресивності та соматизації. Використання когнітивно-поведінкових технік допомагає змінювати деструктивні переконання та формувати конструктивні моделі реагування на стрес. Формування адаптивних копінг-стратегій підвищує здатність студентів ефективно справлятися зі стресом та життєвими труднощами. Соціальна підтримка створює психологічний буфер і знижує ризик розвитку психосоматичних симптомів. Інтеграція комплексних програм у навчальний процес забезпечує тривалість ефекту та стійкість до стресу. Таким чином, системний підхід дозволяє значно покращити психофізичне здоров'я студентів, їхню адаптивність та академічну успішність.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Бондаревич С.М. Психологічні та часові аспекти ранньої діагностики, прогнозування, корекції та профілактики психосоматичних порушень. *Психологія та соціальна робота. Вип. 2 (50)*, 2019. С. 35 - 53.
2. Бондарчук К. П. Психологічні чинники психосоматичних розладів у студентському віці: кваліфікаційна робота магістра: 053 Психологія: Хмельниц. нац. ун-т. Хмельницький, 2021. 62 с.
3. Грицюк І., Хлівна О. Психологічні особливості впливу стресу на виникнення психосоматичних розладів у дітей старшого шкільного віку. *Психологічні перспективи*. 2021. №. 37.
4. Жукотанська В. П. Специфіка психосоматичних розладів, їх прояви та характеристика. *Вісник студентського наукового товариства ДонНУ імені Василя Стуса*. 2022. Т. 2. №. 14. С. 118-122.
5. Мозгова Г.П., Ханецька Т.І., Якимчук О.І. Психосоматика: психічне, тілесне, соціальне. *Хрестоматія: Навчальний посібник*. Київ: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. 383 с.
6. Остапченко С. Психологічні особливості психосоматичних розладів в осіб дорослого віку. *Освіта і наука*. 2021. №. 1.

7. Романчук О. І. Психотравма та спричинені нею розлади: прояви, наслідки й сучасні підходи до терапії. URL: https://i-cbt.org.ua/wpcontent/uploads/2017/11/Romanchuk_PTSD.pdf
8. Чабан О. О., Хаустова О. О. Практична психосоматика : діагностичні шкали. Навчальний посібник. Київ : Видавничий дім Медкнига, 2019. 112 с.
9. Чиханцова О. Психологічні основи життєстійкості особистості: монографія. К. : Талком, 2021 р. 319 с

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

УДК 159.922.73:616.89-008.441

Карлюка С.О.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ АКТУАЛЬНИХ СТРАХІВ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

У статті розглядаються страхи, які найчастіше виникають у дітей старшого підліткового віку та досліджуються взаємозв'язки між страхами та станами особистості, страхами та тривожністю особистості.

Ключові слова: страхи, підлітковий вік, тривожність, стани особистості.

The article examines the fears that most often arise in children of older adolescence and explores the relationships between fears and personality states, fears and personality anxiety.

Keywords: fears, adolescence, anxiety, personality states.

Підлітковий вік є одним із складних етапів у житті кожної людини. Кожен підліток у цей період стикається із змінами: фізіологічними та психологічними. Перед дитиною на цьому етапі також стоїть немало труднощів, таких як зміна у поглядах на світ та на себе, стосунки з однолітками та з батьками, перші романтичні стосунки, проблеми з самооцінкою, контроль своїх емоцій та поведінки. Усі ці чинники впливають на виникнення страхів та їх розвиток.

Ведучи мову про страх, для початку потрібно роз'яснити цей термін. М.Б. Бригадир у своїй роботі подає таке визначення: «Страх – це первинна та базова емоція, яка виконує дуже важливу функцію для біологічного організму, оскільки вона дає змогу йому вижити та уникнути небезпеки. Проте у суспільстві первинне емоційне переживання наділяють низкою негативних характеристик і вказують на його неприйнятність, називаючи боягузством. Саме страх є однією із захисних реакцій, яка забезпечує цілісність живого організму, вона притаманна живим істотам, а придушення

її прояву негативно відображається на психофізіологічному стані організму» [1, с. 22].

Після визначення поняття страху, доцільно перейти до його проявів у дітей старшого підліткового віку, які і стали респондентами нашого емпіричного дослідження. Т. Балан зазначає, що підлітковий вік – це той період, що знаходиться між двома точками – дитинством і зрілістю. Він триває орієнтовно 7–8 років, коли формується самосвідомість дитини та її внутрішнє самовідчуття. Це часто пов'язано з тим, як дитина оцінює себе фізично, своє тіло, обличчя.

Виокремлюють 3 етапи підліткового віку:

- молодший підлітковий, 11–12 років;
- середній підлітковий, 12–15 років;
- старший підлітковий, 15–18 років [4].

У нашому дослідженні взяло участь 35 респондентів, з них 21 (60%) – жіночої статі та 14 (40%) – чоловічої. Проводячи тестування, ми впевнилися, що обрані нами методики задовольняють вимоги, що висуваються до психологічних тестів та неухильно дотримувалися правил проведення тестування, оброблення та інтерпретування його результатів [2], також обов'язковим було дотримання Етичного кодексу психолога [3].

Для проведення емпіричного дослідження актуальних страхів дітей старшого підліткового віку, ми обрали опитувальник ієрархічної структури актуальних страхів особистості (Ю. Щербатих, О. Івлева) та опитувальник «Види страху» (І.П. Шкуратова).

Аналізуючи результати опитувальника ієрархічної структури актуальних страхів особистості (Ю. Щербатих, О. Івлева), ми дізналися, які страхи притаманні підліткам. Ми розмістимо їх у порядку спадання – від страхів, які трапляються найчастіше, до страхів, які трапляються рідше:

- Страх бідності (23 респонденти).
- Страх війни та тривога через агресивну поведінку по відношенню до своїх рідних (по 19 респондентів).
- Страх хвороби близької людини (18 респондентів).
- Страх змін в особистому житті (розлучення, зрада тощо) та страх несприятливих змін у житті через хворобу близької людини (по 17 респондентів).
- Страх невизначеності майбутнього (15 респондентів).
- Страх хворобливих змін у психічному стані (14 респондентів).
- Страх іспитів та страх публічних виступів (по 12 респондентів).
- Страх павуків та змій, страх злочинного нападу, страх відповідальності, страх глибини та страх захворювання якоюсь хворобою (по 11 респондентів).
- Страх висоти (10 респондентів).
- Страх порушення ритму серця та страх порушення статевої функції (по 9 респондентів).
- Страх старості та страх смерті (по 8 респондентів).

- Страх темряви та страх замкнутих просторів (по 7 респондентів).
- Страх виклику на килим (6 респондентів).
- Страх самогубства (5 респондентів).

Також за опитувальником ICAS ми визначили інтегральні показники страху, та зробили такі висновки: низький інтегральний показник страху мають 11% респондентів; середній інтегральний показник страху має 3% респондентів; високий інтегральний показник страху має 86% респондентів.

Також для дослідження страхів підлітків ми проаналізували результати за опитувальником «Види страху» (І.П. Шкуратова), та отримали такі результати: найчастіше серед підлітків трапляється страх зради з боку друзів (13 респондентів); наступним став страх перед викликом відповідати на уроці (12 респондентів); далі за частотою обрання стоїть страх смерті близької людини (10 респондентів); наступним за нашими підрахунками стоїть страх медичних процедур та страх сексуального насилля (по 9 респондентів); на п'ятому місці опинилися такі страхи: страх бути не таким, як інші та страх критики з боку близьких (по 7 респондентів); наступними є такі страхи: страх бути осміяним класом, страх перед потойбічними силами, страх отримати погану оцінку, страх бути висміяним друзями або рідними, страх опинитися в натовпі в момент паніки, страх зглазу або порчі, страх виглядати смішним або жалюгідним та страх самотності (по 6 респондентів); далі опинилися такі страхи: страх темряви, страх фізичного насильства, страх висоти, страх бути викритим у брехні, страх власної смерті, страх перед викликом батьків до школи та страх покарання батьками за неуспішність (по 5 респондентів); рідше трапляються страх опинитися заручником в руках бандита, страх не виправдати довіри з боку близької людини, страх тварин, страх потрапити в транспортну аварію, страх перед викликом до директора, страх перед Богом, страх атракціонів, страх хвороби та страх бути вигнаним з класу (по 4 респонденти); наступними стоять страх закритих приміщень, страх бути пограбованим на вулиці та страх терористичного вибуху (по 3 респонденти); найрідше трапляються такі страхи: страх втрати любові з боку близьких та страх польоту на літаках (по 2 респонденти).

Також ми визначили наявність взаємозв'язку між страхами та станами особистості. Для цього ми використали опитувальник «Види страху» (І.П. Шкуратова) та FPI, і провели кореляційний аналіз за Спірменом. Спираючись на проведений кореляційний аналіз, можна зробити висновок, що рівень спонтанної агресивності та страхи, пов'язані із навчанням обернено взаємопов'язані: чим нижчий рівень одного показника, тим вищий рівень іншого. Також обернено взаємопов'язані відкритість та страхи, пов'язані із навчанням, відкритість та соціальні страхи, екстраверсія-інтроверсія та соціальні страхи, маскуліність-фемінність соціальні страхи.

Наявний взаємозв'язок також між страхами та тривожністю. Для визначення взаємозв'язків ми використали опитувальник тривожності Спілбергера-Ханіна та опитувальник «Види страху» (І.П. Шкуратова), і так

само як і в першому випадку, провели кореляційний аналіз за Спірменом. Проведений аналіз показав, що у прямих взаємозв'язках є особистісна тривожність та соціальні страхи й особистісна тривожність та кримінальні страхи, тобто чим вищий рівень одного показника, тим вищий рівень іншого показника і навпаки.

Роблячи підсумок, можна зазначити, що проведене нами дослідження дозволило визначити основні страхи дітей старшого підліткового віку, та виявити взаємозв'язки між тривожністю та страхами й особистісними станами та страхами. Отримані нами результати свідчать про те, що проблема дитячих страхів є актуальною і потребує роботи над нею, адже наявність страхів негативно впливає не тільки на психологічний стан підлітка, а й на усі сфери його життя.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бригадир М.Б. Особливості появи та відчуття емоції страху в сучасному суспільстві. Науковий вісник Херсонського державного університету. 2018. №2. С. 20-24.
2. Галян І.М. Психодіагностика: навчальний посібник. Київ: «Академвидав», 2009. 234 с.
3. Етичний кодекс психолога. URL: <https://myronivka-osvita.gov.ua/etichnij-kodeks-psihologa-13-04-48-16-09-2020/>
4. Інститут практичної психології: сайт. URL: <https://iippsy.com/2024/03/10/teenagers/>

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка, Тьор Л.В.

УДК 159.942.5-055.2:313.728-044.372"364"

Квадріціус Н.С.

ЖИТТЄВІ КРИЗОВІ СТАНИ ЖІНОК В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Стаття присвячена вивченню психологічних особливостей життєвих кризових станів жінок в умовах воєнного стану. Розглянуто вплив війни на психоемоційний стан жінок, визначено гендерні аспекти переживання кризових ситуацій та запропоновано програму психологічної підтримки для жінок, які переживають кризові стани в умовах війни. Досліджено різноманітні психологічні методи, включаючи когнітивно-поведінкові техніки, арт-терапію та релаксаційні практики. Розроблена програма надає можливість знизити емоційну напругу, підвищити життєстійкість та психологічну ресурсність учасниць.

Ключові слова: життєві кризи, воєнний стан, психологічні ресурси, стресостійкість, гендерна психологія, програма підтримки.

Abstract. *The article is devoted to the study of the psychological characteristics of women's crisis states in wartime conditions. The impact of war on the emotional state of women is examined, gender aspects of experiencing crisis situations are identified, and a psychological support program for women experiencing crisis states in wartime is proposed. Various psychological methods, including cognitive-behavioral techniques, art therapy, and relaxation practices, are explored. The developed program aims to reduce emotional tension, increase resilience, and enhance the psychological resources of the participants.*

Keywords: *life crises, wartime, psychological resources, stress resilience, gender psychology, support program.*

Сучасний воєнний стан в Україні створює складні умови для всіх верств населення, однак жінки зазнають унікальних психологічних труднощів, які потребують окремого дослідження. Війна кардинально змінює соціальні ролі жінок, зокрема збільшується їхній рівень стресу через додаткові функції волонтерок, медичних працівниць та навіть учасниць бойових дій. Це веде до виникнення кризових станів, що мають як внутрішні (особистісні), так і зовнішні (соціальні, культурні) чинники [8].

Актуальність дослідження обумовлена необхідністю розробки ефективних програм психологічної підтримки для жінок, які переживають кризові стани в умовах війни. Воєнні дії, втрата близьких, соціальна ізоляція та травматичні переживання погіршують психоемоційний стан жінок, що потребує детального вивчення їхніх кризових станів [1]. Метою дослідження є вивчення особливостей переживання кризових станів жінками в умовах воєнного стану, а також розробка програми психологічної підтримки для їхнього відновлення.

Згідно з науковими дослідженнями, життєві кризи у жінок під час воєнного стану характеризуються не тільки фізичними, а й психоемоційними трансформаціями[2]. Серед основних психологічних механізмів, що сприяють виникненню кризових станів, виділяють втрату контролю над життям, зниження життєстійкості, тривожність і емоційне вигорання. Гендерні особливості переживання кризових ситуацій виявляються через соціальні стереотипи, що ускладнюють адаптацію жінок до нових соціальних ролей [3].

Під час війни жінки, як правило, переживають низку негативних емоційних станів: тривожність, фрустрацію, агресивність і стрес [7]. Згідно з дослідженням, проведеним на вибірці з 50 жінок, майже 60% учасниць демонструють високий рівень стресостійкості, однак 40% мають помірний або низький рівень стресостійкості, що свідчить про їх вразливість у кризових ситуаціях.

Особливу увагу слід приділити жінкам з низьким рівнем психологічної ресурсності та життєстійкості, оскільки ці фактори значно знижують здатність до адаптації в умовах воєнного стресу. Кореляційний аналіз показав, що високі рівні тривожності та агресивності перешкоджають

психологічній адаптації, тоді як висока стресостійкість сприяє кращому переживанню кризових ситуацій [9].

З метою покращення психологічного стану жінок, які переживають кризові стани під час воєнного стану, була розроблена програма психологічної підтримки, що складається з трьох основних блоків: діагностичного, корекційного та закріплювального. Програма триває 12 тижнів і включає 24 групові заняття, на яких використовуються когнітивно-поведінкові техніки, арт-терапія, релаксаційні практики, а також групові методи для зміцнення соціальних зв'язків [4].

Діагностичний блок зосереджений на оцінці психологічного стану учасниць та створенні атмосфери довіри, що є необхідним для ефективної роботи. **Корекційний блок** передбачає розробку навичок емоційної саморегуляції, підвищення життєстійкості та психологічної ресурсності, що сприяє зменшенню стресу та покращенню суб'єктивного благополуччя. **Закріплювальний блок** орієнтований на підтримку самотійного застосування стратегій подолання криз.

За прогнозами, участь у програмі призведе до значного зниження рівня тривожності, фрустрації та агресивності. Також очікується підвищення рівня життєстійкості, психологічної ресурсності та суб'єктивного благополуччя. Стресостійкість залишиться стабільною або зросте у більшості учасниць. Важливою частиною програми є групова рефлексія, яка дозволяє жінкам обмінюватися досвідом і отримувати підтримку від інших учасниць [6].

Дослідження життєвих кризових станів жінок під час воєнного стану виявило значний вплив війни на їхній психоемоційний стан. Розроблена програма психологічної підтримки є ефективним інструментом для зниження рівня стресу, тривожності та агресивності, підвищення життєстійкості та суб'єктивного благополуччя [5]. Результати дослідження підтверджують необхідність адаптації психологічної підтримки до специфічних потреб жінок, що переживають кризові стани в умовах війни.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Білик В. Моніторинг загроз і тривожність у контексті суспільних криз: роль психодіагностики та здоров'язбережувальної поведінки жінок. Духовність особистості: методологія, теорія і практика. №1.1 (108). 2024. С. 6-17.
2. Вавринів О. С., Христук О. Л. Дослідження психоемоційних станів особистості під впливом стресогенних факторів. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ (Серія психологічна). №2. 2023. С. 11-15.
3. Володарська Н. Д. Проблеми психологічного забезпечення адаптації жінок до повернення їх чоловіків з зони АТО. Актуальні проблеми психології. №15.11. 2017. С. 69-76.
4. Гаман І. Г. Наслідки впливу воєнного стану на психічне здоров'я тимчасово переміщених жінок. Актуальні питання психологічного забезпечення діяльності Національної поліції та закладів вищої освіти МВС України: матеріали VI міжвідом. наук.-практ. круглого столу (Київ, 18 квіт. 2024 р.). Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2024. С. 175-177.

5. Заремба О.В. Особливості застосування гештальт-терапії в роботі з жінками зрілого віку. Наукові праці НДІ психології та соціальної роботи. 2019. №2(10). С.85-92.
6. Методики вивчення повсякденного стресу і способів М545 розв'язання кризових життєвих ситуацій. О. Я. Кляпець, Б. П. Лазоренко, Л. А. Лепіхова, В. В. Савінов ; За ред. Т. М. Титаренко. К. : Міленіум, 2009. 120 с.
7. Столярчук О. Життєві кризи особистості: психологічний путівник : навчальний посібник. Кр-менчук : НОВАБУК, 2023. 126 с.
8. Фальова О. Є. Причини та наслідки кризових станів жінок. Психологічні перспективи. 2015. Вип. 25. С. 240-256. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ppst_2015_25_24
9. Шиліна Н. Є. Проблема емоційного стану біженців та переселенців за умов військового конфлікту в Україні на прикладі студентів 5 курсу. Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія. 2023. Том 34 (73). № 2. С. 30-36. https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/2_2023/6.pdf.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

УДК [159.923.2:615.851]:794-026.195

Ковальова Н.С.

ТРАНСФОРМАЦІЙНІ ІГРИ ТА МЕТАФОРИЧНІ АСОЦІАТИВНІ КАРТИ ЯК РЕСУРС ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ

У статті розглянуто ефективність використання трансформаційних ігор та метафоричних асоціативних карт (МАК) для психологічної підтримки. Емпіричні дані (HADS, STAI, SAN, PSS-10, Zung) підтвердили зниження тривожності, стресу й депресії та підвищення рівня самопочуття й настрою. Методики рекомендовано для індивідуальної та групової роботи, як онлайн, так і офлайн.

Ключові слова: трансформаційні ігри, метафоричні асоціативні карти, психологічна підтримка, тривожність, стрес.

The article examines the effectiveness of transformational games and metaphorical associative cards (MAC) in psychological support. Empirical results (HADS, STAI, SAN, PSS-10, Zung) confirmed reduced anxiety, stress, and depression, along with improved well-being and mood. The methods are recommended for individual and group work, online and offline.

Key words: transformational games, metaphorical associative cards, psychological support, anxiety, stress.

Сучасне суспільство характеризується високим рівнем тривожності, депресивних тенденцій та стресових перевантажень, особливо в умовах воєнного часу. Це зумовлює потребу у пошуку нових психотерапевтичних інструментів, які б були доступними, екологічними та ефективними.

Одними з таких інноваційних методів є трансформаційні ігри та метафоричні асоціативні карти (МАК), які дозволяють людині у безпечному просторі досліджувати власні внутрішні переживання, знаходити ресурси та формувати нові смисли.

Метою статті є аналіз ефективності використання трансформаційних ігор та МАК у роботі з емоційними станами людини.

Завдання дослідження: окреслити теоретичні засади застосування даних методів; представити практичний досвід автора; узагальнити результати емпіричного дослідження із застосуванням психодіагностичних методик; сформулювати висновки та перспективи використання.

Трансформаційні ігри — це спеціально розроблені ігрові практики, спрямовані на активізацію особистісних і психоемоційних процесів учасника з метою ініціювання внутрішніх змін, які мають потенціал закріплення поза межами ігрової взаємодії.

Метафоричні асоціативні карти (МАК) — набір образів, символів, картинок, що використовуються для стимулювання асоціативного мислення, внутрішньої рефлексії, роботи із підсвідомим, страховими структурами, ресурсами особистості. Вони часто застосовуються і як діагностичний, і як психокорекційний інструмент.

У науковій літературі трансформаційні ігри розглядаються як інтерактивні психотехнічні практики, які поєднують у собі елементи ігрової діяльності, символічного моделювання та групової взаємодії [2; 5]. Вони мають проєктивний характер і дозволяють учасникам усвідомлювати власні внутрішні конфлікти та знаходити шляхи їх подолання. Метафоричні асоціативні карти (МАК) є одним із найбільш поширених проєктивних методів сучасної психотерапії. Завдяки візуальним образам карти відкривають доступ до підсвідомих переживань і стимулюють процес саморефлексії [3; 6]. У практиці психологічного консультування ігри та МАК часто поєднуються з іншими техніками – медитацією, арттерапією, звукотерапією, тілесними практиками – що підвищує їх ефективність [7; 8].

Практичний досвід

У своїй професійній діяльності проводжу індивідуальні та групові формати ігор, використовуючи онлайн- та офлайн-простір. Кожна зустріч включає не лише ігрову взаємодію, але й супровідні психотехніки: дихальні медитації, звукотерапію, арттерапію (зокрема нейрографіку). Такий комплекс створює безпечний простір для занурення у власні переживання.

Ігри, які я використовую: «Ліла» (духовна глибина), «Призначення душі» (аналіз сфер життя), «РоЯвись» (коучингова гра, орієнтована на роботу з блоками, постановку цілей та мотивацію). Використання МАК дозволяє учасникам отримати несподівані відповіді на особисті запити, побачити приховані ресурси та набути впевненості у власних рішеннях.

З практики: учасники після ігор змінювали сферу діяльності, відкривали власний бізнес, йшли з абюзивного середовища, ставали більш

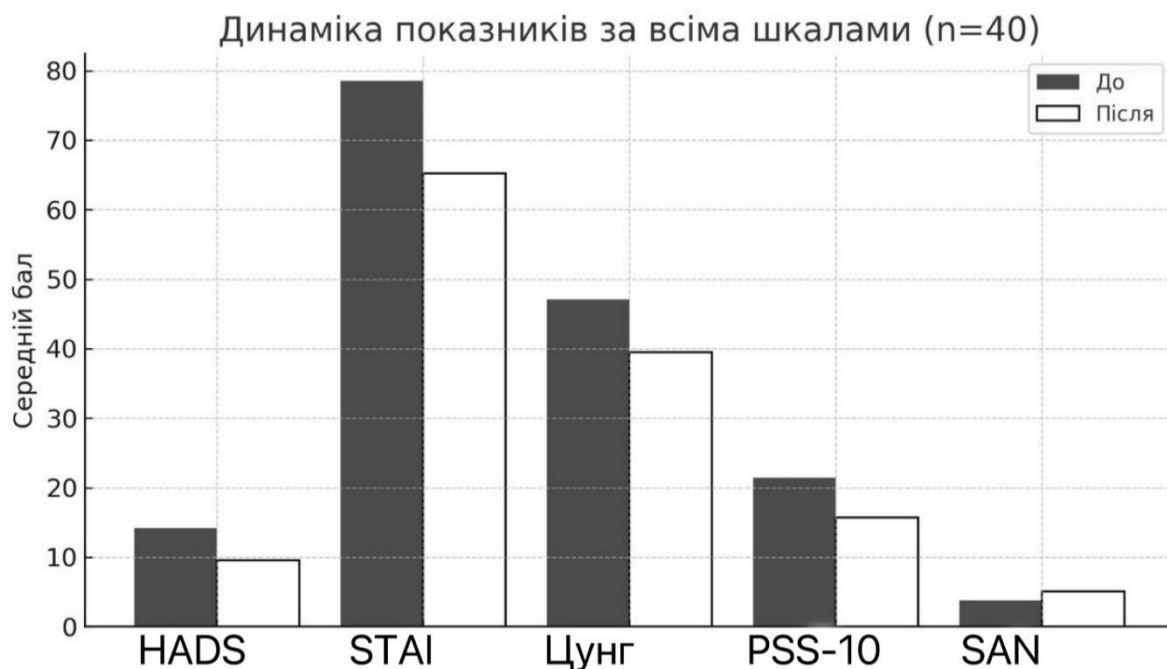
рішучими у житті. Переважна більшість відгуків – позитивні, що підтверджує ефективність інтеграції ігрових та проєктивних методів.

Емпіричне дослідження

Для підтвердження ефективності ігрових та проєктивних методик було проведено дослідження за участі 40 осіб. Було використано п'ять діагностичних методик: HADS, PSS-10, STAI, SAN, шкала депресії Цунга. Результати показали статистично значуще зменшення рівня тривожності, депресивних тенденцій і стресу, а також підвищення рівня самопочуття, активності й настрою.

Методика	До (M±SD)	Після (M±SD)	Δ
HADS	14.2±3.1	9.6±2.7	-4.6
STAI	78.5±8.3	65.2±7.4	-13.3
Цунга	47.1±6.8	39.5±5.9	-7.6
PSS-10	21.4±4.5	15.7±3.9	-5.7
SAN	3.8±0.9	5.1±0.8	+1.3

Таблиця 1,2. Динаміка показників за основними шкалами (n=40).



Отримані результати узгоджуються з даними інших дослідників, які підтверджують ефективність ігрових і проєктивних методів у роботі з емоційними станами [4; 9]. Новизна представленого дослідження полягає у поєднанні трансформаційних ігор, МАК, звукотерапії та медитативних практик. Це дозволяє не лише зменшити рівень тривожності й депресії, але й значно підвищити рівень внутрішньої ресурсності учасників.

Також, подібні результати демонструють 5 зарубіжних досліджень, про те, як застосовуються Т-ігри та МАК на практиці, з описом методик, вибірок і результатів:

№	Назва/Автор(и)	Методика / Формат	Вибірка	Основні результати
1	<i>Using metaphoric associative cards for normalization of anxiety and depression in students</i> (DOAJ)	Дослідники об'єднали арт-терапію, терапевтичні метафори, релаксацію з групою, де додали МАК. Експериментальна vs контрольна група.	~60 студентів (30 експериментальна, 30 контрольна) із підвищеним рівнем тривоги (DOAJ)	Експериментальна група показала значне зменшення рівнів тривоги і депресивних проявів порівняно з контрольною; МАК додатково підсилювали ефект.
2	<i>Metaphoric Associative Maps in the Work of a Coach and Psychologist with Student Sports Teams</i> (DOAJ)	Використання метафоричних карт (мап) у тренінгах зі спортсменами, під час змагань і підготовки до них, спільно з тренерами/психологами	66 студентів віком 15-20 років, спортсмени в командах різних видів спорту (волейбол, баскетбол, футбол) (DOAJ)	Попередні результати показали стабілізацію психоемоційного стану, нормалізацію настрою та зменшення тривожності під час підготовчого і змагального періодів.
3	<i>Use of metaphorical associative cards for work with business during transformation</i> (ResearchGate)	МАК застосовуються у бізнес-контексті: групові сесії, мозкові штурми, робота з травмами змін, необхідністю адаптації до нових ринкових умов	Учасники бізнес-команд / організацій, кількість не вказано у відкритому абстракті, але групи організаційних змін та трансформацій (ResearchGate)	Встановлено можливість МАК швидко виявляти внутрішні стани, конфлікти, потреби команди, ресурси; сприяють адаптації і креативності у вирішенні проблем трансформації.
4	<i>Transformational Games in Couple Therapy</i> (робота з парою) (DOAJ)	Т-ігри як формат терапевтичної сесії з парою: пошук спільної причини, зміцнення відносин, вияв блоків, спільних цілей	Пара, що звернулась до консультації із запитом на покращення стосунків (DOAJ)	Виявлено, що після застосування Т-ігор з парою покращується спілкування, зменшується напруга, повертається рівень довіри; інструменти гри сприяють швидкому входженню у тему через символіку та спільну рефлексію.
5	<i>Metaphoric associative cards in the work of a psychologist</i> (Шебанова, Україна) (nv.knutkt.edu.ua)	Теоретичний опис + опис конкретних вправ; психодіагностик а та психокорекційні вправи з МАК	Практична база: психологи, клієнти, групові та індивідуальні сесії в Україні (nv.knutkt.edu.ua)	МАК виявлені як ефективні діагностичні та психокорекційні інструменти; вони дозволяють виявити внутрішні конфлікти, страхи, ресурси; забезпечують гнучкість контексту, креативність, безпечність.

Висновки:

Трансформаційні ігри та метафоричні асоціативні карти довели свою ефективність як інструменти психологічної підтримки. Дослідження показали, що їх використання допомагає знижувати рівень тривожності, стресу та депресії, водночас підвищуючи загальне самопочуття, активність і настрій. У процесі роботи людина отримує можливість зустрітися зі своїми переживаннями, знайти нові сенси та відкрити внутрішні ресурси, які раніше залишалися прихованими. Важливо й те, що ці методики адаптивні: вони можуть застосовуватися як індивідуально, так і в групах, онлайн чи офлайн, що робить їх універсальними у різних сферах психологічної допомоги. Таким чином, трансформаційні ігри та МАК не просто є допоміжними техніками, а стають дієвим простором для особистісного зростання та відновлення внутрішньої рівноваги.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Березюк О. Особистісні ресурси подолання кризових ситуацій у сучасних умовах // Психологія і суспільство. – 2023. – №6.
2. Йоргенсен К., Раш Д., Енслін А., Фассоне Р. Transformative Games Revisited // GAME – Games as Art, Media, Entertainment. – 2024. – №12. – DOI: <https://www.gamejournal.it/n122024-transformative-games-revisited/> (дата звернення: 26.09.2025).
3. Кравчук В. Арттерапевтичні методи в подоланні стресових станів у дітей в умовах війни // Проблеми сучасної психології. – 2024.
4. Крива О. Застосування метафоричних асоціативних карт у арт-терапевтичній практиці // Освітній портал України «Всеосвіта». – 2022. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://vseosvita.ua> (дата звернення: 26.09.2025).
5. Курганська Т., Щербук А. СМАКуємо життя. 105 технік для роботи з метафоричними асоціативними картками. – Київ: ТОВ «7БЦ», 2023. – 304 с.
6. Лукашук Н. Самоаналіз при роботі з МАК-картами. – 2024. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.forfuture.life/blog/samoanaliz-pri-roboti-z-mak-kartami> (дата звернення: 26.09.2025).
7. Рузанова О.П. Трансформаційні ігри як інструмент пізнання та формування особистісної картини світу. – Біла Церква: Білоцерківський інститут НПО УМО НАПН України, 2023.
8. Шандигаєва К. Трансформаційні ігри: мистецтво розвитку та зміни свідомості // Scientific Collection «InterConf». – 2023.
9. Metaphoric associative maps in the work of a coach and psychologist with student sports teams. – [Електронний ресурс] // DOAJ. – Режим доступу: <https://doaj.org> (дата звернення: 26.09.2025).
10. Transformational Games in Couple Therapy. – [Електронний ресурс] // DOAJ. – Режим доступу: <https://doaj.org> (дата звернення: 26.09.2025).

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

ВОЛОНТЕРСТВО ЯК ЧИННИК СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ТА РОЗВИТКУ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ

Стаття аналізує вплив волонтерства на розвиток особистих і соціальних навичок в умовах криз та українських реалій після 2014 року. Дослідження показують, що волонтерство підвищує самооцінку, стійкість до стресу, емпатію, комунікативні й командні навички, але супроводжується вигоранням і браком держпідтримки. Запропоновано заходи для профілактики вигорання та підтримки волонтерів.

Ключові слова: волонтерство, соціальна адаптація, компетентності, психологічне благополуччя, вигорання.

The article examines volunteering's impact on personal and social competencies amid crises and Ukraine's post-2014 context. Studies show it enhances self-esteem, stress resilience, empathy, and communication and teamwork skills, but faces burnout and insufficient state support. Recommendations address burnout prevention and volunteer support.

Key words: volunteering, social adaptation, competencies, psychological well-being, burnout.

Постановка проблеми. Волонтерство у сучасному світі розглядається як один із ключових соціально-психологічних механізмів, що не лише задовольняє потреби суспільства у допомозі, але й безпосередньо впливає на розвиток особистості. У контексті глобальних викликів (пандемії COVID-19, військових конфліктів, соціально-економічної нестабільності) воно стає важливим інструментом підтримки громадянського суспільства, формування активної громадянської позиції та зміцнення соціальної стійкості. Для України ця проблема має особливу вагу після подій 2014 року та повномасштабного вторгнення росії у 2022 році, коли волонтерська діяльність набула масового характеру та фактично сформувалася як новий суспільний інститут. Постійні зміни в соціальному середовищі вимагають від волонтерів більшої соціальної адаптованості, тобто психологічної гнучкості, стійкості у доланні бар'єрів та знаходженні швидких рішень в складних ситуаціях. Зважаючи на необхідність глибшого розуміння соціальних ефектів волонтерства, доцільно дослідити його вплив на соціальну адаптацію через розвиток особистих і соціальних компетентностей.

Мета статті: аналіз та узагальнення результатів дослідження впливу волонтерської діяльності на розвиток особистісних і соціальних компетентностей волонтерів в контексті їх соціальної адаптації.

Виклад основного матеріалу. У психологічній літературі волонтерська діяльність розглядається як результат творчого саморозвитку, самовдосконалення. З. Бондаренко описує психологічний феномен волонтерства як форма громадської участі в суспільно корисних справах, спосіб колективної взаємодії та ефективний механізм вирішення актуальних соціальних проблем; як діяльність яка не є примусовою; як справа зроблена без попередньої думки про фінансову винагороду; як добровільний вибір діяльності; як національна ідея милосердя та доброчинності [2]. Як підкреслює Л. Романовська, волонтерство є потужним інструментом соціалізації. З одного боку, воно виступає ресурсом для покращення умов соціального розвитку громади – адже волонтери надають допомогу тим, хто її потребує. З іншого боку, на думку О. Боранової, це ще й особистісний ресурс – діяльність у волонтерському середовищі мотивує людину до позитивної активності, надає сенс діям, розкриває потенціал [3]. За словами дослідниці, участь у волонтерських проектах дозволяє краще розуміти соціальні проблеми, глибше усвідомлювати реалії життя різних соціальних груп, отримувати нові практичні навички, покращувати спілкування – як у повсякденному, так і в діловому контексті. У сучасних дослідженнях волонтерство виступає не лише як форма соціальної активності, а й як важливий чинник особистісного розвитку, формуванню громадської свідомості та підвищенню психологічної стійкості. Саме тому волонтерська діяльність посідає особливе місце в системі соціально-психологічних практик, спрямованих на розвиток соціальноадаптованої особистості. Термін «адаптація» походить від латинського *adaptatio*, що буквально означає «пристосування». У науковому контексті цим поняттям описують процес пристосування індивіда або системи до змін у навколишньому середовищі [1]. Психологічні механізми соціальної адаптації особистості у волонтерській діяльності є складним та багатогранним процесом, що поєднує як індивідуальні так і соціальні чинники. Участь у волонтерській діяльності дає змогу людині не лише пристосовуватись до мінливих соціальних обставин, а й активно впливати на них, трансформуючи власний досвід у розвиток спільноти.

В результаті проведеного теоретичного аналізу наукової літератури та сучасних досліджень волонтерства та соціальної адаптації особистості виникла гіпотеза, згідно з якою участь у волонтерській діяльності позитивно впливає на процеси соціальної адаптації осіб, які займаються волонтерством. Для перевірки даної гіпотези було проведено емпіричне дослідження з використанням методів анкетування та напівструктурованого інтерв'ю.

У дослідженні взяли участь 50 волонтерів. 50 осіб пройшли структуроване анкетування, а 6 погодились дати поглиблене напівструктуроване інтерв'ю.

Найчисельнішою віковою групою серед опитаних волонтерів були учасники віком 36 - 49 років (42%). Другу за чисельністю групу становили учасники віком понад 50 років (22%). Це може свідчити про високий рівень

соціальної активності у зрілому віці. Молодь віком до 25 років склала 20% вибірки, а найменше представлена категорія - до 18 років (2%).

Порівняння самооцінки до та після початку волонтерської діяльності показало істотний приріст: середнє значення зросло з 6,24 до 8,02 балів. Подібну динаміку продемонструвала й стресостійкість – з 6,82 до 8,04 балів.

Це підтверджує думку, що волонтерство може виконувати терапевтичну функцію, компенсуючи вплив стресових ситуацій. У США за даними дослідження, опублікованими Signa Group [12] волонтери мають вищий «індекс життєвої сили», що узгоджується з нашим результатом зростання впевненості. За результатами дослідження Ц. Чень, Ю. Чжана, С. Чжоу та їхніх колег [4, с.10], у Китаї участь у волонтерських програмах знижує рівень психологічного дистресу на 15-20%, що співвідноситься з динамікою наших показників.

52% волонтерів зазначили суттєве покращення здатності до комунікації, ще 22% – помірно покращення. 58% опитаних знайшли нових друзів, 48% – пізнали свої сильні сторони, 36% – стали відкритішими, а 32% – відчували себе частиною громади. Такі результати свідчать про зміцнення міжособистісних зв'язків та соціальної інтеграції. У сфері командної роботи 68% респондентів повідомили про значне полегшення взаємодії, що свідчить про розвиток соціальних навичок. Це узгоджується з даними Національної стратегії волонтерства Канади [8], де 70% волонтерів вказали на розвиток командних і комунікативних компетентностей. У Японії, за результатами дослідження організації OECD [8] та М. Кодзіми [7, с. 589], волонтерство у кризових ситуаціях, таких як природні катастрофи, також розглядається як важливий фактор підвищення емпатії та соціального капіталу.

70% респондентів засвідчили, що завдяки волонтерству стали більш чуйними до інших людей, а 50% опитаних готові завжди допомогти навіть ціною власного часу і зусиль. Після початку волонтерської діяльності кількість осіб з чітко вираженою громадською позицією зросла з 66% до 80%. Активну соціальну позицію мають 52% учасників, що підтверджує посилення соціальної включеності волонтерів. Подібні результати демонструють і міжнародні дані: за дослідженням Е. Кім, А. Вілланс, М. Лі та колег [6, с. 182] у Європі волонтерство серед літніх людей знижує депресивні прояви через посилення соціальних зв'язків, а за результатами дослідження М. Кодзіми [7, с. 588] у Японії емпатія зростає на 20 - 30% завдяки включенню у соціальні мережі підтримки.

Водночас результати вказали й на низку проблемних аспектів. Значна частина респондентів відчуває періодичне емоційне вигорання, що збігається з даними міжнародних досліджень Б. Нікол, Р. Вілсона, А. Родрігеса та С. Хайтона [9, с. 14 - 30] і організації OECD (2024) [7] про поширеність цього феномену серед волонтерів. Додатковим викликом є брак інституційної підтримки та суспільне знецінення діяльності, що посилює ризики виснаження і знижує довготривалу мотивацію. Це вимагає

цілеспрямованої розробки програм психологічного супроводу, профілактики вигорання та формування більш стійкої системи взаємодії між волонтерським рухом і державними інституціями.

Результати емпіричного дослідження, проведеного автором у межах виконання магістерської роботи, узгоджуються з тенденціями, виявленими в різних країнах. У США, за даними дослідження Signa Group [12], волонтери мають на 9 балів вищий «індекс життєвої сили»; у Європі, як зазначають експерти організацій OECD [10] та Eurofound [5], простежується зростання віртуального волонтерства й акцент на ментальне здоров'я; у Китаї (Ц. Чень, Ю. Чжан, С. Чжоу та ін.) [4, с. 9] та Японії (М. Кодзіма) [7] підкреслюється підвищення емпатії та соціальних зв'язків, але й фіксується ризик вигорання. Порівняння підтверджує універсальний характер впливу волонтерства на розвиток особистісних і соціально-психологічних характеристик, водночас підкреслюючи потребу у програмах підтримки волонтерів для профілактики виснаження.

Аналіз міжнародних наукових досліджень свідчить, що волонтерська активність має позитивний зв'язок із підвищенням рівня психологічного благополуччя, розвитком комунікативних і кооперативних навичок та соціальною інтеграцією особистості. У США дослідники Signa Group [12] та Psychology Today (2024) [11] відзначають, що волонтери демонструють вищий «індекс життєвої сили» та нижчий рівень депресії, а також фіксують зменшення ризику когнітивних порушень серед молоді. Європейські вчені Е. Кім, А. Вілланс, М. Лі та інші [6, с. 179], а також експерти організації OECD [10] та Eurofound [5] наголошують, що участь у волонтерстві допомагає зменшити депресивні симптоми у літніх людей і водночас стимулює нові форми активності, зокрема віртуальне волонтерство. Канадські дослідники зі Statistics Canada [13] та автори Національної стратегії з питань волонтерства [8] відзначають, що понад 70% волонтерів демонструють розвиток комунікативних і командних компетентностей, проте наголошують на проблемі браку державної підтримки. У Китаї Цю Чень, Ю. Чжан та їхні колеги [4, с. 12] підкреслюють, що волонтерство останніх десятиліть асоціюється зі зниженням психологічного дистресу та зростанням життєвої стійкості. Натомість у Японії, за результатами досліджень ОЕСР [10] та М. Кодзіми [7, с. 591], волонтерство виконує роль каталізатора соціального капіталу й емпатії, особливо в умовах кризових ситуацій.

Попри значний прогрес, низка питань залишається невирішеною. Зокрема, дискусійним є питання каузальності: чи саме волонтерство сприяє підвищенню рівня соціальної адаптації, чи навпаки – соціально активні й емпатійні люди частіше долучаються до волонтерської діяльності. Недостатньо вивченим залишається вплив нових форматів, зокрема skills-based та онлайн-волонтерства, на розвиток особистісних компетентностей. Окрім того, актуальною є проблема профілактики вторинної травматизації та емоційного вигорання, що набуває особливого значення в українських реаліях. Таким чином, подальші дослідження мають зосереджуватися на

інтеграції міжнародного досвіду, розробці механізмів підтримки волонтерів і поглибленні розуміння впливу волонтерської діяльності на розвиток особистісних і соціальних компетентностей.

Отже перспективи подальших досліджень полягають у глибшому аналізі внутрішньої та зовнішньої мотивації волонтерів, вивченні відмінностей між традиційним та віртуальним волонтерством, а також у пошуку ефективних механізмів інтеграції міжнародного досвіду в українську практику. Врахування цих аспектів сприятиме не лише збереженню потенціалу волонтерського руху, а й формуванню в суспільстві моделі соціально адаптованої особистості, здатної до активної участі у житті громади та протидії кризовим викликам.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Барінова О. Ю. Соціальна допомога внутрішньо переміщеним особам як складова процесу їхньої адаптації. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 19. Корекційна педагогіка та спеціальна психологія. 2018. № 1(46). С. 5–9.
2. Бондаренко З.П. Добродійність та волонтерство як веління часу. *Думки, підказані серцем* / ідея та заг. ред. М. В. Полякова ; авт.-упорядн. В. В. Іваненко, Н. П. Олійник. Дніпропетровськ : Вид-во ДНУ, 2011. с. 70–81.
3. Вайналоха, Р. Х. Волонтерський рух в Україні: тенденції розвитку. Р. Х. Вайнола, А. Й. Капська, Н. М. Комарова. – К.: Академпрес, 2002. – 467с.
4. Chen J., Zhang Y., Zhou S. et al. The influence of credits and stigmas in volunteering on depression, the modulating effects of volunteer personality and motivation. BMC Public Health, 2025, Vol. 25, №460. Pp. 1–16.
5. Eurofound. Quality of life in the EU in 2024. URL: <https://eurofound.shorthandstories.com/quality-of-life-in-the-eu-in-2024-living-and-working-in-the-eu-e-survey/index.html>
6. Kim E. S., Whillans A. V., Lee M. T., et al. Volunteering and Subsequent Health and Well-Being in Older Adults: An Outcome-Wide Longitudinal Approach. American Journal of Preventive Medicine, 2020, Vol. 59(2). Pp. 176–186.
7. Kojima M. Organizational or Individual? The Effect of Social Networks on Volunteer Activities in Japan. Voluntas, 2024, Vol. 35. Pp. 583–596.
8. National Strategy on Volunteering. Building a resilient volunteer sector, 2024. URL: <https://volunteerstrategy.ca/>
9. Nichol B., Wilson R., Rodrigues A., Haighton C. Exploring the Effects of Volunteering on the Social, Mental, and Physical Health and Well-being of Volunteers: An Umbrella Review. Voluntas, 2023. Pp. 1–32.
10. OECD. Unleashing the potential of volunteering for local development, 2024. 55 p. URL: https://www.oecd.org/content/dam/oecd/en/publications/reports/2024/12/unleashing-the-potential-of-volunteering-for-local-development_719f94b6/deab71bd-en.pdf
11. Psychology Today. Volunteering and Mental Health: Why you should give back to the community, and bring your family, 2024. URL: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/well-read/202507/volunteering-and-mental-health>
12. Southwell N.: Cigna Group Newsroom. Volunteering helps build workforce vitality. URL: <https://newsroom.thecignagroup.com/volunteering-helps-build-workforce-vitality>
13. Statistics Canada. Volunteering trends in Canada, 2023. URL: <https://www150.statcan.gc.ca/n1/daily-quotidien/250623/dq250623b-eng.htm>

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

ПОДОЛАННЯ ЗАСОБАМИ ПСИХОКОРЕКЦІЇ НАСЛІДКІВ СТРЕСОВИХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ

У статті представлено результати дослідження рівня суб'єктивного стресу у військовослужбовців тилового забезпечення за допомогою шкали сприйнятого стресу Ш. Коена (PSS-10) та супутніх психодіагностичних методик. Виявлено, що більшість респондентів перебувають у стані помірного чи високого стресового навантаження, а вибір копінг-стратегій тісно пов'язаний із рівнем сприйнятого стресу. Розроблена та апробована психокорекційна програма, спрямована на підвищення стресостійкості, показала статистично значущу ефективність у зниженні рівня стресу та підвищенні психоемоційної стабільності учасників.

Ключові слова: *сприйнятий стрес, PSS-10, військовослужбовці, копінг-стратегії, психокорекція, стресостійкість.*

The article presents the results of a study on perceived stress levels among rear service military personnel using Cohen's Perceived Stress Scale (PSS-10) and complementary psychodiagnostic tools. The findings show that most respondents experience moderate or high stress load, and the choice of coping strategies is closely related to the perceived stress level. An original psychological intervention programme aimed at increasing stress resilience demonstrated statistically significant effectiveness in reducing stress and enhancing participants' psycho-emotional stability.

Keywords: *perceived stress, PSS-10, military personnel, coping strategies, psychological intervention, stress resilience.*

Сучасні воєнні події в Україні супроводжуються різким зростанням психоемоційного напруження як серед цивільного населення, так і серед військовослужбовців. Особливої уваги потребує психологічний стан військовослужбовців тилового забезпечення. Ця категорія персоналу виконує критично важливі функції забезпечення військових операцій, але водночас залишається менш помітною у програмах психологічної підтримки. Вони не перебувають безпосередньо в зоні бойових дій, проте щодня стикаються зі значним рівнем відповідальності, хронічним стресом, інформаційними впливами про події на фронті, а також із феноменом вторинної травматизації. Така ситуація формує особливий психоемоційний профіль цієї групи, що потребує ґрунтовного дослідження та розробки цілеспрямованих психокорекційних програм.

В умовах сучасних викликів (довготривала війна, зміна соціальних ролей, невизначеність майбутнього) значно підвищується актуальність

вивчення стресостійкості та адаптаційних можливостей військовослужбовців тилового забезпечення. Розуміння психологічних механізмів подолання стресових станів, виявлення поширених копінг-стратегій та оцінка ефективності психокорекційних втручань дозволять не лише покращити їхнє психічне здоров'я, а й підтримати боєздатність Збройних Сил України загалом.

Аналіз наукових публікацій. У вітчизняній психології проблема стресу та стресостійкості військовослужбовців розробляється низкою дослідників. Так, Л.М. Карамушка [4] аналізує професійний стрес і його наслідки для психічного здоров'я працівників екстремальних професій, підкреслюючи важливість системних програм психологічної підтримки. О.О. Когут [5] у своїх працях зосереджується на впливі травматичного досвіду та розвитку посттравматичних стресових реакцій у військових, наголошуючи на потребі раннього виявлення симптомів ПТСР. С.В. Бялонович [1] розробляє підходи до кризової психологічної допомоги й доводить, що поєднання групових та індивідуальних форм роботи значно підвищує ефективність відновлення.

Особливий внесок у дослідження адаптаційних ресурсів військовослужбовців зробили О.С. Іванова [3], які досліджували зв'язок копінг-стратегій із рівнем стресостійкості та виявили, що використання активних проблемно-орієнтованих стратегій (планування, пошук підтримки) пов'язане з нижчим рівнем емоційного виснаження. Аналіз цих публікацій дає підстави стверджувати, що формування стресостійкості у військовослужбовців є багатовимірним і тривалим процесом, який залежить від поєднання внутрішніх ресурсів (психологічна гнучкість, навички саморегуляції) та зовнішніх умов (система соціальної підтримки, психологічне супроводження, організаційні фактори служби). Це обґрунтовує потребу у впровадженні спеціально розроблених програм психокорекції для військовослужбовців тилового забезпечення.

Мета статті – здійснити аналіз результатів дослідження стресових станів особистості у військовослужбовців тилового забезпечення та обґрунтувати ефективність психокорекційної програми їх подолання.

У дослідженні взяли участь **44 військовослужбовці тилового забезпечення** (36 чоловіків і 8 жінок віком від 27 до 56 років) зі стажем служби від 1 до 6 років, серед яких були як ті, що брали участь у бойових діях, так і ті, хто виконував завдання поза зоною боїв. Психодіагностичний блок складався з кількох методик, ключовою серед яких була **шкала сприйнятого стресу Ш. Коена (PSS-10)** в українській адаптації О.О. Вельдбрехт і Н.І. Тавровецької [2]. Ця методика дозволяє кількісно оцінити суб'єктивний рівень стресу за останній місяць та визначити загальний психоемоційний фон особистості.

Отримані результати показали, що **29,5 % респондентів** мають високий рівень сприйнятого стресу (27 балів і більше), **47,7 %** – середній рівень (14–26 балів) та лише **22,7 %** – низький рівень (0–13 балів). Така

структура вказує на наявність значного психоемоційного навантаження у більшості досліджуваних.

Додатковий аналіз виявив закономірності: найвищі показники стресу були у військовослужбовців зі стажем понад 3 роки та у тих, хто мав досвід виконання завдань у зоні бойових дій, що підтверджує накопичувальний ефект хронічного стресу. Респонденти з нижчим рівнем сприйнятого стресу частіше використовували активні та соціально орієнтовані копінг-стратегії, тоді як високі значення PSS-10 корелювали з емоційно орієнтованими та унікальними стратегіями поведінки (самозвинувачення, дистанціювання).

На основі діагностичних даних було розроблено **корекційну програму**, спрямовану на підвищення стресостійкості. Вона включала психоедукаційні заняття, навчання технік саморегуляції (дихальні вправи, прогресивну м'язову релаксацію, елементи майндфулнес), тренінг розвитку адаптивних копінг-стратегій та групові обговорення для емоційного розвантаження. **Повторне обстеження** через два місяці після завершення програми показало достовірне зниження середнього показника PSS-10 у респондентів експериментальної групи (з 26,4 бала до 17,2 бали; $p \leq 0,05$). У контрольній групі суттєвих змін не відбулося (з 25,9 бали до 24,8 бали; $p > 0,05$). Це свідчить про ефективність цілеспрямованої психокорекційної роботи.

Висновки. Більшість військовослужбовців тилового забезпечення перебувають у стані помірного або високого суб'єктивного стресу, що підтверджено результатами за шкалою PSS-10. Високі показники стресу корелюють із унікальними та емоційно орієнтованими копінг-стратегіями, тоді як низькі – із конструктивними, проблемно-орієнтованими стратегіями подолання. Корекційна програма на основі психоедукації, тренінгу саморегуляції та розвитку адаптивних копінгів показала статистично значущу ефективність у зниженні рівня сприйнятого стресу й підвищенні психоемоційної стабільності учасників експериментальної групи. Отримані результати можуть бути використані для вдосконалення системи психологічної підтримки військовослужбовців тилового забезпечення, особливо тих, хто має тривалий досвід служби та хронічне стресове навантаження.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бялонович С. В. Психологічні стратегії внутрішньої стабілізації українців в умовах щоденного стресу війни. *Вчені записки університету «Крок»*. 2025. №2 (78), С. 520-529.
2. Вельдбрехт О.О., Тавровецька Н.І. Шкала сприйняття стресу (PSS-10): Адаптація та апробація в умовах війни. *Проблеми сучасної психології*, 2022. № 2(25), С. 16-27.
3. Іванова О.С. Взаємозв'язок рівня стресу та самооцінки стресостійкості з копінг стратегіями поведінки. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2022. № 2. С. 109-116.
4. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати: Метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2022. 213 с.

5. Когут О. О. Матриця розвитку стресостійкості особистості. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»* : науковий журнал. Острог : Вид-во НаУОА, січень 2021. № 12. С. 108–113.

Науковий керівник докторка психологічних наук, професорка Коллі-Шамне А.В.

УДК 001.891:[94:37(477.7)"17/19"]

Константінова Г.В.

ІСТОРІЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ОСВІТИ НА ПІВДНІ УКРАЇНИ НАПРИКІНЦІ XVIII – НА ПОЧАТКУ XX СТ. У ПРАЦЯХ СУЧАСНИХ ДОСЛІДНИКІВ

У статті аналізується розвиток національної освіти різних народів на півдні України наприкінці XVIII – на початку XX ст. Головний акцент робиться на висвітленні особливостей робіт істориків та педагогів, присвячених цій темі. Зазначаються питання, які потребують подальшого доопрацювання та вивчення.

Ключові слова: Південь України, національна освіта, історики, педагоги

The article analyzes the development of national education of various peoples in southern Ukraine in the late 18th - early 20th centuries. The main emphasis is on highlighting the features of the works of historians and educators devoted to this topic. Issues that require further development and study are indicated.

Keywords: South of Ukraine, national education, historians, teachers

Розвиток національної освіти в Україні, у тому числі й в південному регіоні, є однією з найважливіших складових досліджень українських істориків. Цей регіон вирізняється етнічною строкатістю, що сформувалась в результаті чисельних переселень, імперських колонізаційних програм та встановлення і розвитку торгівельних зв'язків. Тому питанням здобуття освіти представниками різних народів, що мешкали на півдні, присвячено багато праць. Метою статті є аналіз робіт сучасних дослідників, що присвячені історії національної освіти.

Перш за все, варто зазначити комплексні статті, що присвячені загальному огляду національної освіти в регіоні. До таких належать роботи Добровольської В. А., Сінкевича Є. Г., Кузовової Н. М.

Євген Сінкевич та Наталя Кузовова у спільній статті проаналізували загальний стан освіти євреїв, німців, поляків, болгар, молдован та греків [6]. Учені наводять статистичні дані щодо кількості писемних і неписемних осіб для кожної національності і демонструють, що ставлення до інших народів

у імперської влади було негативним, хоч це і проявлялось з різним ступенем суворості. Зокрема, єврейська освіта всіляко обмежувалась, болгари та молдовани не мали навчальних закладів. Парадоксальним виявляється те, що поляки, будучи однією з найосвіченіших груп, не мали власних шкіл [6, с. 103]. Натомість, вчені виділяють освіту греків та німців, як найкраще сформовану, і відзначають важливий фактор, який впливав на це: активна діяльність громадськості та їхня ініціативність у створенні навчальних закладів. Слід відмітити, що важливість наукової розвідки Сінкевича Є.Г. та Кузовової Н.М. визначається тим, що вона охоплює значну кількість національностей.

Важливою для розуміння реалій тогочасної національної освіти є стаття Вікторії Добровольської, в якій вчена проаналізувала стан освіти єврейського, німецького та кримськотатарського населення і підхід до цієї сфери царської влади [2]. Дослідниця підкреслює, що загальне ставлення до всіх народів було однакове: рідною мовою можна було навчатись лише в початковій школі, а далі впроваджувалась політика русифікації [2, с. 85]. Проте, були певні відмінності. Зокрема, стан німецької освіти був кращим, так як влада сприяла переселенню німців на південь України та не чинила такий сильний тиск, як на євреїв та кримських татар. Цікавими є наведені історикинею дані про діяльність казенних єврейських училищ. З одного боку, їхнє створення свідчить про підтримку розвитку освіти, проте, з іншого, в навчальних закладах викладали вчителі, які сповідували християнство. Таким чином, відбувалась боротьба не тільки з мовною, а й з релігійною ідентичністю.

Окремо варто виділити дослідження, що присвячені питанням здобуття освіти представниками різних національностей, які проживали в південному регіоні. Зокрема, велику увагу присвячено розвитку єврейської освіти. Саме тому доцільно виділити дослідників, які присвятили свої роботи цьому питанню: Гербеева І. М., Яшин В. О. та Прокоп Ю. В. [3-4, 8-9].

Вадим Яшин у роботах «Модернізація традиційної єврейської освіти на Херсонщині та Катеринославщині (др. пол. XIX ст.)» та «Розвиток світської освіти серед єврейського населення Херсонщини та Катеринославщини у другій половині XIX століття» дослідив стан релігійної та світської освіти євреїв. Учений підтверджує думки вже розглянутих нами істориків щодо утисків цього етносу. Так, в світській освіті для євреїв встановлювались додаткові умови для навчання у вищих освітніх установах: наявність «гімназичної золотої медалі» та відсоткові обмеження кількості можливих студентів [9, с. 119].

Характеризуючи традиційну єврейську освіту, історик згадав про єдиний вищий навчальний заклад на півдні України, а також про активну русифікацію і її часткову підтримку населенням [9]. Цікавою є доля рабина Симона Швабахера, описана дослідником, який був німецьким євреєм та не розумів російської. Він був очільником ремісничого училища та мав

великий вплив, проте згодом незнання мови підірвало його авторитет [9, с. 161]. І саме в цей час відбуваються погроми єврейського населення, відповіддю на які стає формування їхнього руху національного відродження.

У свою чергу, Юлія Прокоп в одному з власних досліджень, зосередила увагу на впливові євреїв-іноземців, зокрема тих, які переселились з австрійських земель, на розвиток освіти на півдні України [4]. Учена висвітлює приклади створення представниками цієї національності освітніх закладів, а також визначила їхнє ставлення до російської мови як позитивне [4, с. 104-105].

Ірина Гербеєва у своїй статті проаналізувала становлення світської та традиційної освіти євреїв в Одесі і, на відміну від Яшина В.О., зосередила свою увагу на позитивному впливі царської влади: зазначила про стипендії імені Олександра II та можливість, маючи вищу освіту, працювати за межею осілости [3].

Говорячи про національне навчання, варто виділити питання розвитку української освіти. Цей аспект у своїх роботах дослідили Бачинська О. А., Глушкова К., Кузовова Н. М. та Сінкевич Є. Г. [1,5]. Показовою є стаття «Питання про викладання українською мовою в навчальних закладах Херсонської губернії в 1890-1917 рр.» Є.Г. Сінкевича та Н.М. Кузовової. У ній історики висвітлюють проблеми функціонування української у освітніх установах. Зокрема, дослідники цитували громадських діячів та вчителів, які наголошували на необхідності викладання російської мови рідною для учнів мовою, а саме – українською, адже діти погано засвоювали предмет [5]. Проте, влада не йшла навіть на такі мізерні поступки, тому більшість вчителів обирали російську мову для навчання. Іноді робилися винятки, але вони були нетривалими. Так, згадується про відкриття школи з українською мовою викладання, однак проіснувала вона лише 2 роки [5, с. 89].

Бачинська О.А. та Глушкова К. у спільній роботі висвітлюють становище української початкової освіти, зокрема, діяльність парафіяльних шкіл та рівень грамотності населення. Науковиці завдяки аналізу дійшли висновку, що освітні установи відвідувало дуже мало дітей «влітку через польові роботи, а взимку через брак теплої одежі та взуття» [1, с. 23].

Дослідниці також прослідкували взаємовпливи у селах з різнонаціональним складом населення. Так, вчені зазначили, що в місцях спільного проживання в Південній Бессарабії українців, молдован та росіян, неодмінно один з етносів засвоював мову іншого і, можливо, втрачав власну. Історикині навели приклади сел, в яких «молдавське та російське населення втратило власну мову і засвоїло мову українську» [1, с. 25].

Питання національної освіти є сферою інтересу також педагогів, зокрема Щетини Т.П. Дослідниця має роботи, що висвітлюють розвиток єврейської та німецької освіти, проте варто зазначити її внесок у аналіз умов здобуття освіти представниками ще однієї етнічної групи – караїмів. У статті, що присвячена цій темі, Тетяна Щетина охарактеризувала

організацію навчального процесу та виховання в «мідрашах» – початкових навчальних закладах караїмів [7].

Особливістю караїмської освіти була можливість викладання в освітніх установах після навчання в мідрашах. Учена зосередилась на побутових питаннях і не оминула увагою заробітню плату вчителів, зазначивши про додаткові фінанси: була дитяча традиція ходити по хатах, співати пісень та збирати кошти саме для вчителів, а також кожного року вже батьки мали за обов'язок дарувати подарунок вчителю [7, с.262].

Підсумовуючи, слід наголосити, що історія національної освіти – важлива складова сучасної історіографії. Найбільш докладно на сьогоднішній день науковці аналізують розвиток єврейської освіти. Своє висвітлення мають також українська, німецька, польська, болгарська, молдовська, кримськотатарська, караїмська та грецька національні освіти. Загальною тенденцією, що прослідковується у більшості робіт сучасних істориків, є політика русифікації тодішньої імперської влади. Навчання рідною мовою, якщо і дозволялось, то тільки в початкових освітніх установах. У цілому, питання розвитку національної освіти потребує більш ґрунтовного дослідження та детального аналізу, що дасть можливість створити цілісну картину функціонування навчальних закладів у південному регіоні України.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бачинська О. А., Глушкова К. Становище зі здобуттям початкової освіти й грамотності українців Буджака в другій половині XIX ст. *Причорномор'я: історико-правовий, мовний, етнокультурний та релігійний виміри*. 2023. № 9. С. 22-26.
2. Добровольська В. А. Політика царського уряду в сфері національної освіти Півдня України у другій половині XIX – на початку XX століття. *Наукові праці історичного факультету Запорізького державного університету*. 2007. № 21. С. 84-86.
3. Гербесєва І. М. Розвиток освіти єврейського населення Одеси у другій половині XIX ст. *Чорноморська минувшина*. 2014. № 9. С. 31-36.
4. Прокоп Ю. В. Роль євреїв-іноземців у розвитку світської освіти євреїв Херсонської губернії у XIX ст. *Чорноморський літопис*. 2014. № 10. С. 100-106.
5. Сінкевич Є.Г., Кузовова Н.М. Питання про викладання українською мовою в навчальних закладах Херсонської губернії в 1890-1917 рр. *Південний архів*. 2001. № 6. С. 85-89.
6. Сінкевич Є.Г., Кузовова Н.М. Проблеми національної освіти на півдні України. *Південний архів*. 2002. № 8. С. 95-108.
7. Щетина Т. П. Становлення і розвиток караїмської освіти в Херсонській губернії у XIX столітті. *Науковий вісник Льотної академії*. 2019. № 5. С. 260-264.
URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/sbfasps_2019_5_44
8. Яшин В. О. Модернізація традиційної єврейської освіти на Херсонщині та Катеринославщині (др. пол XIX ст.). *Грані*. 2014. № 4. С. 156-164.
URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Grani_2014_4_31
9. Яшин В. О. Розвиток світської освіти серед єврейського населення Херсонщини та Катеринославщини у другій половині XIX століття. *Грані*. 2014. № 5. С. 114-122.
URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Grani_2014_5_23

Науковий керівник кандидатка історичних наук, доцентка Михайленко Г.М.

ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

У статті розглядаються особливості соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в умовах вимушеного переселення. На основі емпіричного дослідження за участю 32 респондентів віком 18–40 років аналізуються фактори, що впливають на адаптацію, зокрема стресостійкість, психічні стани, соціальна фрустрація та особистісні особливості. Визначено ключові напрями психологічної підтримки для підвищення адаптаційного потенціалу та розроблено комплекс рекомендацій для різних груп ВПО.

Ключові слова: соціально-психологічна адаптація, внутрішньо переміщені особи, стресостійкість, соціальна фрустрація, психологічна підтримка.

The article examines the peculiarities of socio-psychological adaptation of internally displaced persons (IDPs) in the context of forced migration. Based on an empirical study involving 32 respondents aged 18–40, the factors influencing adaptation, including stress resilience, mental states, social frustration, and personality traits, are analyzed. Key directions for psychological support to enhance adaptation potential are identified, along with comprehensive recommendations for different IDP groups.

Keywords: socio-psychological adaptation, internally displaced persons, stress resilience, social frustration, psychological support.

У сучасних умовах масового переміщення населення через військові конфлікти проблема соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб (ВПО) набуває критичної актуальності. Вимушене переселення спричиняє не лише порушення звичного укладу життя, але й комплекс психологічних травм, руйнування соціальних зв'язків і втрату стабільності, що ускладнює інтеграцію в нове середовище. Практика показала, що адаптація є не просто виживанням, а процесом перетворення кризи на можливість для особистісного зростання через активізацію внутрішніх ресурсів людини, таких як креативність та внутрішня сила. Дослідження цієї проблеми є важливим для розробки ефективних програм психологічної та соціальної підтримки, спрямованих на зниження ризиків дезадаптації та сприяння гармонійній інтеграції ВПО без втрати культурної ідентичності.

Аналіз наукових публікацій. Теоретичні основи дослідження ґрунтуються на системному підході до адаптації, де враховується взаємодія індивідуальних, соціальних та економічних факторів. Питання адаптації

ВПО розглядалися в роботах З.Г. Кісарчук, К.Б. Левченко та В.Г. Панок [2;3], які наголошують на значенні соціальної підтримки та психологічних ресурсів у подоланні наслідків травматичного досвіду. Водночас недостатньо дослідженими залишаються індивідуальні відмінності в адаптаційних стратегіях, вплив соціально-демографічних факторів (вік, стать, освіта, сімейний статус) та регіональних особливостей на процес інтеграції. Особливої уваги потребує вивчення динаміки адаптації залежно від терміну переселення та специфічних потреб різних груп ВПО [1].

Мета статті – здійснити аналіз результатів дослідження соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб. Емпіричне дослідження проводилося протягом одного місяця за участю 32 ВПО віком 18–40 років (19 жінок, 13 чоловіків) з використанням комплексу психодіагностичних методик: оцінки стресостійкості та соціальної адаптації (Д. Холмс та К. Раге), самооцінки психічних станів (Г. Айзенк), опитувальника Міні-мульти та методики діагностики рівня соціальної фрустрованості (Л.І. Вассерман, модифікація В.В. Бойко). Дослідження ґрунтувалося на принципах системності, об'єктивності, добровільності та конфіденційності, що забезпечило отримання валідних результатів. Особливу увагу приділено етичним аспектам роботи з вразливою групою населення, включаючи створення сприятливої психологічної атмосфери та можливість отримання психологічної підтримки в разі потреби.

Основні результати дослідження виявили критичний стан адаптаційних ресурсів у більшості респондентів. Низька стресостійкість спостерігалася у 56,2% респондентів, що вказує на високий ризик психологічних та соматичних порушень. Виявлено чітку вікову динаміку: найгірші показники стресостійкості зафіксовано в групі 34–40 років (392,8 бали), тоді як молодша група 18–25 років демонструє пороговий рівень (287,4 бали). Гендерні відмінності також є значущими: жінки показують нижчу стресостійкість (357,3 бали) порівняно з чоловіками (315,7 бали), що може бути пов'язано з додатковою відповідальністю за адаптацію всієї родини. Щодо психічних станів, середній рівень тривожності та фрустрації переважає в усіх групах, з високими показниками тривожності у 18,8% та фрустрації у 25% респондентів. Ригідність як показник гнучкості адаптації виявилася на середньому рівні у 78,1% досліджуваних, що свідчить про труднощі з пристосуванням до змін.

Аналіз соціальної фрустрованості показав неоднорідну картину адаптації ВПО до різних сфер життя. Знижений (40,6%) або невизначений (28,1%) рівень загальної фрустрованості свідчить про певну адаптацію до нових умов, проте окремі сфери викликають значне незадоволення. Найвищі показники фрустрації зафіксовано щодо обстановки в державі (2,7 бали), матеріального становища (2,6 бали) та житлово-побутових умов (2,3 бали). Водночас сфери міжособистісних відносин, зокрема стосунки з дітьми (1,0 бали), взаємини з колегами (1,1 бали) та стосунки з батьками (1,2 бали), викликають найменшу фрустрацію, що вказує на збереження

соціальних ресурсів як важливої опори. Жінки демонструють вищий рівень соціальної фрустрованості (1,73 бали) порівняно з чоловіками (1,42 бали), а наявність дітей додатково підвищує незадоволеність побутовими умовами та матеріальним становищем.

Особистісні особливості, оцінені за методикою Міні-мульти, хоча і перебувають у нормативному діапазоні (40-60 Т-балів), демонструють тенденції до підвищення за критичними шкалами. Найвищі показники зафіксовано за шкалами істерії (56,8 балів), психастенії (55,6 балів), шизоїдності (54,8 балів) та депресії (54,7 балів), що вказує на тривожність, емоційну нестабільність, схильність до фіксації на негативних переживаннях та певну відстороненість. Віковий аналіз показав прогресивне погіршення показників: у групі 34-40 років середні показники за шкалами істерії (62,7), депресії (61,5) та психастенії (64,8) перевищують критичну позначку 60 Т-балів. Сімейний статус також має значний вплив: розлучені особи демонструють найгірші показники за всіма шкалами, тоді як одружені мають найкращі результати, що підтверджує роль сімейної підтримки в адаптації.

Кореляційний аналіз виявив сильні взаємозв'язки між різними аспектами адаптації, підтверджуючи системний характер процесу. Найсильніші кореляції зафіксовано між стресостійкістю та тривожністю ($r=0,62$, $p\leq 0,01$), стресостійкістю та фрустрацією ($r=0,58$, $p\leq 0,01$), а також між фрустрацією та соціальною фрустрованістю ($r=0,65$, $p\leq 0,01$). Особливо важливим є виявлення сильних зв'язків між особистісними шкалами депресії та психастенії з усіма адаптаційними показниками, що підкреслює роль особистісних ресурсів у подоланні кризи. Динаміка адаптації залежно від терміну переселення показує обнадійливі тенденції: серед осіб, що переселилися більше 2 років тому, 37,5% демонструють високий рівень стресостійкості, тоді як серед тих, хто переселився менше 6 місяців тому, такі особи відсутні. Регіональні відмінності також є значущими: ВПО в західних регіонах України показують кращі адаптаційні показники (298,9 бали стресостійкості) порівняно з східними (384,6 бали).

Соціально-економічні фактори мають критичний вплив на успішність адаптації. Наявність постійної роботи суттєво покращує всі показники: особи з роботою демонструють вищу стресостійкість (312,4 проти 397,6 балів), нижчу тривожність (9,2 проти 12,7 балів) та фрустрацію (8,6 проти 13,4 балів). Житлові умови також є критичними: особи без власного житла показують значно вищі рівні фрустрації за житлово-побутовими умовами (2,9 проти 1,8 балів) та матеріальним становищем (3,2 проти 2,1 балів). Рівень освіти позитивно корелює з адаптацією: 50% осіб з вищою освітою мають високу стресостійкість, тоді як серед осіб з середньою освітою такі відсутні. Найважливішим фактором виявилася соціальна підтримка: особи з низьким її рівнем демонструють критично низьку стресостійкість (461,2 бали) та високі рівні всіх негативних показників.

Висновки. Дослідження підтвердило багатофакторний характер соціально-психологічної адаптації ВПО, де успішність процесу залежить від складної взаємодії особистісних ресурсів, соціальної підтримки, економічних умов та демографічних характеристик. Виявлено групи підвищеного ризику: жінки, особи старшого віку (34-40 років), розлучені, безробітні та ті, хто не має стабільного житла. Ці категорії потребують першочергової та посиленої психологічної підтримки з урахуванням специфічних потреб. На основі результатів розроблено комплекс рекомендацій, що включає індивідуальну та групову психотерапію з фокусом на опрацюванні травматичного досвіду, тренінги з розвитку копінг-стратегій та стрес-менеджменту, створення груп взаємопідтримки для формування соціальних мереж. Окрема увага приділяється сім'ям з дітьми, яким необхідна комплексна підтримка включно з вирішенням побутових питань.

Практичні рекомендації охоплюють також соціально-економічні аспекти: сприяння працевлаштуванню через професійну орієнтацію та перекваліфікацію, допомогу у вирішенні житлових питань, інформаційну підтримку щодо доступних соціальних послуг. Важливим напрямом є формування толерантного ставлення місцевого населення через інформаційно-просвітницькі кампанії та організацію спільних заходів. Подальші дослідження мають зосередитися на вивченні довгострокової динаміки адаптації, впливу культурних факторів на інтеграцію в різних регіонах, розробці специфічних програм для груп ризику та оцінці ефективності запропонованих інтервенцій. Особливої уваги потребує дослідження процесів збереження культурної ідентичності в контексті адаптації, а також розробка превентивних програм для попередження вторинних травм у тривалих умовах невизначеності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кісарчук З. Г. Психологічна допомога в умовах кризи. К.: Основа, 2018. 95 с.
2. Левченко К. Б., Панок В. Г. Соціально-психологічна підтримка ВПО: практичні аспекти. К., 2020. 112 с.
3. Панок В. Г., Кісарчук З. Г., Левченко К. Б. Соціально-психологічна допомога постраждалим внаслідок війни. Київ: Науковий світ, 2022.

Науковий керівник докторка психологічних наук, професорка Коллі-Шамне А.В.

ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО РОБОТИ З ПРОБЛЕМНИМИ КЛІЄНТАМИ

Стаття присвячена аналізу формування професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами. Аналізуються основні компоненти формування професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами.

Ключові слова: професійна готовність, майбутні психологи, проблемні клієнти, структура.

The article is devoted to the analysis of the formation of professional readiness of future psychologists to work with problem clients. The structure of the formation of professional readiness of future psychologists to work with problem clients is analyzed.

Keywords: professional readiness, future psychologists, problem clients, structure.

Структура професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами це цілісна система, що включає взаємопов'язані компоненти. Основними такими компонентами є: когнітивно-поведінковий, особистісно-орієнтований, комунікативний, інтерактивні технології навчання, рефлексія та критичне мислення, мотиваційна та емоційна готовність.

Когнітивно-поведінковий компонент акцентує взаємозв'язок між думками, почуттями й поведінкою людини та є основою роботи з клієнтами, які мають труднощі з поведінковою регуляцією, низьку самооцінку чи тривожні стани. Дослідники Л. Данилевич, І. Криворучко, Т. Завроцька підкреслюють важливість розвитку у майбутніх психологів рефлексії, здатності до самоконтролю та застосування технік, зокрема когнітивної реструктуризації, що сприяє корекції негативних установок і формуванню адаптивних реакцій [5, 6, 10]. Особлива увага приділяється роботі з дітьми з розладами спектра, клієнтами, схильними до агресії чи соціальної ізоляції, а також особами з девіантною поведінкою, де необхідні навички саморегуляції та вирішення конфліктів. Важливим є формування рефлексивних умінь, що забезпечують емоційну стійкість і профілактику професійного вигорання [8]. Р. Бердо акцентує роль цифрових технологій, які дозволяють майбутнім психологам відпрацьовувати когнітивно-поведінкові методики у віртуальному середовищі [1]. Загалом цей компонент формує здатність майбутніх фахівців підтримувати емоційну стабільність і ефективно працювати з проблемними клієнтами.

Особистісно-орієнтований компонент професійної готовності майбутніх психологів підкреслює значення особистісного розвитку, внутрішньої мотивації, емоційної стабільності та рефлексії. Він спрямований на формування здатності усвідомлювати власні емоції та установки, що є необхідним для ефективної роботи з проблемними клієнтами. Дослідники Р. Бердо, І. Гуляк, А. Іващенко відзначають, що розвиток самоідентифікації, мотиваційної готовності, емоційної стійкості та рефлексивних умінь допомагає психологу зберігати професіоналізм, уникати вигорання й ефективно аналізувати власну діяльність. Важливими є навички саморегуляції, самоконтролю та критичного мислення, які дозволяють конструктивно вирішувати конфліктні ситуації та підтримувати якість допомоги навіть у роботі з клієнтами, схильними до девіантної поведінки. Додатково акцентується на розвитку інтернальності (внутрішнього контролю) та креативності, що сприяє відповідальності, адаптації до непередбачуваних обставин і пошуку нестандартних рішень [1, 8, 15]. Загалом цей компонент формує психологічну стійкість, професійну рефлексію та здатність до творчого підходу у складних умовах взаємодії з клієнтами.

Комунікативний компонент професійної готовності майбутніх психологів охоплює кілька напрямів:

- комунікативна компетентність є ключовою у роботі з проблемними клієнтами, адже передбачає розвиток активного слухання, емпатії та вміння ставити ефективні запитання;

- професійно-комунікативна діяльність реалізується через тренінги, що формують готовність до вирішення конфліктів і подолання стресових ситуацій;

- інтерактивні технології – рольові ігри та практичні вправи сприяють розвитку навичок діалогу, підтримки та адекватного реагування на емоції клієнта;

- психолого-педагогічні умови забезпечують формування внутрішньої готовності до саморозвитку та емоційної саморегуляції;

- особистісні характеристики, зокрема стресостійкість, терпимість і емпатія, є основою ефективної комунікації [2, 3, 7]. Головним завданням цього компоненту є побудова довірливих відносин, адже саме довіра забезпечує прогрес у роботі з проблемними клієнтами.

Інтерактивні технології навчання у формуванні професійної готовності майбутніх психологів охоплюють кілька ключових аспектів:

- формування професійних здібностей – рольові ігри, стимуляції та групова робота сприяють розвитку емпатії, критичного мислення й комунікативних навичок;

- тренінгові технології допомагають формувати професійну культуру, емоційний інтелект і особистісну стійкість;

- адаптація до інклюзивного середовища забезпечується інтерактивними методами, які готують студентів до роботи з дітьми з особливими потребами;

- робота з маргінальними групами здійснюється через інтерактивні вправи, що навчають ефективній взаємодії з клієнтами з девіантною поведінкою;

- симуляційні технології (рольові ігри, кейси) дають змогу здобути практичний досвід і впевненіше діяти в реальних умовах;

- стресостійкість та емоційний самоконтроль розвиваються завдяки інтерактивним методикам, що знижують ризик професійного вигорання [3, 9, 15, 16].

Рефлексія та критичне мислення у формуванні професійної готовності психологів включають:

- рефлексію – механізм саморозвитку, що дозволяє усвідомлено аналізувати власні дії та адекватно сприймати потреби клієнтів, особливо з проблемною або девіантною поведінкою;

- критичне мислення – інструмент аналізу складних ситуацій, що допомагає уникати поспішних висновків і приймати зважені рішення при роботі з проблемними клієнтами;

- розвиток рефлексивних навичок через самоспостереження та самооцінку дозволяє адаптуватися до непередбачуваних ситуацій у професійній діяльності;

- інтерактивні технології (рольові ігри, симуляції) сприяють розвитку рефлексії та критичного мислення, готуючи студентів до роботи з клієнтами, що потребують уважного підходу;

- професійна рефлексія у роботі з маргінальними групами допомагає адаптувати підхід до соціокультурних особливостей клієнтів та забезпечує гнучку індивідуальну роботу [5, 8, 14, 16].

Мотиваційна та емоційна готовність майбутніх психологів включає:

- мотиваційну готовність – внутрішня мотивація сприяє емпатії, терпимості та ефективній роботі з проблемними клієнтами;

- сенсожиттєві орієнтації – орієнтація на саморозвиток підвищує залучення в навчання та професійну діяльність;

- емоційна готовність – розвиток емоційного інтелекту дозволяє управляти власними емоціями та підтримувати клієнтів, знижуючи ризик вигорання;

- копінг-стратегії та мотиваційні чинники – адаптація підходів до проблемних клієнтів із збереженням мотивації та стресостійкості;

- емоційну стійкість – дозволяє ефективно працювати в складних ситуаціях, підтримувати професіоналізм і розвивати емпатію;

- психолого-педагогічний компонент – стримує інтерес до професії та підтримує мотивацію через дистанційне навчання [4, 5, 11-13].

Висновки. Формування професійної готовності майбутніх психологів до роботи з проблемними клієнтами є багатокомпонентною системою, що охоплює когнітивно-поведінковий, особистісно-орієнтований, комунікативний, інтерактивний, рефлексивний та мотиваційно-емоційний компоненти. Комплексний підхід до формування професійної готовності забезпечує підвищення компетентності, стресостійкості та здатності до ефективної взаємодії з проблемними клієнтами.

ЛІТЕРАТУРА:

1. (2). БЕРДО, Р. С. Концептуальні засади використання інформаційних технологій в процесі формування готовності майбутнього психолога до професійної самоідентифікації. 2020.
2. (3). БЛОКІНЬ, А. А. Психологічні особливості комунікативної компетенції майбутніх психологів із різною самооцінкою. 2024.
3. (4). БЛІНОВСЬКА, Владислава Сергіївна. Підготовка майбутніх бакалаврів з практичної психології до професійно-комунікативної діяльності. 2020.
4. (8). ГУЛЯК, Ірина Романівна. Мотиваційна готовність майбутніх психологів до роботи з дітьми з розладами аутистичного спектра: кваліфікаційна робота магістра: 053 Психологія/І.Р.Гуляк; Хмельниц.нац.ун-т. – Хмельницький, 2021. – 85с.
5. (9). ДАНИЛЕВИЧ, Лариса. ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНОГО САМОРОЗВИТКУ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ. Вчені записки Університету «КРОК», 2024, 1 (73): 227-233.
6. (13). ЗАВРОЦЬКА, Тамара Аділівна. Готовність майбутніх психологів до роботи в реабілітаційних установах. 2022.
- 7 (14). ІВАНОВ, Євген Олександрович. ФОРМУВАННЯ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ. In: The 5 th International scientific and practical conference “Current challenges of science and education”(January 15-17, 2024) MDPC Publishing, Berlin, Germany. 2024. 612 p. 2024. p. 37.
8. (15). ІВАЩЕНКО, Альона Ігорівна. Професійна рефлексія як механізм саморозвитку майбутніх психологів. 2020. PhD Thesis.
9. (16). КАЛИНОВСЬКА, ІРИНА СЕРГІЇВНА. Підготовка майбутніх практичних психологів до роботи в умовах інклюзивного навчання учнів загальноосвітніх навчальних закладів. 2020. PhD Thesis. Умань, 2020.
10. (19). КРИВОРУЧКО, Ірина Яківна. Психологічні особливості готовності майбутніх психологів-консультантів до професійної діяльності. 2021.
11. (22). ЛУЦИК, Галина. КОПІНГ-ПОВЕДІНКА ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО РОБОТИ З ПІДЛІТКАМИ-ДЕВІАНТАМИ. Наукові перспективи (Naukovі perspektivi), 2023, 12 (42).
12. (23). ЛУЦИК, Галина Олександрівна. Педагогічні умови формування готовності майбутніх психологів до роботи з підлітками, схильними до девіантної поведінки. Збірник наукових праць «Педагогічні науки», 2020, 93: 94-99.
13. (24). ЛУЦИК, Галина. Розвиток професійного мислення майбутніх психологів в процесі підготовки до роботи з підлітками-девіантами в умовах дистанційного навчання. Scientific Collection «InterConf», 2022, 134: 177-180.
14. (25). ЛУЦИК, Галина. РОЛЬ КРИТИЧНОГО МИСЛЕННЯ У ФОРМУВАННІ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО РОБОТИ ЗІ СХИЛЬНИМИ ДО ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКАМИ. Scientific Collection «InterConf», 2022, 118: 141-145.
15. (28). МОРОЗ, Л.; ДІХТЯРЕНКО, С. ОСОБИСТІСНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ ДО ЗДІЙСНЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КАР'ЄРИ. Вісник Національного університету оборони України, 2022, 89-98.

16 (36). СТЕПАНЕНКО, Людмила Михайлівна. Теорія і методика професійної підготовки майбутніх психологів до взаємодії з маргінальними соціальними групами. 2020. PhD Thesis.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

УДК 159.922.7:159.942

Короленко Н.В.

СИСТЕМА ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗАСОБІВ ЕМОЦІЙНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ ПІДЛІТКІВ

Емоційна регуляція у підлітковому віці розглядається як ключовий психологічний механізм, що забезпечує адаптацію до швидких соціальних і внутрішніх змін. Недостатність сформованих навичок регуляції пов'язана з підвищеним рівнем психологічного дистресу, проявами тривожності, емоційної нестійкості та зниженням рівня психічного здоров'я. Сучасні дослідження вказують на взаємозв'язок між емоційною регуляцією та здатністю підлітків долати стресові ситуації, підтримувати позитивні соціальні контакти й формувати адекватну самооцінку. Теоретичні й емпіричні роботи українських і зарубіжних науковців дозволяють окреслити чинники, що впливають на розвиток емоційної регуляції, та визначити ефективні напрями психологічної підтримки.

Ключові слова: емоційна регуляція, емоційний інтелект, підлітковий вік, психологічний дистрес, психічне здоров'я.

Emotional regulation in adolescence is considered a key psychological mechanism that ensures adaptation to rapid social and internal changes. Insufficiently developed regulation skills are associated with increased levels of psychological distress, manifestations of anxiety, emotional instability, and a decline in mental health. Contemporary research indicates a relationship between emotional regulation and adolescents' ability to cope with stressful situations, maintain positive social contacts, and develop adequate self-esteem. Theoretical and empirical studies by Ukrainian and international scholars make it possible to outline the factors influencing the development of emotional regulation and to identify effective directions for psychological support.

Keywords: emotional regulation, emotional intelligence, adolescence, psychological distress, mental health.

Актуальність дослідження емоційної регуляції підлітків зумовлена зростанням кількості стресових чинників у сучасному суспільстві, що безпосередньо впливають на психічне здоров'я молоді. Період підлітка є

критичним для становлення емоційної сфери, адже саме в цей час закладаються стратегії саморегуляції, які визначають подальший особистісний розвиток та соціальну адаптацію.

Емоційна регуляція визначається як здатність усвідомлювати, контролювати та доцільно виражати власні емоційні стани, зберігаючи при цьому ефективність діяльності й гармонійність міжособистісних взаємин. Тісно пов'язане з цим поняття — емоційний інтелект, який охоплює навички розпізнавання емоцій, керування ними та використання емоцій у процесі мислення і спілкування. Недостатність розвитку цих механізмів може призводити до психологічного дистресу, що проявляється у вигляді тривоги, депресивних станів чи поведінкових труднощів.

Аналіз наукових публікацій. У нашому дослідженні ми виходили з розуміння того, що емоційна регуляція підлітка є багатовимірним процесом, який поєднує когнітивні, афективні й поведінкові складові. Це положення підтверджується аналізом теоретичних робіт. С. В. Марчук підкреслює, що емоційний інтелект доцільно трактувати не лише як здатність ідентифікувати й вербалізувати власні почуття, а як інтегральний показник психологічної зрілості особистості [2, с. 21]. Ми розглядаємо його концепцію як підґрунтя для пояснення механізмів, що забезпечують перехід від імпульсивних реакцій до свідомого самоконтролю. Саме ці механізми формують здатність підлітка адаптуватися до вимог середовища і підтримувати стійкі соціальні зв'язки.

Погляди Р. В. Павелківа дають змогу уточнити, чому підлітковий період вважається критичним етапом становлення емоційної сфери. Автор систематизує закономірності розвитку і підкреслює, що саме у цей час відбувається якісна перебудова психіки, у результаті якої емоційна сфера набуває більшої усвідомленості та диференційованості [4, с. 312]. Ми вважаємо, що ці зміни є визначальними для здатності особистості встановлювати баланс між внутрішніми переживаннями та зовнішніми вимогами.

Узагальнюючи дані емпіричних досліджень, А. В. Макарова наголошує на доцільності використання проєктивних методик для діагностики емоційної сфери підлітків [1, с. 87]. Отримані нею результати дозволяють виявити ті аспекти внутрішніх переживань, які залишаються прихованими під час застосування стандартних анкетних опитувальників. Ми використовували її підхід для перевірки того, наскільки проєктивні методики допомагають розкрити глибинні особливості емоційної регуляції, що часто не усвідомлюються самими підлітками.

Зіставлення цих положень з аналізом Б. В. Присяжнюка підтвердило нашу думку, що рівень сформованості емоційно-почуттєвої сфери безпосередньо впливає на якість навчальної діяльності та міжособистісного спілкування [3, с. 1658]. Ми виходимо з того, що саме нерозвиненість цих механізмів ускладнює соціальну адаптацію, знижує толерантність до стресових ситуацій і посилює ризик конфліктів.

Емоційна регуляція в підлітковому віці не може бути пояснена виключно з позицій когнітивного контролю або афективної чутливості. Нами підтверджено, що вона формується на перетині особистісних властивостей, які описав Марчук, вікових закономірностей, окреслених Павелківим, а також емоційного досвіду, який діагностував Макарова й пов'язав із рівнем адаптивності Присяжнюк. Ця інтеграція дозволяє нам трактувати емоційну регуляцію як багаторівневу систему, що визначає не тільки індивідуальний стиль реагування, а й загальну здатність до збереження психічного здоров'я.

Практичний вимір формування емоційного інтелекту підлітків переконливо описаний у працях Б. В. Присяжнюка. Дослідник підкреслює, що нерівномірність розвитку емоційно-почуттєвої сфери безпосередньо впливає на якість навчальної діяльності та взаємини в колективі [3, с. 1657]. Розвиток емоційного інтелекту у цьому віці доцільно розглядати не як побічний продукт навчання, а як свідому й цілеспрямовану роботу з підлітком. Присяжнюк наголошує, що ефективність психокорекційних практик зростає за умови включення вправ на усвідомлення й вираження емоцій у навчальний процес [3, с. 1659]. Цей підхід дозволяє сформулювати здатність регулювати власні емоційні стани й водночас краще розуміти переживання однолітків.

Проблематика психологічного благополуччя підлітків пов'язана з цілою низкою чинників, серед яких важливе місце посідають соціальне середовище та досвід травматизації. Дослідження О. М. Немеша показує, що у підлітків, які перебувають у зоні воєнного конфлікту, ризик розвитку посттравматичного стресового розладу надзвичайно високий [9, с. 78]. Це супроводжується значним зниженням здатності до емоційної регуляції, виникненням тривожних і депресивних станів. Аналіз результатів підтверджує, що саме травматичний досвід стає одним із ключових чинників, які визначають рівень психологічного благополуччя. У більш сприятливих умовах, за даними інших дослідників (Козельський, Кулешова), стрижневим фактором є підтримка з боку сім'ї й ровесників, що створює передумови для позитивного розвитку емоційної сфери. Тож, благополуччя постає як результат взаємодії внутрішніх ресурсів і зовнішніх впливів.

Зарубіжні дослідження дають ширший контекст для розуміння зв'язку дистресу з емоційною регуляцією. Метааналіз S. Segerstrom і G. Miller узагальнює тридцятирічний досвід і доводить, що тривалий психологічний стрес суттєво послаблює імунну систему [12, с. 602]. Біологічний вимір цієї проблеми демонструє, що емоційна регуляція не може розглядатися виключно у психологічних межах. А. Drapeau з колегами звертають увагу на епідеміологічні аспекти поширення дистресу, окреслюючи соціальні та демографічні фактори його інтенсивності [10, с. 110]. Паралельно дослідження N. Hill показує, що навіть у дорослих групах ризик дистресу

значною мірою визначається психосоціальними умовами, такими як перевантаження чи відсутність підтримки [11, с. 609].

Сучасні праці розкривають також біологічні механізми зв'язку дистресу й емоційної регуляції. У систематичному огляді Y. Zhu та L. Kubzansky узагальнено дані про метаболічні маркери тривожності й посттравматичного стресового розладу [13]. Дослідження M. Bot та колег підтверджують цей напрям, показуючи, що депресивні стани мають виразні метаболічні профілі [14, с. 448]. Біохімічні показники у цьому контексті є не лише діагностичними маркерами, а й важливим підтвердженням того, що дистрес впливає на організм комплексно.

Аналіз літератури дозволив нам виділити кілька основних наукових підходів до вивчення емоційної регуляції підлітків. Теоретичні концепції розглядають її як інтегративну здатність, що поєднує когнітивні й афективні процеси та визначає рівень психологічної зрілості [2; 4]. У практичному вимірі наголошується на необхідності спеціально організованих програм і вправ, спрямованих на розвиток емоційного інтелекту [3].

Виявлено тісний зв'язок між розвитком емоційної регуляції та станом психічного і фізичного здоров'я. Дослідження підтверджують, що низький рівень емоційного інтелекту асоціюється з високою ймовірністю виникнення тривожних і депресивних станів [9], тоді як хронічний стрес здатний впливати навіть на функціонування імунної системи [12]. Зарубіжні роботи демонструють, що дистрес має не лише психологічний, а й біологічний вимір, відображений у метаболічних профілях та біохімічних маркерах [13; 14].

Перспективи подальших досліджень ми вбачаємо у поєднанні психологічних і біологічних підходів. Це дозволить глибше розкрити механізми впливу дистресу на підлітковий організм і створити більш ефективні стратегії психопрофілактики. Значущим напрямом є також вивчення чинників соціального середовища, які підтримують розвиток емоційної регуляції й знижують ризик посттравматичних розладів [6; 9].

Висновки. Здійснене дослідження показало, що емоційна регуляція підлітків є багаторівневим феноменом, який поєднує когнітивні, емоційні та соціальні складові. Вона визначає здатність особистості зберігати внутрішню рівновагу, протидіяти стресу та формувати адекватні моделі поведінки. Теоретичні та емпіричні узагальнення доводять, що емоційний інтелект виступає ключовим предиктором психологічного благополуччя й адаптації.

Практичне значення отриманих висновків полягає у можливості їх використання в роботі практичних психологів. Знання про чинники, що підсилюють або послаблюють емоційну регуляцію, відкриває можливості для розробки корекційних програм, спрямованих на підвищення стресостійкості, профілактику емоційних порушень і зміцнення психічного здоров'я підлітків [5; 7; 9].

ЛІТЕРАТУРА:

1. Макарова А. В. Дослідження емоційної сфери підлітків за допомогою проєктивних методик. *Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців : тези доп. XII Всеукр. наук.-практ. конф.* (Хмельницький, 18 квіт. 2024). С. 86–90.
2. Марчук С. В. Теоретичний аналіз поняття емоційного інтелекту в психології. *Науковий вісник Ужгород. нац. ун-ту. Серія : Психологія*. 2022. № 3. С. 20–23.
3. Присяжнюк Б. В. Психологічні особливості розвитку емоційно-почуттєвої сфери у дітей підліткового віку. *Наукові перспективи*. 2024. № 5 (47). С. 1653–1663.
4. Павелків Р. В. Вікова психологія : підручник. Київ : Кондор, 2021. 468 с.
5. Алексєєва Т. В. Психологічні фактори та прояви процесу адаптації студентів до навчання у вищому навчальному закладі : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Київ, 2022. 220 с.
6. Берегова О. В., Коваль К. І. Діагностика та корекція посттравматичного стресового розладу у жителів країни, що перебуває у стані військового конфлікту. *Габітус*. 2022. Вип. 42. С. 113–118.
7. Боброва Р. В. Я-концепція як психологічний чинник суб'єктивного благополуччя підлітків : кваліфікац. робота. Кривий Ріг : КДПУ, 2022. – 135 с.
8. Бойко І. І. Соціально-психологічна адаптація підлітка до нових умов навчання : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2021. 221 с.
9. Немеш О. М. Психологічні особливості посттравматичного стресового розладу у підлітків України в умовах воєнного конфлікту. *Вісник післядипломної освіти*. 2022. № 15. С. 77–84.
10. Drapeau A., Marchand A., Beaulieu-Prévost D. Epidemiology of psychological distress. *Mental Illnesses – Understanding, Prediction and Control* / L. L'Abate (Ed.). – Rijeka : InTech, 2012. P. 105–134.
11. Hill N. T. M., Bailey E., Benson R. та ін. Mental health of mental health researchers: career stage, psychological distress and psychosocial risk factors. *Journal of Mental Health*. 2020. Vol. 29 (6). P. 606–612.
12. Segerstrom S. C., Miller G. E. Psychological stress and the human immune system: a meta-analytic study of 30 years of inquiry. *Psychological Bulletin*. 2004. Vol. 130 (4). P. 601–630.
13. Zhu Y., Kubzansky L. D. Psychological distress and metabolomic markers: systematic review of PTSD, anxiety and subclinical distress. *Translational Psychiatry*. 2021. Vol. 11 (1). P. 1–14.
14. Bot M., Milaneschi Y., Al-Shehri T., et al. Metabolomic markers of depression: findings from the Netherlands Study of Depression and Anxiety. *Biological Psychiatry*. 2020. Vol. 87 (5). P. 445–456.
15. Kalin N. H. The critical relationship between anxiety and depression. *American Journal of Psychiatry*. 2020. Vol. 177 (5). P. 365–367.

Науковий керівник **докторка психологічних наук, професорка**
Коллі-Шамне А.В.

ПІДТРИМКА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ: ШЛЯХИ ВІДНОВЛЕННЯ ЧЕРЕЗ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВУ ТЕРАПІЮ

У статті аналізується роль когнітивно-поведінкової терапії у підтримці психологічного благополуччя внутрішньо переміщених осіб. Зокрема досліджується вплив вимушеного переміщення на внутрішній світ людини, формування психологічних травм та створення перешкод до адаптації. Додатково розглядаються методи когнітивно-поведінкової терапії як ефективного інструменту для відновлення контролю над власними думками, емоціями та поведінкою, а також для подолання стресу та травматичного досвіду.

Ключові слова: внутрішньо переміщені особи, психологічне благополуччя, когнітивно-поведінкова терапія, адаптація, стрес, травма.

The article analyzes the role of cognitive-behavioral therapy in supporting the psychological well-being of internally displaced persons. In particular, it examines the impact of forced displacement on a person's inner world, the formation of psychological trauma, and the creation of obstacles to adaptation. Additionally, the methods of cognitive-behavioral therapy are considered as an effective tool for restoring control over one's thoughts, emotions, and behavior, as well as for overcoming stress and traumatic experiences.

Key words: internally displaced persons, psychological well-being, cognitive-behavioral therapy, adaptation, stress, trauma.

В умовах сьогодення у зв'язку із триваючою збройною агресією російської федерації значна кількість громадян України вимушена залишити свої домівки. Внутрішньо-переміщені особи стикаються із рядом проблемних питань, зокрема із втратою стабільності, страждань, що пов'язані із розривом соціальних зв'язків, почуттям безпорадності та тривожністю. Такі обставини створюють суттєві перешкоди для адаптації таких осіб до нового середовища, підвищують ризик депресивних станів, тощо.

За даними Міжнародної організації з міграції, в Україні у період з 24.02.2022 по сьогоденні нараховується понад 4,5 мільйони внутрішньо-переміщених осіб, що в першу чергу вказує зростання кількості таких осіб та на важливість здійснення їх комплексної психологічної підтримки та супроводу, що має позитивно сприяти подальшій адаптації такої категорії осіб у соціумі.

Одним із ефективних методів, що дозволяє працювати із негативними емоційними реакціями, поведінковими стереотипами, що сформовані внаслідок травматичного досвіду є когнітивно-поведінкова терапія, яка відноситься до форми психотерапії, що поєднує когнітивну та поведінкову терапії. Вона зосереджена на вирішенні конкретних поточних проблем і знаходженні рішень для них, а також допомагає людям зрозуміти, як їхні думки, почуття та поведінка взаємопов'язані, і як ці зв'язки можуть впливати на їхнє благополуччя.

Як зазначено у рекомендаціях Всесвітньої організації охорони здоров'я та публікаціях А.Бека [1] зазначено, що одним із найкращих способів боротьби із наслідками травми є активна терапія, зокрема більш ефективною стала саме когнітивно-поведінкова терапія. За своїм принципом така терапія не просто поверхнево пропрацьовує травму, а навпаки більш поглиблено допомагає людям зрозуміти себе, думки та вплив таких думок на почуття та поведінку. Попри значну кількість публікацій на цю тему, досі існує нагальна потреба у розробці конкретних, адаптованих програм для тих, хто був змушений залишити свій дім. Саме тому наша робота є надзвичайно актуальною.

Метою дослідження є не просто вивчення, а демонстрація того, як когнітивно-поведінкова терапія може стати інструментом, що допоможе внутрішньо-переміщеним особам відновитись у морально-психологічному значенні та почувати себе впевнено для того, аби продовжити жити. Для цього були визначені такі завдання:

1. Зануритися в глибину психологічних проблем, з якими стикаються внутрішньо-переміщені особи.
2. Розкрити суть когнітивно-поведінкової терапії, показавши, чому цей підхід є таким потужним у боротьбі з травмою.
3. Описати, як практичні техніки когнітивно-поведінкової терапії можуть стати реальними інструментами для повернення контролю над життям.
4. Визначити, як інтегрувати ці знання в реальні програми, щоб вони могли принести максимальну користь.

Когнітивно-поведінкова терапія — це не магія, а наука, що допомагає людині стати архітектором власного внутрішнього світу. Вона вчить, що наші думки — це не завжди правда. Наприклад, думка «Я ніколи не зможу знайти роботу» — це не факт, а лише негативна думка, яка блокує енергію. Когнітивно-поведінкова терапія допомагає її «зловити», проаналізувати та замінити на більш реалістичну, наприклад, «Я зараз в складній ситуації, але я зроблю крок за кроком, щоб знайти нову роботу».

У роботі з внутрішньо-переміщеним особам ми використовуємо такі інструменти:

- Когнітивна реструктуризація: Ми вчимо людей сумніватися у своїх страхах. Ми допомагаємо їм побачити, що думка «Світ небезпечний»

може бути лише наслідком травми, а не об'єктивною реальністю. Ми шукаємо разом з ними докази того, що у світі є і добро, і допомога.

- Поведінкова активація: Коли депресія паралізує, ми допомагаємо зробити перший, найважчий крок. Це може бути просто коротка прогулянка, дзвінок другу чи навіть одна випита чашка кави з усвідомленням моменту. Цей крок за кроком дозволяє повернути енергію та віру в себе.
- Експозиційна терапія: Для тих, хто пережив найстрашніше, ми створюємо безпечний простір, де можна зустрітися зі своїм страхом. Це може бути робота з тригерами, що нагадують про травму, щоб з часом їхня сила згасала, і вони переставали керувати життям людини.

Кожен сеанс — це крок до свободи, крок до повернення власного «Я», яке було загублене в хаосі війни.

Використання когнітивно-поведінкової терапії — це не просто лікування. Це інвестиція в майбутнє України, у її найцінніший ресурс — людей. Завдяки цій терапії внутрішньо-переміщені особи отримують не лише психологічне полегшення, а й внутрішню стійкість, яка дозволить їм відбудовувати своє життя.

Наші перспективи — це не лише наукові розвідки. Це конкретні кроки:

- Створення спеціалізованих програм для дітей, підлітків, літніх людей, що враховуватимуть їхній унікальний досвід.
- Інтеграція когнітивно-поведінкової терапії у систему державної допомоги, щоб вона була доступною для кожного, хто її потребує.
- Використання інноваційних технологій, таких як онлайн-терапія та мобільні додатки, щоб допомога була завжди під рукою.

Ми віримо, що зцілення можливе. Ми віримо, що найглибші рани можуть загоїтися. І когнітивно-поведінкова терапія — це той ключ, який відчинить двері до нового, більш сильного та наповненого життя для всіх, хто пережив вимушене переселення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бек А. Когнитивная терапия: Полное руководство. Москва: Независимая фирма «Класс», 2006. 293 с.
2. Hofmann S.G., Asnaani A., Vonk I.J., Sawyer A.T., Fang A. The Efficacy of Cognitive Behavioral Therapy: A Review of Meta-analyses. *Cognitive Therapy and Research*, 2012. 346 с.
3. WHO. Mental health and psychosocial support for refugees, asylum seekers and migrants on the move in Europe: A multi-agency guidance note. Geneva: World Health Organization, 2015. 279 с.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Дементьєва К.Г.

РОЛЬ СТРЕСУ В ПАТОГЕНЕЗІ ПСИХОСОМАТИЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ.

У статті досліджується роль стресу як тригерів розвитку психосоматичних порушень. На основі емпіричного дослідження, проведеного серед 34 респондентів, проаналізовано рівень стресу, емоційні порушення, соматичні симптоми та характерологічні особливості. Використано шкали Холмса і Рея, PSS-10, SSS-8, DASS-21, анкету О. Чабана та О. Хаустова, а також методику Леонгарда–Шмішека. Встановлено, що стресові події з високим стресогенним потенціалом суттєво впливають на розвиток психосоматичних симптомів, особливо у осіб з емоційною вразливістю та акцентуйованими рисами характеру.

Ключові слова: стрес, психосоматичні захворювання, акцентуації характеру, емоційне напруження.

The article explores the role of stress as triggers in the development of psychosomatic disorders. Based on an empirical study conducted among 34 respondents, the research analyzes stress levels, emotional disturbances, somatic symptoms, and characterological traits. The study utilized the Holmes and Rahe Stress Scale, the Perceived Stress Scale (PSS-10), the Somatic Symptom Scale (SSS-8), the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21), the questionnaire by O. Chaban and O. Khaustova and the Leonhard–Schmieschek Character Accentuation Inventory. The findings indicate that life events with high stressogenic potential significantly affect the development of psychosomatic symptoms, particularly among individuals with emotional vulnerability and accentuated personality traits.

Keywords: stress, psychosomatic disorders, character accentuations, emotional tension.

Психосоматичні захворювання є результатом складної взаємодії психологічних, соціальних та біологічних чинників. Одним із ключових тригерів таких порушень є стрес, які викликають емоційне напруження, порушення адаптації та соматичні реакції. Теорія стресу Г. Сельє, а також дослідження Р. Лазаруса, підкреслюють, що суб'єктивна оцінка події визначає, чи стане вона стресогенною. У теперішніх умовах роль хронічного стресу у виникненні соматичних симптомів набуває особливого значення.

Метою даної роботи є дослідження рівня і стресу і впливу життєвих подій на розвиток психосоматичних проявів, симптомів у різних груп респондентів на основі емпіричних даних.

Методика дослідження. У дослідженні взяли участь 34 респонденти віком від 15 до 59 років. Для збору даних використано такі

психодіагностичні методики: шкала соціальної адаптації Холмса і Рея — для оцінки стресогенності життєвих подій, PSS-10 (Ш. Коен) — для вимірювання суб'єктивного сприйняття стресу, SSS-8 — для оцінки соматичних симптомів, DASS-21 — для визначення рівня депресії, тривоги та стресу, анкета О.Чабана О.Хаустова — для виявлення психосоматичних розладів та методика Леонгарда–Шмішека (модифікація М.Вігдорчика) — для оцінки акцентуацій характеру.

Результати дослідження Найбільші вікові групи – 26–35 років (32%) та 36–45 років (35%). Щодо сімейного стану, переважали одружені/заміжні (47%) та неодружені/незаміжні (44%). Рівень освіти в більшості високий: 64% мають ступінь магістра або спеціаліста, ще 15% – бакалавра. За сферою зайнятості найбільше представлено державну службу (38%) та військову/правоохоронну сферу (32%). Більшість респондентів проживають у місті (71%).

Аналіз отриманих даних виявив такі основні тенденції, що найбільшу вагу для респондентів мали такі події: власна серйозна хвороба (29%), значні зміни у життєвих умовах (35%), зміни в умовах роботи (32%) та фінансові труднощі (20%). Це свідчить про високу чутливість до факторів, пов'язаних із безпекою та стабільністю.

Аналіз рівня стресу показав, що за шкалою Холмса і Рея у 59% респондентів він був низьким, у 35% – помірним і лише у 6% – високим. За шкалою сприйняття стресу PSS-10 у більшості учасників він був помірним (56%), низьким – у 41%, високим – у 3%. Рівень соматичних проявів за SSS-8 коливався від мінімального до дуже високого: мінімальний – у 12%, низький – у 26%, середній – у 23%, високий – у 21% і дуже високий – у 18% респондентів. Анкета О. Чабана та О. Хаустової показала наявність психосоматичних розладів у 71% учасників. За шкалою DASS-21 найбільш вираженими були депресія середнього рівня (44%) та тривожність середнього і високого рівнів (59%), тоді як за шкалою стресу у більшості респондентів спостерігалася норма (53%).

Детальний аналіз за методикою К. Леонгарда та Г. Шмішека в модифікації М. Вігдорчика показав, що високий рівень стресу корелює з певними типами акцентуацій характеру. У респондентів з одночасно високими показниками стресу та психосоматичних симптомів найчастіше спостерігалися емотивність, тривожність, дистимія, циклотимність, застрягання та педантичність, що свідчить про підвищену емоційну чутливість і вразливість до психогенних впливів. Натомість у групі респондентів з високим стресом, але низькими психосоматичними проявами, переважала гіпертимність, що може виконувати захисну функцію: висока енергійність, оптимізм та активні копінг-стратегії допомагають запобігати соматизації. Додатково фактори, як інтроверсія, екзальтованість та демонстративність, впливали на спосіб репортованості симптомів та реактивність на стресори.

Найбільш вираженими акцентуаціями характеру є тривожність, емотивність, екзальтованість, інтроверсія, застрягання які посилюють реакцію на стресори та сприяють соматизації.

Ці результати свідчать про суттєвий вплив життєвих подій на психоемоційний стан та соматичне здоров'я, особливо у осіб з підвищеною емоційною чутливістю.

Обговорення. Результати дослідження свідчать, що рівень стресу та психосоматичні прояви не завжди збігаються. Частина респондентів мала високі показники стресу за шкалами Холмса і Рея та PSS-10, але низькі значення соматичних симптомів (SSS-8, анкета Чабана). Це узгоджується з попередніми дослідженнями, які показують, що вплив стресу на фізичний стан залежить не лише від інтенсивності життєвих подій, а й від індивідуальних особливостей особистості, стратегії копіngu та соціальної підтримки.

Аналіз за методикою Леонгарда–Шмішека (модифікація Вігдорчика) показав, що типи акцентуацій характеру відіграють ключову роль у формуванні психосоматичних симптомів. Зокрема, високі показники емотивності, тривожності, дистимії, циклотимності, застрягання та педантичності пов'язані з підвищеним рівнем соматизації, тоді як гіпертимність і активні копіng-стратегії сприяють зниженню психосоматичних проявів навіть при високому стресі. Ці результати підтверджують, що особистісні риси можуть виступати як чинники ризику або захисні фактори у розвитку психосоматичних порушень.

Розбіжності між суб'єктивним сприйняттям стресу та соматичними проявами можна пояснити також часовим аспектом: соматичні симптоми можуть виникати із запізненням після стресової події. Додатково, інтроверсія, екзальтованість і демонстративність впливають на спосіб самозвіту респондентів, що може пояснювати, чому деякі особи з високим стресом не виявляють явних психосоматичних симптомів у анкетах.

Отримані дані підкреслюють важливість інтегрованого підходу до оцінки впливу стресу на психосоматичний стан, що включає не лише інтенсивність життєвих подій і суб'єктивне сприйняття стресу, а й особистісні особливості респондента. Практичне значення полягає в тому, що профілактика психосоматичних розладів повинна включати як зниження стресових факторів, так і роботу з особистісними рисами, розвиток адаптивних стратегій подолання стресу та зміцнення психологічної стійкості.

Дані також підтверджують необхідність індивідуального підходу: особи з високою емоційною вразливістю або акцентуованими рисами, які підвищують ризик соматизації, можуть потребувати більш інтенсивних психопрофілактичних заходів, тоді як гіпертимні особи демонструють природну резильєнтність і меншу схильність до розвитку психосоматичних симптомів.

Таким чином, результати дослідження узгоджуються з концепцією Г. Сельє про універсальну реакцію організму на стрес (загальний адаптаційний синдром), але доповнюють її сучасним уявленням про роль особистісних детермінантів у модифікації реакції на стрес.

Висновки

Життєві події з високим стресогенним потенціалом є значущими тригерами розвитку психосоматичних порушень.

Понад 70% респондентів мають ознаки психосоматичних розладів, що корелює з рівнем стресу та емоційного напруження.

Найпоширенішими соматичними симптомами є головний біль, серцебиття, м'язова напруга та порушення сну.

Професійна діяльність у стресогенних умовах (зокрема в державній службі або військовій сфері) не знижує, а навпаки — підвищує ризик розвитку психосоматичних розладів.

Акцентуації характеру, зокрема тривожність, емотивність та інтроверсія, посилюють реакцію на життєві стресори та підвищують ризик соматизації.

Гіпертимність і активні копінг-стратегії можуть виконувати захисну функцію, знижуючи прояви психосоматичних розладів навіть при високому стресі.

У досліджуваній вибірці більшість респондентів мали помірний або високий рівень стресу, проте не завжди це супроводжувалося розвитком психосоматичних симптомів, що свідчить про важливу роль індивідуальних особистісних факторів.

Психосоматичні прояви корелюють із певними типами акцентуацій характеру за методикою Леонгарда–Шмішека (модифікація Вігдорчика):

Розбіжності між рівнем стресу і соматичними проявами можуть пояснюватися часовими затримками, різною чутливістю до стресорів та особливостями самозвітності респондентів (наприклад, інтроверсія чи демонстративність).

Отримані дані підтверджують, що для профілактики та корекції психосоматичних розладів необхідний інтегрований підхід, який враховує: рівень та характер стресових подій; суб'єктивне сприйняття стресу; особистісні риси та типи акцентуацій характеру; розвиток адаптивних стратегій подолання стресу.

Практично, результати дослідження вказують на потребу індивідуалізації психопрофілактичних заходів: особи з високою емоційною вразливістю або акцентуйованими рисами характеру потребують більш активного психологічного супроводу, тоді як гіпертимні особи демонструють природну стійкість до психосоматичних проявів.

Отримані результати підкреслюють необхідність систематичної психологічної підтримки та профілактичної роботи з особами, які перебувають у групах ризику.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Антоновський, А. (2001). *Розкрити таємницю здоров'я: Як люди справляються зі стресом і не хворіють*. Київ: Світ.
2. Вігдорчик М.І. (1980). «Модифікація методики акцентуацій характеру Леонгарда–Шмішека».
3. Кузнецова, О. В., Пшенична, Н. О. (2021). Взаємозв'язок емоційної напруги та соматичних симптомів у пацієнтів із психосоматичними розладами. *Український вісник психоневрології*, 29(1), 50–54.
4. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
5. Міністерство охорони здоров'я України. (2021). *Національний підхід до психічного здоров'я та психосоціальної підтримки*. Київ: МОЗ України. Доступно за посиланням: <https://moz.gov.ua>
6. Segerstrom, S. C., & Miller, G. E. (2004). Psychological stress and the human immune system: A meta-analytic study of 30 years of inquiry. *Psychological Bulletin*, 130(4), 601–630.
7. Скіндер-Влас Є. (упоряд.). *Анатомія стресу. Ганс Сельє та послідовники*. Київ: Видавництво дім МЕДКНИГА. 2024. 312 с.
8. Чабан, О. С., Хаустова, О. О. (2020). *Психосоматичні розлади: клініка, діагностика, терапія*. Київ: Медінформ.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка
Шелестова О.В.

УДК 364.2

Кукіль Т.О.

СОЦІАЛЬНА ІНТЕГРАЦІЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ: ЛОКАЛЬНИЙ КОНТЕКСТ

У статті розглянуто практичний аспект соціальної інтеграції внутрішньо переміщених осіб в умовах воєнного стану на місцевому (локальному) рівні. Доведено, що соціальні ініціативи в просторі територіальних громад не лише допомагатимуть внутрішньо-переміщеним особам та членам їхніх родин, але й сприятимуть соціальній згуртованості та зростанню внутрішнього потенціалу громади.

Ключові слова: соціальна інтеграція, воєнний стан, територіальна громада, соціальна проблема, локальний рівень, внутрішня міграція.

The article examines the practical aspect of social integration of internally displaced persons under martial law at the local level. It is proven that social initiatives in the space of territorial communities will not only help internally displaced persons and their family members, but also contribute to social cohesion and the growth of the internal potential of the community.

Keywords: social integration, martial law, territorial community, social problem, local level. internal migration.

Постановка проблеми. Як відомо, воєнний стан у будь-якій країні спричиняє значні демографічні зміни, зокрема збільшення кількості внутрішньо переміщених осіб (ВПО). Значна кількість людей змушена залишити свої домівки через безпекові загрози, руйнування житла, інфраструктури та відсутність основних засобів для існування. В результаті внутрішня міграція призводить до зосередження ВПО в певних регіонах, що створює додаткове навантаження на місцеві громади, систему соціального забезпечення, ринок праці тощо. Як наслідок військової збройної агресії російської федерації, Україна вдруге в своїй новітній історії (після аварії на ЧАЕС у 1986 році) зіткнулася з масовим переселенням людей із небезпечних регіонів країни до більш придатних у безпековому сенсі для подальшого життя. Соціальна інтеграція в новий соціальний простір є головною проблемою ВПО через надзвичайно чутливу вразливість цієї категорії населення як з боку вітчизняного законодавства, так і з боку приймаючої місцевої громади.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика соціальної інтеграції українців у новий соціальний простір знайшла відображення в роботах таких вітчизняних дослідників, як О. Бачинська, А. Гоць, Г. Кучер, І. Нестайко, В. Поліщук, В. Рюль, Т. Семігіна, Ю. Стребкова, Л. Чвертко, А. Шморлівська та інших.

Мета статті: теоретично обґрунтувати актуальність соціальної інтеграції ВПО у новий соціальний простір на локальному рівні, як однієї з ключових проблем реалізації соціальної політики в сучасній Україні.

Виклад основного матеріалу. Війна породила безліч проблем – політичних, соціальних, економічних, культурних тощо і серед них однією з найгостріших є проблема специфічної групи мешканців прифронтових районів України, котрі в пошуках відносно безпечного життєвого середовища стали тими, кого називають «внутрішньо переміщені особи». Слід зазначити, що поняття «внутрішньо переміщені особи» визначально почало формуватися у царині міжнародного публічного права в середині ХХ століття, остаточно відокремившись від такого близького поняття як усталене в міжнародній практиці поняття «біженець» (англ. *Refugee*). Мешканці тих місцевостей України, які опинилися в горнілі бойових дій, були вимушені вирушати в ті регіони України, де вони і члени їхніх сімей почувають себе в певній безпеці та отримують відповідні, передбачені діючим законодавством України, соціальні пільги та виплати. Також важливо, наскільки успішно ВПО інтегруються в приймаючу територіальну громаду – нове для них середовище життя, соціальної взаємодії, трудової діяльності, включення в історично усталену сферу традицій, ритуалів, культурних символів, незвичних особливостей світського й релігійного буття. Вітчизняний дослідник А. Гоць зазначає, що «...інтеграція в новий

соціальний простір є головною проблемою ВПО через надзвичайну вразливість цієї категорії населення як з боку вітчизняного законодавства, так і з боку соціуму» [1, с. 158].

Локальний контекст відіграє ключову роль у адаптації ВПО, оскільки рівень інтеграції залежить від ресурсів і політики приймаючих громад. Органи місцевого самоврядування, центри підтримки, волонтерські та міжнародні організації сприяють забезпеченню переселенців житлом, працевлаштуванням, психологічною та медичною підтримкою. Однак існують виклики, зокрема недостатнє фінансування, брак робочих місць та іноді соціальна напруга між місцевими мешканцями та ВПО.

Ведучи мову про інтеграцію ВПО в нове для них середовище, треба зважати на те, що будь-який новий життєвий простір – це нові можливості, але й неочікувані, не завжди приємні вимоги, виклики, навіть загрози. Кожен / кожна ВПО потрапляють у конкретну громаду, яка створює (не завжди) умови для налагодження комунікацій та створення контактів між членами приймаючої спільноти – місцевими жителями та переміщених осіб, які не завжди готові до такого собі процесу ініціації приєднання, хоча б і тимчасового до нової спільноти, в якій є усталений інколи століттями уклад життя, локальні традиції, місцеві ритуали, освячені часом звичаї тощо. Новий життєвий простір – це завжди стрес, випробування психофізичних особистісних ресурсів, від надійності яких залежатиме результативність подальшої соціальної інтеграції ВПО. Але новий життєвий простір – це і нові можливості для реалізації ідей, задумів, планів, втім – для ВПО головною умовою є наявність відносно безпечного життєвого простору, вільного від жахів війни. Воєнний стан – це завжди невизначеність, турбулентність усіх процесів життєзабезпечення суспільства, ускладнення шляхів вирішення тих питань, які в мирний час розв'язуються швидко і з мінімальною витратою ресурсів. У соціальній сфері розширення спектру проблем допомоги ВПО в період воєнного стану починає носити чітко виражений характер прогресуючого динамічного розвитку.

Маємо підстави погодитися з І. Нестайко стосовно того, що процес інтеграції ВПО «...у життя місцевої громади багато в чому залежить від ставлення самих членів громади. Центри підтримки – це природний простір, що створює умови для налагодження контактів і створення відносин між членами приймаючої спільноти і переміщених осіб, а побудова громади базується на залученні до діяльності різноманітних соціальних груп в межах територіальних громад. Стрес, пов'язаний із переселенням також впливає і на дітей, що негативно позначається на успіхах у навчанні. Заняття, які пропонуються дітям різних вікових категорій полягають не лише на опануванні конкретних вмінь і навичок, проведення часу творчо але й сприяють формуванню почуття власної гідності» [2, с. 22].

Висновки. Соціальні ініціативи в просторі територіальних громад не лише допомагатимуть ВПО та членам їхніх родин, але й сприятимуть соціальній згуртованості, зростанню внутрішнього потенціалу громади.

Дослідження локальних аспектів вимушеної міграції дозволяє виявити ефективні підходи до інтеграції переселенців та покращення умов їхнього життя. Використання міжсекторальної співпраці, зокрема залучення бізнесу та громадянського суспільства, сприяє стабілізації ситуації. Важливою складовою успішної адаптації є розробка довгострокових стратегій соціально-економічної інтеграції, що включають освітні програми, доступ до медицини та підтримку підприємницької діяльності серед ВПО. «Важливим інструментом (соціальної адаптації та інтеграції), на нашу думку, є впровадження політики і програм, які сприяють соціальній адаптації ВПО до нових умов, які можуть містити відповідні законодавчі зміни, алгоритми створення спеціальних заходів підтримки, забезпечення доступу до освіти та інших важливих пілг» [3, с. 190] – наголошують сучасні вітчизняні науковці. Після перемоги України більшість ВПО повернуться в рідні оселі, а відтак – будуть приймати участь у повоєнній відбудові української держави, відновлювати звичний порядок життя в сім'ї, рости дітей, займатися громадською діяльністю.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гоць А.А. Внутрішньо переміщені особи в Україні як об'єкт соціологічного аналізу. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*. 2018. Вип. 77. С. 155-160. URL: <http://www.soctech-journal.kpu.zp.ua/archive/2018/77/18.pdf>
2. Нестайко І. Соціальна адаптація та інтеграція внутрішньо переміщених осіб в результаті війни (польський погляд). *Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки: збірник тез II Міжнародної наукової конференції (21-22 квітня 2022 р).* Тернопіль: ФОП Паляниця В. А., 2022. С. 18-20. URL: https://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/lib/37862/2/MCTD_2022_Nestaiko_I-Social_adaptation_and_integration_20-22.pdf
3. Рюль В. О., Рюль К. В. Соціальна адаптація жінок ВПО в Закарпатській області. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2024. Вип. 1(54). С. 189-194. URL: <http://visnyk-ped.uzhnu.edu.ua/article/view/303913>

Науковий керівник доктор філософських наук, професор Костючков С.К.

УДК [316.62-044.332:159.944.4]:615.85

Кунець Д.В.

АДАПТИВНА ПОВЕДІНКА ТА МЕТОДИКИ УСВІДОМЛЕНOSTІ В УМОВАХ ТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСУ: ДОСВІД ЖІНОК ХЕРСОНЩИНИ

***Анотація.** У статті проаналізовано психологічну адаптацію жінок у контексті воєнних подій у Херсонській області, з фокусом на співвідношенні адаптивних і дезадаптивних копінг-стратегій та оцінці*

ефективності методик усвідомленості (майндфулнес) як ключового ресурсу подолання травматичного стресу. Теоретичну рамку становлять транзакційна модель стресу й копіngu (Лазарус, Фолкмен), підходи до усвідомленості (Кабат-Зінн) та метааналітичні дані щодо MBSR/MBCT. Емпірична частина базується на вибірці жінок Херсонщини (n=309; підпрограма майндфулнес n=78) з використанням PSS, COPE, WCQ, MAAS. Отримано зниження сприйнятого стресу, частоти дезадаптивних копіngів і зростання показників усвідомленості.

Ключові слова: психологічна адаптація, копіng-стратегії, усвідомленість (майндфулнес), травматичний стрес, жінки Херсонщини.

Abstract. The article analyzes the psychological adaptation of women affected by the war in Kherson region, focusing on adaptive versus maladaptive coping strategies and the effectiveness of mindfulness as a key resource for overcoming traumatic stress. Theoretical framing relies on the transactional model of stress and coping (Lazarus & Folkman), mindfulness approaches (Kabat-Zinn), and meta-analytic evidence on MBSR/MBCT. The empirical part is based on a sample of women (n=309; mindfulness subprogram n=78) using PSS, COPE, WCQ, and MAAS. Results show reduced perceived stress, decreased maladaptive coping, and increased mindfulness.

Keywords: psychological adaptation, coping strategies, mindfulness, traumatic stress, women, Kherson region.

Воєнні дії на півдні України зумовили тривалий багаторівневий стрес, що охоплює індивідуальний, сімейний, соціальний, економічний та травматичний виміри у жінок Херсонщини. За класичними підходами до стресу (фізіологічні реакції «бий або біжи», загальний адаптаційний синдром) і транзакційною моделлю психологічного стресу та копіngu, суб'єктивна оцінка події та наявність ресурсів визначають інтенсивність переживань та вибір стратегій подолання [4; 16; 13; 14]. Необхідна науково обґрунтована, доступна за умов кризи інтервенція, що зменшує емоційну реактивність і підсилює когнітивну гнучкість.

Транзакційна модель Р. Лазаруса та С. Фолкмен пояснює стрес як результат оцінки події (первинна/вторинна) і вибору копіngu (проблемно-чи емоційно-орієнтований) [14; 13]. Класифікації копіngів (Carver et al., COPE; Endler & Parker) деталізують як адаптивні, так і дезадаптивні патерни поведінки [5; 7]. Підходи майндфулнес (Кабат-Зінн) та їх застосування в MBSR/MBCT продемонстрували зниження стресу і тривожності, поліпшення якості життя в різних групах, що підтверджується метааналізами і нейропсихологічними моделями механізмів дії (уважність, деконцентрація, регуляція уваги й емоцій) [8; 9; 11; 12]. У межах ресурсного ідходу й теорії самоефективності (А. Бандура) усвідомленість може підсилювати відчуття контролю, підвищувати агентність і гнучкість поведінки [3]. Соціальна підтримка та якість зв'язків виступають буфером

стресу, а кумулятивні життєві події корелюють з погіршенням благополуччя [10; 15]. В українському контексті підкреслюється роль резильєнтності та розвиток конструктивних копінгів [1; 2]. Невирішеним залишається питання системної апробації майндфулнес-програм у воєнних регіонах України на уразливих групах жінок із багаторівневим стресом.

Проаналізувати прояви адаптивних і дезадаптивних копінг-стратегій у жінок Херсонщини та оцінити ефективність методик усвідомленості як ресурсу зниження травматичного стресу й посилення адаптивної поведінки.

Дослідження базується на діяльності Благодійної організації «Благодійний фонд «Вітри змін» (Херсонщина, січень–серпень 2025). Участь узяли 309 жінок (18–64 р.; 77% із дітьми; 40,1% ВПО; 52,4% із досвідом насильства; 30,1% із втратою житла). Для апробації майндфулнес-програми відібрано підвибірку **n=78** із підвищеним ризиком (високі PSS; симптоми, подібні до посттравматичного стресового розладу; досвід окупації/обстрілів).

Інструменти. PSS (Perceived Stress Scale), COPE, WCQ, MAAS; напівструктуровані інтерв'ю; кейс-аналіз.

Інтервенція. 8-тижнева програма «Усвідомленість для відновлення» (адаптований **MBSR** + елементи **МВСТ**), щотижневі групові заняття (по 2 год), щоденна самопрактика 15–20 хв. Короткі техніки для кризових ситуацій: «дихання квадратом», «сканування тіла», «заземлення 5 чуттів», «3-хвилинна медитація», STOP-практика. Змішаний формат (очно/онлайн), протоколи безпечні для застосування під час повітряних тривог. Обґрунтування компонентів — відповідно до підходу Кабат-Зінна і метааналітичних даних [11; 12; 8; 9].

Показники до/після (n=78).

- **PSS:** $28,6 \pm 5,3 \rightarrow 22,1 \pm 4,8$ (**-22,7%**) — зниження сприйнятого стресу.
- **Емоційно-орієнтовані копінги (COPE):** **-15,8%** (менше уникання, плачу, самозвинувачення).
- **Пасивні реакції (WCQ):** **-19,5%** (зростання ініціативності).
- **MAAS:** $3,1/6 \rightarrow 4,2/6$ (**+35,5%**) — підвищення рівня усвідомленості.

Якісні зміни (самозвіти): **якість сну** (+62% повідомили про покращення), **зниження панічних епізодів** (-17 п.п.), **покращення комунікації в сім'ї** (+48%), **відчуття контролю** (+70%). Типові кейси демонструють зменшення інтенсивності флешбеків і паніки завдяки регулярним коротким практикам; відновлення працездатності (дистанційна зайнятість) після стабілізації симптомів; зниження конфліктності у стосунках із дітьми через спільні вправи усвідомленості.

Інтерпретація.

1. Транзакційна модель: зміна первинної/вторинної оцінки («загроза» → «виклик», «я маю інструменти») — редукція стресу та переходу до проблемно-орієнтованих копінгів [13; 14].

2. **Самоефективність:** приріст МААС і поведінкової активності корелює з відчуттям контролю та готовністю діяти [3].

3. **Механізми майндфулнес:** тренування уваги, деконцентрація, регуляція емоцій та інтероцептивна обізнаність узгоджуються з нейропсихологічними даними і клінічними оглядами [9; 6; 8].

4. **Порівняння з міжнародними даними:** масштаб ефекту для зниження стресу ($\approx 20\text{--}25\%$) узгоджується з метааналізом MBSR [8].

Обмеження. Відсутність рандомізованого контролю; обмежена тривалість фоллоу-ап; можливі ефекти соціальної бажаності в самозвітах. Перспектива — RCT-дизайни, диференційований аналіз підгруп (ВПО; жінки з досвідом окупації; представниці ромської громади), віддалений моніторинг (ЕМА), інтеграція цифрових форматів.

Висновки і перспективи подальших розвідок:

1. Адаптивна поведінка жінок у воєнних умовах визначається балансом між когнітивною гнучкістю, емоційною саморегуляцією та конструктивною активністю; дезадаптивні стратегії (уникання, самозвинувачення) підсилюють симптоми й соціальну ізоляцію [5; 7; 17].

2. Методики усвідомленості (MBSR/MBCT і короткі практики) є доступним, безпечним і валідованим інструментом зменшення стресу й посилення агентності, що підтверджується кількісними показниками (PSS, COPE/WCQ, MAAS) і якісними відгуками [8; 9; 11; 12].

3. Результати узгоджуються з транзакційною моделлю стресу та копіngu і теорією самоефективності, підтверджуючи теоретичну й практичну доцільність масштабування програм у сервісах психосоціальної підтримки в Україні [3; 13; 14].

4. Подальші дослідження мають передбачати контрольні групи, довший період спостереження та культурно чутливі модифікації протоколів для різних груп ризику.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Спивак Л. Н. Резильентность как фактор преодоления стрессовых ситуаций. *Вестник психологии*, 2017, Т. 34, № 2, с. 56–62.
2. Трофимова Л. А., Шаповалова І. А. Копінг-стратегії та їх вплив на адаптивну поведінку особистості. *Наукові записки НаУ “Острозька академія”, Серія «Психологія»*, 2020, Вип. 1, с. 89–95.
3. Bandura A. Self-efficacy: The Exercise of Control. New York: Freeman, 1997.
4. Cannon W. B. The Wisdom of the Body. New York: W. W. Norton, 1932.
5. Carver C. S., Scheier M. F., Weintraub J. K. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1989, 56(2), 267–283.
6. Davis D. M., Hayes J. A. What are the benefits of mindfulness? *Psychotherapy*, 2011, 48(2), 198–206.
7. Endler N. S., Parker J. D. A. Coping with stress: a multifaceted approach. In: *Handbook of Stress*. New York: Springer, 1990, pp. 18–35.
8. Grossman P., Niemann L., Schmidt S., Walach H. Mindfulness-based stress reduction and health benefits: A meta-analysis. *Journal of Psychosomatic Research*, 2004, 57(1), 35–43.

9. Hölzel B. K., Lazar S. W., Gard T., Schuman-Olivier Z., Vago D. R., Hoge E. A. How does mindfulness meditation work? *Perspectives on Psychological Science*, 2011, 6(6), 537–559.
10. Holmes T. H., Rahe R. H. The Social Readjustment Rating Scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 1967, 11(2), 213–218.
11. Kabat-Zinn J. Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2003, 10(2), 144–156.
12. Kabat-Zinn J. Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness. New York: Delta, 2013. – 720 p.
13. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer, 1984. – 445 p.
14. Lazarus R. S., Folkman S. Transactional theory and research on emotion and coping. *European Journal of Personality*, 1987, 1(3), 141–169.
15. Thoits P. A. Stress, coping, and social support processes: Where are we? What next? *Journal of Health and Social Behavior*, 1995, 36, 53–79.
16. Selye H. The Stress of Life. New York: McGraw-Hill, 1956. – 325 p.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

УДК [159.922+316.61]:314.151.3-054.73-053.6

Кучерява К.С.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПІДЛІТКІВ-ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ

У статті досліджуються соціально-психологічні особливості підлітків-переселенців, що виникають унаслідок вимушеної міграції, впливу стресових факторів та порушення звичних соціальних контактів. Розглянуто емоційні, когнітивні та соціальні аспекти адаптації, а також сформульовано рекомендації щодо психологічного супроводу підлітків у процесі інтеграції в нове соціокультурне середовище.

Ключові слова: підлітки-переселенці, соціально-психологічна адаптація, стрес, емоційний стан, психолого-педагогічна підтримка.

The article examines the socio-psychological characteristics of adolescent migrants that arise as a result of forced migration, the influence of stress factors, and disruption of usual social contacts. The emotional, cognitive, and social aspects of adaptation are considered, and recommendations are formulated regarding psychological support for adolescents in the process of integration into a new socio-cultural environment.

Key words: adolescent immigrants, socio-psychological adaptation, stress, emotional state, psychological and pedagogical support.

Постановка проблеми. Сучасна соціально-політична ситуація в Україні створює надзвичайно складні умови для розвитку дітей та підлітків. Особливо вразливою є група молоді, яка вимушено покинула свої домівки. І це стосується як підлітків за кордоном, так і внутрішньо переміщених осіб. Переселення пов'язане зі зміною звичного середовища, втратою соціальних зв'язків, перебудовою освітнього процесу та необхідністю адаптуватися до нових правил життя. У підлітковому віці, коли формується самосвідомість, ціннісні орієнтири та соціальні навички, такі зміни створюють особливий психологічний та емоційний тиск.

Підлітки, які пережили вимушене переселення, часто відчують емоційні труднощі: тривогу, пригніченість, нестабільний настрій, страх перед новим середовищем, а також проблеми з концентрацією та навчальною мотивацією. Соціальні взаємодії стають ускладненими через втрату друзів, недостатнє знання нових соціальних правил або відмінності у культурному та освітньому контексті. Деякі навіть стискаються з булінгом, що робить процес адаптації ще складнішим. Ці обставини підвищують ризик соціальної ізоляції та психологічного дискомфорту.

Вікові особливості підлітків істотно впливають на їх здатність адаптуватися. Молодші підлітки (12–13 років) більш схильні до тривожності та внутрішніх конфліктів, їхня реакція на стресові ситуації більш емоційно забарвлена. Старші підлітки (14–16 років) зазвичай демонструють більшу активність у соціальних контактах і здатність до самостійного пошуку ресурсів підтримки, проте вони також можуть відчувати пригнічення через неможливість реалізувати власні цілі та плани.

В умовах вимушеного переселення соціально-психологічні особливості підлітків стають ключовим чинником їхньої успішної адаптації. Врахування вікових, індивідуальних та соціальних особливостей, а також умов проживання, дозволяє формувати ефективні програми підтримки, спрямовані на розвиток стресостійкості, емоційної регуляції та навичок соціальної взаємодії. Тільки комплексний підхід, який об'єднує роботу з психологом, педагогом, родиною та соціальною спільнотою, може забезпечити стабільну соціалізацію та психологічне благополуччя підлітків у нових умовах життя.

Виклад основного матеріалу. Адаптація підлітків-вимушених переселенців є надзвичайно актуальною у зв'язку з сучасними соціально-політичними подіями. Втрата дому, зміна звичного оточення, розрив соціальних зв'язків створюють передумови для виникнення тривоги, депресивних станів і труднощів у побудові нових стосунків.

Науковці підкреслюють, що підлітковий вік є сенситивним періодом розвитку особистості. Е. Еріксон [7] визначав цей етап як кризу «ідентичність проти розпорошення ролей», у якій підліток формує образ себе та власної майбутньої життєвої траєкторії. А. Маслоу [8], у свою чергу, наголошував, що потреба в безпеці та приналежності є базовою; саме вони часто порушуються у переселенців.

Дослідження Інституту соціальної та політичної психології НАПН України (2020–2022 рр.) [1] показало, що близько 62 % підлітків-переселенців віком 12–16 років відчують труднощі у спілкуванні з ровесниками, а 47 % — високий рівень тривожності. Водночас ті, хто мали можливість брати участь у шкільних гуртках та соціальних проєктах, демонстрували на 30 % вищий рівень адаптованості. Подібні дані наводять і міжнародні дослідження: за результатами UNICEF (2021) [9], серед переселенців-підлітків в Україні понад половина відчуває самотність, але включення в групові активності та психологічна підтримка знижує прояви дезадаптації.

У власному дослідженні було обстежено 12 підлітків-переселенців віком 12–17 років. Використовувалися методи анкетування і інтерв'ю. Результати показали, що ($n = 12$, 12–17 років): 5 підлітків (41, 7%) — характеризувалися високим рівнем соціальної адаптації, 4 підлітки (33,3 %) — середнім, 3 підлітки (25 %) — низьким.

Таким чином, адаптація потребує комплексного підходу, що поєднує індивідуальну роботу, групову підтримку та створення безпечного соціального середовища.

Практичний аспект допомоги цій категорії підлітків охоплює різні рівні роботи. В контексті індивідуальної роботи психологи Т. Титаренко [2], Н. Чепелева [3]) пропонують методи наративної психотерапії та індивідуальних консультацій, що дозволяють підлітку переосмислити травматичний досвід, знайти нові смисли та сформувати відчуття контролю над життям. У груповій терапії та тренінгах дослідники (І. Кононко [4], Л. Сохань[5]) зазначають, що групові форми роботи створюють безпечне середовище для емоційного вираження, розвитку комунікації та формування навичок взаємопідтримки. Арт-терапевтичні методики за даними О. Вознесенської [6] та колег, малювання, музика та драматерапія допомагають підліткам символічно виражати складні почуття, зменшують рівень тривожності та підвищують самооцінку. Ефективними техніками для подолання негативних установок і формування конструктивних моделей поведінки вважаються когнітивно-поведінкові техніки. Практика показує, що підлітки швидше інтегруються в нове середовище, коли вчаться бачити свої ресурси та будувати позитивні сценарії майбутнього. Соціально-психологічний тренінг використовується для розвитку навичок співпраці, комунікації та самопрезентації. За результатами апробації в українських школах (2022), участь у таких програмах знижувала рівень тривожності на 25 % та підвищувала відчуття впевненості у новому середовищі.

Отже, науково-практичні підходи показують, що адаптація підлітків-переселенців має відбуватися на рівні поєднання індивідуальної роботи з особистістю та створення підтримувального соціального середовища, у якому вони можуть відчувати безпеку, прийняття й перспективу розвитку.

Висновок. Аналіз наукової літератури та емпіричних досліджень дозволяє зробити висновок, що вимушене переселення підсилює кризу

ідентичності, підвищує тривожність і створює труднощі у соціалізації. Успішність адаптації значною мірою залежить від наявності підтримки з боку сім'ї, школи та громади, а також від можливості підлітків залучатися до спільної діяльності з ровесниками. Таким чином, системний підхід, який інтегрує теоретичні знання, емпіричні результати та практичні методики, є найоптимальнішим для розуміння та підтримки процесів адаптації підлітків-вимушених переселенців.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. Психологічні наслідки війни для дітей і підлітків: результати досліджень 2020–2022 рр. Київ: ІСПП, 2022. 112 с.
2. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості та шляхи його гармонізації. Київ: Либідь, 2019. 288 с.
3. Чепелева Л. М. Психологічна допомога підліткам у кризових ситуаціях: монографія. Харків: Основа, 2020. 256 с.
4. Кононко І. В. Практичні аспекти групової психологічної підтримки підлітків. Соціальна психологія, 2020, № 3, С. 60–68.
5. Сохань Л. В. Соціально-психологічна адаптація дітей-переселенців. Психологія і суспільство, 2020, № 2, С. 45–53.
6. Вознесенська О. Л. Арт-терапія у роботі з дітьми-переселенцями: практичний досвід. Психологія і суспільство, 2021, № 1, С. 99–106.
7. Erikson E. H. Identity: Youth and Crisis. New York: Norton, 1968. С. 128–146.
8. Маслоу А. Мотивація і особистість. Нью-Йорк: Harper & Row, 1987. 293 с.
9. UNICEF. Adolescent well-being in displacement: Evidence from Ukraine. Geneva: UNICEF, 2021. 64 p.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

УДК 316.728-044.372-043.2:159.923.2

Левченко С.В.

ЗВ'ЯЗОК СТРАХУ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ МОЛОДІ З НАСЛІДКАМИ ТРАВМІВНОГО ВПЛИВУ

Стаття присвячена дослідженню зв'язку страху невизначеності молоді з наслідками травмівного впливу, вивченню психологічного феномена страху невизначеності, який формується у молодих людей під впливом травматичних життєвих подій — зокрема війни, соціальної нестабільності, втрат і змін у суспільстві. Запропоновано рекомендації для їх діагностики та заходів по зменшенню впливу.

Ключові слова: страх невизначеності, молодь, травма, травмівний вплив, наслідки травми.

The article is devoted to the study of the relationship between young people's fear of uncertainty and the consequences of traumatic impact. It examines the psychological phenomenon of fear of uncertainty that develops in young individuals under the influence of traumatic life events — in particular, war, social instability, losses, and societal changes. Recommendations are proposed for the diagnosis of this phenomenon and for measures aimed at reducing its impact.

Keywords: fear of uncertainty, youth, trauma, traumatic impact, consequences of trauma.

Постановка проблеми. У сучасних умовах постійних соціальних, економічних та політичних змін, зокрема внаслідок війни, пандемії, глобальної нестабільності та інформаційного перевантаження, молодь стикається з підвищеним рівнем невизначеності щодо майбутнього. Ця невизначеність часто супроводжується страхом, тривожністю та емоційною напругою, що негативно впливає на психологічне благополуччя, процес соціалізації та життєві перспективи молодшої людини. Особливо гостро ця проблема проявляється у представників покоління, яке формувалося в умовах травматичного досвіду війни та суспільних криз, що підриває відчуття безпеки, стабільності та контролю над власним життям. Попри зростання кількості досліджень тривожності, питання впливу травматичного досвіду на формування страху невизначеності у молоді залишається недостатньо розробленим у вітчизняній психологічній науці. Тому актуальним є вивчення психологічних механізмів виникнення страху невизначеності у молодих людей, визначення його причин, проявів та шляхів подолання в умовах сучасних суспільних викликів.

Актуальність дослідження полягає в систематизації причин страху невизначеності у молоді, з акцентом на сучасні виклики, що зумовлена необхідністю вивчення факторів, які впливають на процеси та розробки психокорекційних заходів для їх покращення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. За останні роки в психологічній літературі спостерігається помітне зростання інтересу до нетолерантності до невизначеності (Intolerance of Uncertainty, IU) як трансдіагностичної конструкції, що пояснює високі показники тривожності та депресивних симптомів у молоді. Психометричні дослідження підтверджують стабільність структури шкал IUS та їхню кореляцію з генералізованою тривогою, що робить IU важливим маркером для скринінгу та досліджень вразливих груп. ([PMC][1]). Вплив великих глобальних подій — передусім пандемії COVID-19 — на психічне здоров'я підлітків і молоді досліджували чисельні систематичні огляди та мета-аналізи. Узагальнені дані свідчать про зростання поширеності тривожних і депресивних симптомів серед молоді під час і після локдаунів, а також про довготривалі наслідки для навчання, сну та соціальної адаптації. Це створило контекст, у

якому невизначеність майбутнього посилила демонстративні прояви ІУ. ([PubMed][2]).

Після початку повномасштабної війни в Україні з'явився широкий потік досліджень, спрямованих на вивчення ментального здоров'я дітей та підлітків, які зазнали воєнного впливу. Значні когортні й крос-секційні дослідження (включно з публікаціями в міжнародних журналах) демонструють підвищення показників ПТСР-симптоматики, тривоги та депресії серед підлітків, що підкреслює роль травматичного досвіду у формуванні страху перед майбутньою невизначеністю. ([JAMA Network][3]). Що стосується інтервенцій, зростає кількість досліджень ефективності когнітивно-поведінкових програм і практик усвідомленості (mindfulness) у зниженні симптомів ІУ та тривоги. Паралельно активізувалось вивчення цифрових платформ і чат-ботів (наприклад, Woebot, Wysa) як доступних інструментів підтримки молоді; рандомізовані дослідження показують позитивний короточасний ефект у зниженні тривожних і депресивних симптомів, хоча доказова база щодо довготривалих результатів і застосування в умовах війни залишається обмеженою. ([PMC][4]). Методологічно дослідження переважно використовують суміш психометричних шкал (IUS-12/27, Need for Closure, GAD-7, PHQ-9, PTSD чек-лісти) та крос-секційних онлайн-опитувань або когортних досліджень. У сфері інтервенцій поки що бракує широких довготривалих RCT, які б тестували мульти-модальні програми (КПТ + mindfulness + цифрова підтримка) у контексті воєнного травматизму. ([PMC][1]). Географічно дослідження ІУ та впливу пандемії переважно походять з Західної Європи та Північної Америки; водночас від 2022 року посилюється масив робіт, присвячених українським вибіркам — це дає цінні дані для контекстуалізації теорії та практики у воєнних умовах. Проте багато міжнародних інструментів ще потребують лінгвістичної та психометричної валідації для українського контексту. ([JAMA Network][3]).

Формулювання цілей статті. Метою статті є дослідження психологічних особливостей страху невизначеності у молоді, зумовленого травмівним впливом соціальних і особистісних подій, а також визначення основних чинників, що впливають на його формування та прояви.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження проводилося з 21 квітня по 16 травня 2025 року на базі Комунальний заклад "Центр Туристсько-краєзнавчої творчості учнівської молоді" Херсонської обласної ради м. Херсон, під керівництвом Хабрат Л.Г. Участь взяли 50 молодих людей віком від 16 до 25 років, що забезпечило репрезентативність для невеликого колективу. Дослідження проводилося анонімно через оф-лайн та онлайн-форми, з дотриманням етичних норм, включаючи добровільну участь і конфіденційність.

Було здійснено групову діагностику та тестування серед підлітків та молодих людей гуртків Центру творчості. Отримані результати свідчать про наявність загальної тенденції до збільшення страху невизначеності у молоді

як наслідок травмівного впливу на тлі повномасштабного втолргнення. У досліджуваних була наявна копінг-стратегія – самозміна і серед виражених потреб є: афіліація і агресія. Прийняття інших високого та середнього з тенденцією до високого рівнів.

На основі діагностики було розроблено психокорекційну програму з роботи над проблемою страху невизначеності і розвитком умінь подолання. Під час колективної роботи одночасно задовольнятимуться потреби в афіліації і в агресії. Також психокорекційна програма забезпечена рекомендаціями про першопочаткові психогігієнічні заходи.

Також при використанні діагностичних заходів було розроблено психопрофілактичні заходи також для батьків на тему «Майстер- клас подолання страхів молоді» і для тренерів які ведуть гуртки Центру на тему «Арттерапія "Образ мого страху – образ моєї сили»». Що допомогло охопити різні категорії людей, психологічне здоров'я яких укріплює практичний психолог з бази виробничої практики.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Дослідження показало, що потрібно проведення психодіагностичних та психокорекційних тренінгових занять на постійній основі, задля зменшення страхів невизначеності у молоді як наслідків травматичних впливів. Варто розширити дослідження, залучивши більшу вибірку, щоб отримати більш узагальнені результати. Зробити аналіз зовнішніх факторів, таких як економічні умови чи сімейна культура, це допоможе краще зрозуміти їхній вплив на наслідки. Повторні тестування на постійній основі дозволять оцінити довгострокову ефективність програми. Розробка спрощених психокорекційних методик, адаптованих для малих колективів і онлайн-форматів, сприятиме гнучкості. Вивчення ролі корегувальних індивідуальних психологічних характеристик, таких як емоційний інтелект, може допомогти у зменшенні страхів серед молоді та максимально ефективного подолання в разі їх виникнення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до одужання. — К.: Альфа-видання, 2021.
2. Van der Kolk B. The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma. — Penguin Books, 2015.
3. Фролова О.Ю. Психологічна допомога молоді в умовах воєнного часу. — Київ: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2022.
4. Коробка Л.М., Кириченко В.М. Психолого-педагогічна підтримка учнів в умовах воєнного стану. — Методичні рекомендації МОН, 2022.
5. Березіна Т.П. Толерантність до невизначеності як ресурс стресостійкості в молодіжному середовищі. // «Психологія особистості». — 2021, №2.
6. Carleton R. N. Into the unknown: A review and synthesis of contemporary models involving uncertainty. // Journal of Anxiety Disorders, 2016.
7. Москаленко В.В. Основи психічного здоров'я. — К.: Центр учбової літератури, 2020.
8. Rosen N. O., Ivanova V. S. The Intolerance of Uncertainty Scale (IUS): a psychometric review and clinical applications. — Clinical Psychology Review, 2016.
9. Методичні рекомендації МОН України щодо психологічної підтримки учнів у період війни та після травматичних подій. — mon.gov.ua.

10. Проекти UNICEF, Save the Children, UActive – матеріали з психосоціальної підтримки молоді в Україні (2022–2023).

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

УДК: 159.944.4:355.233

Лещенко В.В.

ПАРАМЕТРИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Стаття присвячена дослідженню параметрів психологічної стійкості військовослужбовців, з акцентом на їхню здатність адаптуватися до стресових умов бойової діяльності. Емпіричний аналіз виявив взаємозв'язок між толерантністю до невизначеності, психофізіологічним станом і компонентами резилієнтності, що підкреслює необхідність цілеспрямованих психологічних програм. Запропоновано рекомендації для підвищення психологічної стійкості в умовах сучасних викликів.

Ключові слова: психологічна стійкість, військовослужбовці, толерантність до невизначеності, резилієнтність, психофізіологічний стан, мотивація, емоційна стабільність.

The article explores the parameters of psychological resilience in military personnel, focusing on their ability to adapt to the stressful conditions of combat. Empirical analysis revealed a relationship between tolerance for uncertainty, psychophysiological state, and resilience components, highlighting the need for targeted psychological programs. Recommendations for enhancing psychological resilience in modern challenging conditions are provided.

Key words: psychological resilience, military personnel, tolerance for uncertainty, resilience, psychophysiological state, motivation, emotional stability.

Постановка проблеми. Сучасні збройні конфлікти, зокрема війна в Україні, створюють екстремальні умови для військовослужбовців, які стикаються з високим рівнем стресу, невизначеністю та психологічним навантаженням. Психологічна стійкість є ключовою характеристикою, що дозволяє ефективно справлятися з цими викликами, зберігати бойову готовність і уникати таких наслідків, як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Недостатній рівень резилієнтності може знижувати ефективність виконання завдань, підвищувати тривожність і сприяти емоційному вигоранню. Вивчення параметрів психологічної стійкості, таких як толерантність до невизначеності, емоційна стабільність і мотивація, є

актуальним для розробки стратегій підтримки ментального здоров'я військовослужбовців у контексті сучасних викликів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Психологічна стійкість визначається як здатність людини адаптуватися до складних умов, відновлюватися після травматичних подій і ефективно справлятися зі стресом. А. Мастен описує її як динамічний процес позитивної адаптації, що залежить від взаємодії індивідуальних, соціальних і контекстуальних факторів [8]. С. Кобаса пропонує концепцію витривалості, яка включає залученість, контроль і сприйняття викликів як можливостей, що є особливо актуальним для військового контексту [7].

Н. Сергієнко розглядає психологічну стійкість як комплексну якість, що поєднує врівноваженість, опірність і здатність зберігати працездатність у складних умовах [5]. О. Мерзлякова підкреслює багатогранність резилієнтності, яка проявляється на індивідуальному, груповому та суспільному рівнях. На індивідуальному рівні стійкість формується через емоційну стабільність, самоефективність і когнітивну гнучкість, тоді як на груповому рівні ключову роль відіграють згуртованість підрозділу та взаємна підтримка [2]. На суспільному рівні суспільна підтримка, як зазначає В. Мороз, зміцнює моральний дух військовослужбовців [3].

О. Кокун акцентує на особистих ресурсах, таких як позитивне мислення, життестійкість і духовність, які допомагають військовослужбовцям долати бойовий стрес [1]. О. Скориніна-Погребна підкреслює значення організаційних умов, зокрема якісної підготовки та ефективного лідерства, для підтримки резилієнтності [6]. О. Савиченко вказує на контекстуальні фактори, такі як характер бойових дій і суспільна підтримка, які впливають на психологічну стійкість [4].

Формулювання цілей статті. Метою статті є дослідження параметрів психологічної стійкості військовослужбовців, аналіз їхнього зв'язку з толерантністю до невизначеності, психофізіологічним станом і мотиваційними факторами, а також розробка рекомендацій для підвищення резилієнтності в умовах бойової діяльності.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження проводилося з вибіркою з 50 військовослужбовців із двох військових частин Київської області (70% чоловіків, 30% жінок; 60% рядовий склад, 40% офіцери; середній вік – 37,5 років, середній строк служби – 3 роки 7 місяців). Використано п'ять методик: опитувальник толерантності до невизначеності С. Баднера, шкала позитивного ментального здоров'я, шкалована оцінка психофізіологічного стану О. Кокуна, методика оцінки психологічної стійкості О. Кокуна та ін., а також опитувальник самооцінки станів тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності.

Результати за опитувальником С. Баднера показали, що 38% учасників мають високий рівень інтолерантності до невизначеності, що може ускладнювати адаптацію до непередбачуваних умов. Найвища толерантність (42%) спостерігається до складних ситуацій, що свідчить про

здатність справлятися з багатогранними викликами. Низька толерантність до новизни (28%) та нерозв'язних ситуацій (36%) у частини учасників вказує на труднощі в сприйнятті несподіваних або безвихідних умов, що може посилювати тривожність.

Шкала позитивного ментального здоров'я виявила, що 60% учасників мають низький рівень, що відображає обмежену здатність підтримувати позитивний психологічний стан у стресових умовах, можливо, через тривалий вплив бойового стресу. Високий рівень у 26% учасників свідчить про їхню здатність зберігати оптимізм і мотивацію, що сприяє резилієнтності.

Оцінка психофізіологічного стану показала, що 56% учасників (32% низький, 24% нижче середнього) відчують труднощі в підтриманні енергії та емоційної стабільності, що може бути пов'язано з накопиченням стресу. Водночас 30% (16% вище середнього, 14% високий) демонструють хороший психофізіологічний стан, що вказує на потенціал для відновлення.

Комплексна оцінка психологічної стійкості виявила, що 62% учасників мають середній рівень резилієнтності, що забезпечує базову адаптацію до бойових умов. Найвищі показники (20%) спостерігаються в індивідуально-особистісному компоненті, що відображає впевненість у власних силах. Низькі показники в морально-психологічному (14%) та когнітивно-оцінному (14%) компонентах у частини учасників вказують на потребу в розвитку мотивації та аналітичних здібностей.

Опитувальник самооцінки станів показав, що 38% учасників мають низький рівень тривожності, що сприяє емоційній стабільності, тоді як 24% із високим рівнем потребують підтримки для зниження занепокоєння. Фрустрація на високому рівні у 30% учасників вказує на необхідність технік релаксації, тоді як низька агресивність (46%) і ригідність (36%) є позитивними для командної взаємодії.

Кореляційний аналіз виявив помірний негативний зв'язок між інтолерантністю до складних ситуацій і позитивним ментальним здоров'ям ($r = -0,353$, $p < 0,05$) та морально-психологічною стійкістю ($r = -0,286$, $p < 0,05$). Військовослужбовці, які важко сприймають складні обставини, демонструють знижений психологічний стан і мотивацію. Позитивний зв'язок між психофізіологічним станом і когнітивною ефективністю ($r = 0,284$, $p < 0,05$) вказує на те, що енергійність сприяє кращому прийняттю рішень. Слабкий позитивний зв'язок між емоційною стабільністю та толерантністю до новизни ($r = 0,245$, $p < 0,1$) підкреслює значення сприйняття нових викликів для резилієнтності.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок. Дослідження показало, що психологічна стійкість військовослужбовців залежить від толерантності до невизначеності (38% з високою інтолерантністю), психофізіологічного стану (56% з низьким або нижче середнього рівнем) та мотиваційних факторів. Середній рівень резилієнтності у 62% учасників забезпечує базову адаптацію, але низьке

позитивне ментальне здоров'я (60%) і високі показники тривожності (24%) та фрустрації (30%) вказують на потребу в психологічній підтримці. Кореляційні зв'язки підтверджують, що інтолерантність до невизначеності знижує ментальне здоров'я та мотивацію, тоді як емоційна стабільність і енергійність сприяють когнітивній ефективності.

Рекомендується впровадження програм психологічної підготовки, що включають техніки саморегуляції, когнітивно-поведінкові методи та групові тренінги для зміцнення згуртованості. Перспективи подальших досліджень охоплюють аналіз впливу психологічної стійкості на різні категорії військовослужбовців, вивчення ролі лідерства та використання сучасних технологій, таких як віртуальна реальність, для тренування резилієнтності в умовах бойового стресу.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кокун О. М., Мельничук Т. І. Резилієнс-довідник: практичний посібник. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 25 с.
2. Мерзлякова О. Л. Резильєнтність або психологічна стійкість: концепт, вимірювання, розвиток (аналітичний огляд). *Аналітичний вісник у сфері освіти й науки*. 2023. № 18. С. 96–120.
3. Мороз В. Огляд досвіду формування і забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців армії США. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. № 67(3). С. 80–88. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-67-3-80-88>
4. Савиченко О., Горбачова О., Шуневич Є. Динаміка психічного здоров'я військовослужбовців у період війни. *Психологічний журнал*. 2024. № 13. С. 97–106. DOI: <https://doi.org/10.31499/2617-2100.13.2024.315043>
5. Сергієнко Н. П. Особливості психологічної стійкості особистості під час подолання критичних ситуацій. *Сучасна війна: гуманітарний аспект: матеріали наук.-практ. конф.* (м. Харків, 2017). Харків: Харківський національний університет Повітряних Сил імені Івана Кожедуба, 2017. URL: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/handle/123456789/4065>
6. Скориніна-Погребна О., Кісуніна І. Соціальні фактори психічного здоров'я військовослужбовців. *Проблеми психології діяльності в особливих умовах: матеріали III Всеукр. наук.-практ. конф.* (м. Черкаси, 23 квіт. 2025 р.). Харків: ФОП Супрун Т. О., 2025. С. 149–151.
7. Kobasa S. C., Maddi S. R., Kahn S. Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1982. Vol. 42, iss. 1. P. 168.
8. Masten A. S. Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*. 2001. Vol. 56, iss. 3. P. 227.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Дементьєва К.Г.

ПСИХОКОРЕКЦІЯ СТРЕСОВИХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ

Стаття присвячена вивченню психологічної корекції стресових станів особистості в умовах воєнного часу. На основі емпіричного дослідження, проведеного на вибірці молодого та середнього віку, проаналізовано особливості прояву стресу, тривожності, агресивності та копінг-стратегій. Розроблено та апробовано психокорекційну програму, яка включає техніки релаксації, когнітивної реструктуризації та розвитку соціальної підтримки, що сприяла зниженню рівня стресу та підвищенню резилієнтності учасників. Результати підтверджують ефективність програми в умовах війни та підкреслюють важливість психологічних заходів для покращення психоемоційного благополуччя.

Ключові слова: стрес, психокорекція, воєнний стан, резилієнтність, копінг-стратегії.

The article is devoted to the study of psychological correction of stressful states of the personality in wartime conditions. Based on an empirical study conducted on a sample of young and middle-aged people, the features of the manifestation of stress, anxiety, aggressiveness and coping strategies were analyzed. A psychocorrectional program was developed and tested, which includes relaxation techniques, cognitive restructuring and the development of social support, which contributed to reducing the level of stress and increasing the resilience of the participants. The results confirm the effectiveness of the program in wartime conditions and emphasize the importance of psychological measures to improve psycho-emotional well-being.

Keywords: stress, psychocorrection, martial law, resilience, coping strategies.

Постановка проблеми. Сучасні умови війни створюють значне психоемоційне навантаження для населення, спричиняючи зростання рівня стресу, тривожності та емоційного виснаження. Постійна загроза життю, втрата близьких, вимушене переселення та соціально-економічна нестабільність погіршують психологічне благополуччя як цивільних, так і військових, що зумовлює необхідність глибшого вивчення механізмів виникнення стресових реакцій та розробки ефективних методів їхньої корекції, адаптованих до воєнного контексту. Особливої уваги потребує створення психокорекційних програм, які сприяють зниженню психоемоційного напруження та підвищенню адаптивних можливостей особистості в умовах тривалого стресу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема стресу та його корекції в умовах війни активно досліджується сучасними науковцями. Зокрема, дослідники аналізують психоемоційні реакції на екстремальні умови, особливості резилієнтності та стратегії подолання стресу.

С. Беляєв досліджував формування стресостійкості в освітньому середовищі, акцентуючи на психологічних ресурсах студентів. Б. Бірон зосередив увагу на стратегіях подолання стресових ситуацій, підкреслюючи важливість активних копінг-механізмів. К. Борщ вивчала особливості прояву стресу в дітей, які зазнають впливу воєнних подій, виокремлюючи їхню підвищену вразливість. І. Грузинська досліджувала емоційні реакції на стресові події в умовах війни, наголошуючи на ролі соціальної підтримки. Г. Дубчак аналізувала психоемоційні стани молоді, вказуючи на вплив воєнного контексту на їхню адаптивність. О. Іванова досліджувала причини стресу в сучасних українських реаліях, виокремлюючи зовнішні та внутрішні фактори. А. Микитчак звертала увагу на стрес, пов'язаний із вимушеним переселенням, а О. Притула наголошувала на психодуховних ресурсах як ключовому елементі подолання стресу. Н. Савелюк досліджувала переживання стресу в умовах воєнного стану, акцентуючи на індивідуальних відмінностях у реакціях.

Метою статті є аналіз особливостей прояву стресу в умовах воєнного стану, оцінка психоемоційних станів особистості та розробка ефективної психокорекційної програми для зниження стресу й підвищення резилієнтності.

Завдання включають: визначення рівнів сприйнятого стресу, тривожності, агресивності, ригідності та стійкості до стресу; аналіз копінг-стратегій, які застосовуються в умовах війни; апробацію психокорекційної програми та оцінку її ефективності за допомогою статистичних методів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Стрес є складною психофізіологічною реакцією організму на зовнішні чи внутрішні виклики, що порушують емоційну рівновагу. За визначенням О. Шинкарук, стрес – це комплексна відповідь організму та особистості на екстремальні впливи або підвищене навантаження, спрямована на адаптацію до нових умов. М. Орос підкреслює, що стрес є природним захисним механізмом, який активується у відповідь на сильні емоційні, фізичні чи психологічні подразники, такі як зміна життєвих обставин, нові виклики чи кризові ситуації [6; 9].

Стрес як адаптаційний процес проходить через три основні фази, кожна з яких характеризується специфічними фізіологічними та психологічними змінами. Перша фаза – тривоги – є початковою реакцією на стресовий фактор. У цей момент організм активує механізми виживання, що супроводжується викидом гормонів, таких як адреналін і кортизол. Людина може відчувати збудження, страх або паніку, а фізіологічно це проявляється прискореним серцебиттям, підвищеним тиском і напруженням м'язів, якщо

стрес короткочасний, організм швидко повертається до норми, але за тривалого впливу переходить у наступну фазу [6].

Друга фаза – резистентності – характеризується адаптацією до стресової ситуації. Організм мобілізує ресурси, щоб протистояти викликам, працюючи в посиленому режимі, але без надмірного збудження. На цьому етапі людина може демонструвати витривалість і продуктивність, однак це відбувається за рахунок значного навантаження на фізичні та психологічні ресурси. Якщо стрес стає хронічним, ресурси поступово вичерпуються [6].

Третя фаза – виснаження – настає, коли дія стресора є тривалою або надмірно інтенсивною. У цей період організм втрачає здатність підтримувати адаптаційні механізми, що призводить до фізіологічних і психологічних порушень, таких як емоційне вигорання, зниження працездатності чи погіршення здоров'я [6].

Зовнішні фактори, за Н. Внуковою, є ключовими тригерами стресових станів, оскільки вони впливають на життєві умови та змушують людину адаптуватися до нових обставин [3].

До таких факторів належать травмуючі події, такі як втрата близьких, вимушене переселення чи економічна нестабільність, які, за О. Притулою, спричиняють глибокі емоційні переживання та можуть призводити до емоційної ізоляції [8].

Психологічні фактори, як зазначає О. Пасічник, відіграють важливу роль у сприйнятті стресу. Індивідуальні особливості, такі як когнітивні стилі, емоційна стійкість чи рівень тривожності, визначають, як людина реагує на виклики [7].

Н. Максимова підкреслює, що висока тривожність посилює вразливість до стресу, створюючи постійну внутрішню напругу, навіть за відсутності реальних загроз. Схильність до депресії, за її ж спостереженнями, також погіршує здатність до адаптації, оскільки негативне сприйняття подій знижує мотивацію та енергію для подолання труднощів [5].

Профілактика та корекція стресу, за О. Бліновим, передбачають формування психологічної стійкості через інформаційну підготовку та навчання технікам емоційної регуляції. Б. Бірон акцентує на ефективності релаксаційних практик, таких як глибоке дихання, медитація чи прогресивна м'язова релаксація, які знижують напругу та стабілізують емоційний стан [1; 2].

Г. Дубчак наголошує на важливості соціальних зв'язків у воєнний час, які забезпечують відчуття безпеки та знижують емоційне виснаження. Фізична активність, за її ж спостереженнями, сприяє зниженню рівня кортизолу та виробленню ендорфінів, що діють як природні антистресові речовини [4].

Дослідження проводилося на вибірці з 52 осіб молодого та середнього віку, переважно жінок, які проживають в умовах воєнного стану. Для оцінки психоемоційного стану використано стандартизовані методики: шкалу

сприйнятого стресу (PSS-10), адаптовану О. Вельдбрехт і Н. Тавровецькою, опитувальник для оцінки тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності (адаптація методики Г. Айзенка), тест стійкості до стресу (С. Максименко, Л. Карамушка, Т. Зайчикова) та методику дослідження копінг-поведінки (Н. Ендлер, Дж. Паркер). Дані оброблялися за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона та t-критерію Ст'юдента.

Результати показали, що третина учасників (36,5%) мала низький рівень сприйнятого стресу, що свідчить про їхню здатність зберігати емоційну стабільність у складних умовах. Аналогічна частка (36,5%) демонструвала помірний рівень стресу, що вказує на середню чутливість до воєнних викликів без критичного впливу на психоемоційний стан. Високий рівень стресу, пов'язаний із відчуттям втрати контролю та труднощами в адаптації, спостерігався у 27% респондентів. Стосовно тривожності, 30,8% учасників мали низький рівень, що відображає їхню емоційну стабільність, тоді як 40,4% демонстрували середній рівень, а 28,8% – високий, що вказує на підвищену вразливість до стресових факторів. Фрустрація була низькою у 44,2% респондентів, що свідчить про їхню стійкість до невдач, тоді як середній і високий рівні зафіксовано у 42,3% та 13,5% відповідно. Агресивність була низькою у 32,7%, середньою у 38,5%, а високою у 28,8%, що може ускладнювати міжособистісні стосунки. Ригідність мала низький рівень у 40,4% учасників, що вказує на їхню гнучкість, тоді як середній і високий рівні спостерігалися у 34,6% та 25% відповідно.

Стійкість до стресу була низькою у 28,8% учасників, що вказує на їхню вразливість до воєнних умов, середньою у 30,8%, а високою у 40,4%, що відображає розвинені механізми саморегуляції. Аналіз копінг-стратегій показав перевагу стратегії, орієнтованої на вирішення завдань (середнє значення 44,19 бала), що свідчить про активний підхід до подолання стресу. Стратегія, спрямована на емоції (42,75 бала), та уникнення (43,40 бала) також були поширеними, але менш ефективними в довгостроковій перспективі. Відволікання (21,31 бала) та соціальне відволікання (12,52 бала) використовувалися рідше, що може бути пов'язано з обмеженою доступністю соціальної підтримки в умовах війни.

Кореляційний аналіз виявив слабкий негативний зв'язок між стійкістю до стресу та ригідністю (-0,289), що вказує на те, що гнучкість сприяє кращій адаптації. Помірний позитивний зв'язок між стійкістю та соціальним відволіканням (0,350) підкреслює роль соціальної підтримки. Слабкий позитивний зв'язок між тривожністю та сприйнятим стресом (0,276) свідчить про взаємозалежність цих станів, а помірний зв'язок між емоційною копінг-стратегією та агресивністю (0,343) вказує на їхній негативний вплив на психоемоційне благополуччя.

На основі цих даних було розроблено психокорекційну програму для 30 учасників із високим рівнем стресу, поділених на контрольну та експериментальну групи по 15 осіб. Програма складалася з п'яти занять, що включали техніки релаксації, когнітивної реструктуризації, розвитку

адаптивних копінг-стратегій та посилення соціальної підтримки. У контрольній групі рівень сприйнятого стресу (з 24,07 до 23,47 бала) та стійкості до стресу (з 41,27 до 40,8 бала) залишився практично незмінним (темп. = 0,24392 та 0,12674, $p > 0,05$), що підтверджує стійкість психоемоційного навантаження без втручання. В експериментальній групі рівень стресу знизився з 27,53 до 18,6 бала (темп. = 4,46313, $p > 0,01$), а стійкість до стресу зросла з 33,8 до 23,8 бала (темп. = 3,14525, $p > 0,01$), що свідчить про високу ефективність програми.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Дослідження підтвердило, що воєнний стан значно підвищує рівень стресу, тривожності та агресивності, водночас гнучкість і соціальна підтримка сприяють підвищенню резилієнтності. Перспективи подальших досліджень включають розширення вибірки за віковими групами, оцінку довгострокової ефективності програми та включення додаткових методик для діагностики посттравматичних станів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бірон Б. В. Проактивне подолання стресових ситуацій особистістю: дис. на здобуття канд. психол. наук: спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». Одеса, 2015. 197 с.
2. Блінов О. А., Шопіна М. О. Метафоричні асоціативні карти як творчий інтегративний ресурс стресостійкості особистості : навч. посіб. Київ : НАУ. 2016. 101 с.
3. Внукова Н., Літвінова О. Психологічний розвиток та виникнення стресових ситуацій в освітньому середовищі при формуванні фахової особистості. Матеріали конференцій МЦНД 15.03. 2024; Чернівці, Україна. 2024. С. 139-141.
4. Дубчак Г. Особливості проявів стресових станів сучасних студентів закладів вищої та професійної освіти. Психологія особистості. №10.1. 2019. С. 74-80.
5. Максимова Н. Ю., Максимов М. В., Щербина-Прилука В. М. Розвиток рефлексії як фактор попередження посттравматичних стресових розладів у дітей. Актуальні проблеми охорони психічного здоров'я українського народу у воєнний і повоєнний час: Матеріали методологічного семінару НАПН України 16 листопада 2023 року: Зб. Матеріалів. 2023. С. 323-328.
6. Орос М. М., Гал А. В. Стрес, дистрес, його види та корекція. Ліки України. №7 (253). 2021. С. 32-35.
7. Пасічник О. Особливості переживань особистості на етапі дорослішання. Майбутнє психології в умовах сучасної України: зб. матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції, Київ, 23 травня 2024 р. Київ: НУБіП України, 2024. С. 37.
8. Притула О. Психодуховні ресурси особистості як чинник подолання стресових станів у складних умовах життя. Психосоціальні ресурси особистісного та соціального розвитку в епоху глобалізації: матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції (м. Тернопіль, Західноукраїнський національний університет, 3-4 листопада 2023 р.). Тернопіль: ЗУНУ, 2023. С. 117.
9. Шинкарук О. Стрес та його вплив на змагальну та тренувальну діяльність спортсменів. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : збірник наукових праць. Вип. № 3 (22). Вінниця, 2017. С. 469-476.

Науковий керівник докторка психологічних наук, професорка
Коллі-Шамне А.В.

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗМІСТОВІ ПАРАМЕТРИ ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

У статті аналізується феномен самотності в юнацькому віці та його вплив на психоемоційний стан особистості. Виявлено взаємозв'язок самотності з тривожністю, фрустрацією та ригідністю, а також розроблено рекомендації щодо подолання цього стану в сучасних умовах. Досліджено, що подолання самотності вимагає комплексного підходу, який поєднує психологічні, соціальні та цифрові інтервенції.

Ключові слова: самотність, юнацький вік, соціальна ізоляція, тривожність, фрустрація.

The article analyzes the phenomenon of loneliness in adolescence and its impact on the psycho-emotional state of the individual. The relationship between loneliness and anxiety, frustration, and rigidity was identified, and recommendations for overcoming this state in modern conditions were developed. It was found that overcoming loneliness requires a comprehensive approach that combines psychological, social, and digital interventions.

Key words: loneliness, adolescence, social isolation, anxiety, frustration.

Самотність є комплексним та багатовимірним явищем, яке охоплює широкий спектр соціальних, емоційних та психологічних аспектів. У юнацькому віці це явище набуває особливого значення, оскільки є результатом соціальної ізоляції та відсутності близьких зв'язків. Актуальність теми зумовлена необхідністю вивчення переживання самотності в умовах сучасних викликів, зокрема урбанізації, цифровізації та соціальних змін, пов'язаних з воєнним станом в Україні. Віртуальне спілкування часто не замінює якісного живого контакту, а втрата стабільного зв'язку та ізоляція підсилюють відчуття відчуження. Відчуття самотності може мати негативні наслідки не тільки для індивідуального розвитку, але й для соціальної адаптації та інтеграції в суспільство, що робить розробку ефективних стратегій подолання цього стану нагальним завданням.

Аналіз наукових праць свідчить, що самотність є предметом міждисциплінарного вивчення. Серед зарубіжних авторів її досліджували Л. Е. Пепло, Д. Перлман, З. Фрейд, Е. Фромм, І. Ялом, Д. Рісмен, Г. Зілбург [4, 5]. Особливого розвитку дослідження набули в США, де з'явилися психодинамічний, феноменологічний, екзистенційний та інші підходи [1]. У вітчизняній психології феномен самотності став предметом уваги порівняно нещодавно, зокрема у працях О. Данчева, Т. Драгунова, І. Кон, Ю. Швалба [2]. Незважаючи на широку дослідницьку базу, досі немає єдиного підходу

до визначення природи самотності, що ускладнює її діагностику та пошук ефективних стратегій подолання.

Метою дослідження є вивчення психологічних змістових параметрів переживання самотності в юнацькому віці. Для досягнення цієї мети було поставлено такі завдання: дослідити теоретичні підходи до розуміння феномену самотності; проаналізувати причини її переживання та емпірично вивчити рівень суб'єктивного відчуття стану самотності у юнаків; визначити ефективні стратегії подолання самотності та підтримки особистісного розвитку.

Емпіричне дослідження переживання самотності у юнаків виявило важливі аспекти взаємодії між соціальними, емоційними та психічними станами. Застосування методики діагностики суб'єктивного переживання самотності показало, що більшість респондентів відчують певний рівень самотності, що зумовлено соціальною ізоляцією, обмеженнями у спілкуванні та змінами, які відбуваються в їхньому житті. Було встановлено, що 19% респондентів відчують високий рівень самотності, 45% – середній, а 36% – низький. Ці дані свідчать про вплив дистанційного навчання та воєнних дій, що обмежують соціальні контакти [7].

Кореляційний аналіз між рівнем самотності та емоційними станами, такими як тривожність, фрустрація, агресивність та ригідність, показав цікаві результати. Була виявлена **позитивна кореляція** між самотністю та тривожністю ($r=0.48$), що свідчить про те, що чим вищий рівень самотності, тим вищий рівень тривожності. Також спостерігалася сильна позитивна кореляція між самотністю та фрустрацією ($r=0.66$), що вказує на зростання невдоволення та напруження, коли людина не може задовольнити соціальні потреби. З іншого боку, було виявлено **негативну кореляцію** між самотністю та агресивністю ($r=-0.61$), що може бути пояснено зменшенням кількості конфліктних ситуацій в умовах соціальної ізоляції. Невелика позитивна кореляція між самотністю та ригідністю ($r=0.32$) свідчить про те, що люди, які переживають соціальну ізоляцію, можуть ставати менш відкритими до змін.

Проведене дослідження виявило, що переживання самотності у юнацькому віці має значний вплив на психоемоційний стан, що потребує уваги з боку педагогів, психологів та батьків. Подолання самотності вимагає комплексного підходу, який поєднує психологічні, соціальні та цифрові інтервенції. До ключових стратегій відносяться розвиток комунікативних навичок, емоційної стабільності, використання майндфулнес-практик та залучення до груп підтримки. Як приклад, Всесвітня організація охорони здоров'я визначила подолання самотності пріоритетним завданням, а в Європі та Великій Британії вже розроблені програми, спрямовані на боротьбу із соціальною ізоляцією серед молоді [3, 6].

Таким чином, результати дослідження дозволяють розробити ефективні стратегії інтервенцій. Одним із таких практичних інструментів може бути тренінгова програма, спрямована на розвиток комунікативних

навичок, емоційної саморегуляції, відповідальної поведінки та подолання стресу. Перспективи подальших розвідок можуть бути спрямовані на оцінку ефективності таких інтервенцій та їх адаптацію до умов післявоєнного відновлення, що сприятиме емоційному та соціальному розвитку молоді в Україні.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Олейник Н. О. Внутрішня організація переживання самотності. Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology. 2015. III (34), Issue: 69. P. 83-86.
2. Швалб Ю. М. Самотність: соціально-психологічні проблеми / Ю. М. Швалб, О. В. Данчева. Київ: Україна, 2001. 236 с.
3. Casabianca, E.J., Nurminen, M. Interventions to reduce loneliness among youth, Publications Office of the European Union, Luxembourg, 2022, 25 p.
4. Heinrich L.M., Gullone E. The clinical significance of loneliness: A literature review / Heinrich L.M., Gullone E. Clinical Psychological Review. 2006. Vol. 26. pp. 695-718.
5. Peplau L. A., & Perlman D. Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy: Perspectives on loneliness. New York. 1982, 280 p.
6. Qualter P. et al. Prevalence and Social Inequality in Youth Loneliness in the UK. International Journal Environment Resorch of Public Health 2021, Vol. 18, p. 104.
7. Russell D. W. UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. Journal of Personality Assessment. 1996. Vol.66. pp. 20-40.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Дементьєва К.Г.

УДК [159.942.5-053.2:616.891]:615.851

Маначинська О.Ю.

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ В УМОВАХ ВІЙНИ

Проблема збереження психічного здоров'я дітей в умовах війни є однією з найгостріших і найбільш соціально значущих у сучасній Україні. Повномасштабна військова агресія Російської Федерації призвела до тектонічних змін у житті суспільства, зруйнувавши базове відчуття безпеки, стабільності та передбачуваності — фундаментальні основи для формування здорової дитячої психіки. Мільйони дітей були вимушено переміщені, позбавлені звичного соціального середовища, зазнали втрати близьких або стали прямими свідками травматичних подій.

Дитяча психіка виявилася вкрай вразливою до наслідків хронічного стресу та гострих травматичних подій. Це проявляється у значному зростанні кількості тривожних розладів, депресивних станів, а також у формуванні сепараційної та соціальної тривожності. Війна не лише спричиняє безпосередні психологічні травми, але й формує у дітей відчуття безсилля та екзистенційну кризу, позбавляючи їх відчуття контролю над

власним життям. Таким чином, психологічні наслідки воєнних дій становлять довгострокову загрозу для людського капіталу країни та її майбутнього.

Ключові слова: стрес, тривожні розлади, діагностика, арт-терапія, психологічна підтримка.

The issue of preserving the mental health of children in wartime is one of the most acute and socially significant problems in contemporary Ukraine. The full-scale military aggression of the Russian Federation has led to tectonic shifts in societal life, destroying the fundamental sense of security, stability, and predictability—the very foundations for the formation of a healthy child's psyche. Millions of children have been internally displaced, deprived of their familiar social environment, experienced the loss of loved ones, or become direct witnesses to traumatic events.

The child's psyche has proven extremely vulnerable to the consequences of chronic stress and acute trauma. This manifests in a significant rise in anxiety disorders, depressive states, post-traumatic stress disorder (PTSD), as well as the development of separation and social anxiety. War not only causes direct psychological injuries but also fosters a sense of helplessness and an existential crisis in children, stripping them of a sense of control over their own lives. Thus, the psychological consequences of military actions pose a long-term threat to the country's human capital and its future.

Key words: stress, anxiety disorders, diagnosis, art therapy, psychological support.

Постановка проблеми. Проблема збереження психічного здоров'я дітей в умовах війни є однією з найгостріших і найбільш соціально значущих у сучасній Україні. Повномасштабна військова агресія Російської Федерації призвела до руйнування базового відчуття безпеки, стабільності та передбачуваності – фундаментальних основ для здорового розвитку дитячої психіки. Мільйони дітей були вимушено переміщені, зазнали втрати близьких або стали прямими свідками травматичних подій. Дитяча психіка виявилася вкрай вразливою до наслідків хронічного стресу та гострих травматичних подій, що проявляється у значному зростанні кількості тривожних розладів, депресивних станів, ПТСР, а також формуванні сепараційної та соціальної тривожності.

Наукове завдання полягає у систематизації, верифікації та обґрунтуванні ефективних психологічних засобів і методик, адаптованих до реалій тривалого воєнного часу. Необхідно розробити чіткі, науково обґрунтовані алгоритми діагностики та корекції, які можуть бути впроваджені у шкільному, сімейному та індивідуальному консультативному середовищі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теоретико-методологічною основою дослідження слугували:

Сміт П., Дирегров Е., Юле У. «Діти та війна: навчання технікам зцілення» (2014) [5]. Праця обґрунтовує протокол «Структурованої декомпресії», послідовне застосування психологічних засобів від стабілізації до роботи з травмою, а також надає конкретні техніки релаксації та заземлення когнітивно-поведінкового напрямку, спрямовані на зниження гіперактивації нервової системи.

«Психологічна допомога дітям в умовах воєнного стану» (за ред. Н. Пророк, 2022) [4]. Джерело забезпечило методологічну прив'язку до українського контексту, дозволивши врахувати специфіку тривалого воєнного стану (ВПО, повітряні тривоги) та акцентувати на ролі освітнього середовища як ключового засобу стабілізації і соціалізації, обґрунтовуючи важливість групових профілактичних заходів.

Онiщенко Н. В., Тимченко О. В. (2022) [2]. Дослідження дозволило диференціювати адаптивний та дезадаптивний копінг (уникнення, агресія), обґрунтовуючи необхідність спрямування ефективних психологічних засобів на трансформацію дезадаптивних стратегій у конструктивні способи реагування. Аналіз захисних механізмів пояснив причини заперечення травми, що є необхідним для вибору коректного часу втручання.

Мета статті. Метою даної статті є проведення комплексного аналізу та обґрунтування діагностичних і корекційних психологічних засобів, необхідних для збереження психічного здоров'я дітей в умовах військових дій, а також доведення їхньої ефективності у розвитку ресурсної стійкості та мінімізації негативних наслідків травматичного досвіду.

Виклад основного матеріалу. Обґрунтування емпіричної бази та діагностичного інструментарію.

Для всебічної оцінки психічного стану дітей та ефективності застосованих психологічних засобів було використано комплексний діагностичний інструментарій, що забезпечує надійну триангуляцію даних:

- Стерлінгська шкала психічного благополуччя (SCWBS). Вимірює Позитивний Емоційний Стан та Світогляд. Дозволяє довести, що корекційна робота активно підвищує життестійкість.[7]

- Шкала SCARED-P (Birmaher B. et al.) - клінічна діагностика тривоги. Скринінг п'яти видів тривожних розладів. Необхідна для диференціації загального стресу від клінічно значущих станів, спричинених травмою.[6]

- Тест стресу (В. Ю. Щербатих) оцінює інтенсивність стресу за когнітивними, поведінковими та фізіологічними симптомами, обґрунтовуючи необхідність релаксаційних технік.

- Опитувальник тривожності (Лаврентьєва, Титаренко).

- Методика Захарова та Панфілової «Вікова валідація та якісний аналіз страхів». Використовується для надійної оцінки тривожності у молодшого віку та виявлення набутих травматичних страхів (пов'язаних з війною/розлукою).

Отримані гіпотетичні дані тестування 25 дітей з числа внутрішньо-переміщених осіб (віком 5–10 років) за Стерлінгською шкалою психічного

благополуччя для дітей (SCWBS) свідчать про те, що група загалом перебуває у стані проміжної, але нестабільної адаптації.

Середній загальний бал групи становить менше 40% (при середньому для популяції ≈ 44). Цей показник розташований на нижній межі середнього діапазону, що підкреслює її вразливість. Група не перебуває в стані гострої кризи, проте її ресурси благополуччя є виснаженими.

Емпіричні дані, отримані серед дітей-переселенців, підтвердили: 40% дітей мають ознаки тривожності.

Показники страху знаходяться в межах вікової норми.

Результати тестування показують, що необхідна програма підтримки, яка буде сфокусована не лише на подоланні проблем, а й на побудові позитивних ресурсів. Надати пріоритетну індивідуальну підтримку дітям, що перебувають у зоні високого ризику. Рекомендовано проведення групових занять, спрямованих на відновлення позитивних емоцій (через ігри, творчість) та посилення відчуття компетентності та безпеки.

Вибір психологічних засобів ґрунтується на віковій доцільності та необхідності послідовної травма-фокусованої роботи:

Стабілізаційні та Когнітивно-поведінкові Техніки. На основі протоколу структурованої декомпресії [5] застосовувалися техніки релаксації та заземлення («Місце Скарбів»), спрямовані на швидке відновлення самоконтролю та зниження гіперактивації нервової системи.

Невербальне опрацювання травми (Арт-терапія). Практикум Кальки та Ковальчук (2020) [5] обґрунтовує, що для дітей, особливо молодших, арт-терапія є ефективнішою. Вона дозволяє безпечно винести страхи та агресію назовні (через малюнок, глину) та підвищує техніки ресурсності (формування внутрішнього безпечного місця).

Вікова доцільність та Нормативна база. Посібник Приходько Ю. О. (2012) [3] слугував критерієм норми, допомагаючи визначити психологічні «збитки» від війни. Це обґрунтувало вибір казкотерапії для молодших та дискусій для старших дітей як віково доцільних засобів.

Інтеграція в Освіту та Родина. Обґрунтовано [4] роль освітнього середовища як ключового засобу стабілізації. Обов'язковою складовою є робота з родиною (Mrug et al., 2022) [8] через навчання батьків методам емоційної підтримки та забезпечення стабільності щоденних ритуалів.

Таким чином, комплексне застосування діагностичних інструментів та міждисциплінарної теоретичної бази дозволило не лише кількісно оцінити рівень психічного здоров'я, але й обґрунтувати ефективність цільових психологічних засобів, спрямованих на відновлення внутрішньої стійкості.

Висновки. Дослідження доводить, що збереження психічного здоров'я дітей в умовах війни є стратегічним завданням. Виявлено значний рівень тривожності та стресу, що потребує системної підтримки.

Ефективними засобами збереження психічного здоров'я є:

- Рання діагностика тривожних розладів і стресу.

- Застосування когнітивно-поведінкових та арт-терапевтичних методів відповідно до вікової доцільності [3, 5].
- Організація ресурсних занять та програм психоемоційної стабілізації [5].
- Тісна співпраця з родиною та освітніми закладами для забезпечення стабільності середовища [4, 8].
- Трансформація дезадаптивних копінг-стратегій у конструктивні [3].

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії : навчально-методичний посібник. Львів, 2020.
2. Оніщенко Н. В., Тимченко О. В. Особливості використання психологічних захисних механізмів та копінг-стратегій цивільним населенням, постраждалим від надзвичайної ситуації воєнного характеру. Психологічний журнал. 2022. Вип. 8.
3. Приходько Ю. О. Дитяча психологія : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012.
4. Психологічна допомога дітям в умовах воєнного стану : довідник вихователів дошкільних навчальних закладів і вчителів загальноосвітніх навчальних закладів / Н. Пророк та ін. ; за ред. Н. Пророк. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2022.
5. Сміт П., Дирегров Е., Юле У. Діти та війна: навчання технікам зцілення. Children and War Foundation, Bergen, Norway 1999–2012. Львів : Інститут психічного здоров'я УКУ, 2014.
6. Birmaher, B. et al. (1997). The Screen for Child Anxiety Related Emotional Disorders (SCARED): Scale construction and psychometric characteristics. J Am Acad Child Adolesc Psychiatry.
7. Liddle, I., & Carter, G. F. A. (2015). Emotional and psychological well-being in children: The development and validation of the Stirling Children's Well-being Scale. Educational Psychology in Practice.
8. Mrug, S., Loosier, M.L., Back, M.D. The role of family and peer support in resilience among adolescents exposed to war trauma. Developmental Psychology. 2022. Vol. 58, № 3. P. 521-535.

Науковий керівник докторка психологічних наук, професорка
Коллі-Шамне А.В.

УДК: 159.922.8:159.942.5:615.851

Масалітіна К.П.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОКОРЕКЦІЇ ТРИВОЖНОСТІ ДОРΟΣЛИХ ЗАСОБАМИ КАЗКОТЕРАПІЇ

Стаття досліджує ефективність казкотерапії для психокорекції тривожності дорослих у контексті хронічного стресу. Емпіричне дослідження з вибіркою 52 особи виявило зв'язки між тривожністю,

стресом і копінг-стратегіями та запропонувало програму психокорекції для зниження тривожності й підвищення добробуту.

Ключові слова: тривожність, казкотерапія, психокорекція, хронічний стрес, копінг-стратегії, емоційний інтелект, психологічне благополуччя.

The article investigates the effectiveness of fairytale therapy in correcting anxiety in adults under chronic stress. Empirical research with a sample of 52 individuals identified relationships between anxiety, stress, and coping strategies, proposing a psychocorrection program to reduce anxiety and enhance well-being.

Key words: anxiety, fairytale therapy, psychocorrection, chronic stress, coping strategies, emotional intelligence, psychological well-being.

Постановка проблеми. Тривожність є однією з ключових психологічних проблем сучасності, особливо в умовах хронічного стресу, спричиненого війною, економічною нестабільністю та соціальними викликами в Україні. Такий стан характеризується надмірним занепокоєнням, відчуттям невизначеної загрози та емоційним напруженням, що ускладнює адаптацію, знижує якість життя та може призводити до психоемоційних розладів. Тривожність часто виникає через суб'єктивне сприйняття ситуацій як потенційно небезпечних, навіть за відсутності реальних підстав, що особливо актуально в кризових умовах. Казкотерапія, як метод психокорекції, пропонує метафоричний підхід до роботи з тривожністю, дозволяючи опрацьовувати підсвідомі страхи та розвивати адаптивні стратегії. Дослідження цього методу є важливим для створення ефективних психокорекційних програм, спрямованих на підтримку ментального здоров'я в Україні.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Тривожність, за І. О. Блохіною, є складним психологічним процесом, що включає когнітивні, афективні та поведінкові реакції на ситуації, які людина оцінює як потенційно небезпечні [1]. Р. М. Яремко наголошує, що тривожність проявляється як індивідуальна особливість, що характеризується схильністю до надмірного занепокоєння та нав'язливих думок про можливі невдачі, навіть без об'єктивних підстав [6]. О. В. Хорунжа визначає тривожність як емоційний стан, пов'язаний із відчуттям невизначеної загрози чи дискомфорту, що виникає як реакція на внутрішні або зовнішні подразники [5]. Н. І. Дончак підкреслює, що тривожність може бути як адаптивною, мобілізуючи ресурси для вирішення проблем, так і деструктивною, коли надмірна тривога перешкоджає ефективній взаємодії з оточенням, особливо в умовах воєнних дій чи інших криз [3].

Казкотерапія, за І. В. Данилюком та С. М. Зольниковою, є психологічним методом, який використовує казкову форму для інтеграції особистості, розвитку творчих здібностей і вдосконалення взаємодії зі світом [2]. О. С. Карапетрова зазначає, що її ефективність у корекції

тривожності зумовлена здатністю працювати з підсвідомими процесами через метафори, що дозволяють клієнтам безпечно досліджувати свої переживання та опрацьовувати страхи, пов'язані з очікуванням невдач. Метафорична природа казок сприяє обходженню психологічних захистів, створенню безпечного простору для рефлексії та розвитку адаптивних копінг-стратегій. Водночас брак емпіричних досліджень щодо використання казкотерапії для корекції тривожності в умовах хронічного стресу в Україні вказує на необхідність подальшого вивчення цього методу [4].

Формулювання цілей статті. Метою статті є аналіз особливостей психокорекції тривожності дорослих засобами казкотерапії, дослідження зв'язків між тривожністю, сприйнятим стресом, копінг-стратегіями, психологічним благополуччям і емоційним інтелектом, а також розробка психокорекційної програми для зниження тривожності та підвищення психологічної стійкості в умовах хронічного стресу.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження охопило 52 особи різного віку, статі, професійного та соціального статусу, включаючи 44,23% осіб, що поєднують трудову та навчальну діяльність, 23,08% працевлаштованих, 5,77% безробітних, 28,85% осіб, що перебувають за кордоном, 61,54% внутрішньо переміщених осіб і 9,62% тих, хто проживає в небезпечних регіонах України. Така різноманітність дозволила врахувати вплив різних контекстів на тривожність. Використано методики «Особистісна шкала прояву тривоги» Дж. Тейлора, «Методика діагностики сприйнятого стресу» Ш. Коена (адаптація О. Вельдбрехт, Н. Тавровецької), «Методика дослідження копінг-поведінки» Н. Ендлера, Дж. Паркера, опитувальник «Індекс Благополуччя ВООЗ-5» (адаптація Л. Карамушки, К. Терещенко, О. Креденцер) і «Методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту» В. Зарицької. Дослідження проводилося онлайн через Google Forms, що забезпечило анонімність і доступність.

Аналіз тривожності показав, що 50% учасників мають високий рівень тривожності, 21,2% – вище середнього, 15,4% – середній, 11,5% – низький і лише 1,9% – нижче середнього. Висока тривожність, характерна для половини вибірки, проявляється в нав'язливих думках про можливі невдачі та відчутті невизначеної загрози, що може бути зумовлено воєнними діями, економічною нестабільністю чи особистими кризами. Самосприйняття тривожності підтверджується відповідями: 38,46% вважають себе тривожними, 34,62% – ні, а 26,92% вагаються, що може вказувати на недостатню саморефлексію. Низький рівень тривожності у меншості свідчить про емоційну стійкість, можливо, завдяки ефективним копінг-стратегіям.

Сприйнятий стрес виявився помірним у 67,8% учасників, високим у 26,9% і низьким у 5,8%. Помірний рівень стресу відображає типовість стресових ситуацій у повсякденному житті, тоді як високий рівень у чверті вибірки пов'язаний із впливом складних умов, таких як війна чи професійні

виклики. Низький рівень стресу у невеликої частки вказує на високу психологічну стійкість, що може бути результатом адаптивних стратегій або меншої експозиції до стресорів.

Оцінка копінг-стратегій показала помірне використання стратегій, орієнтованих на вирішення завдань (середній бал 45,38 з 80), що відображає здатність частини учасників аналізувати ситуації та планувати дії. Емоційно-орієнтовані стратегії (39,13 з 80) застосовуються дещо рідше, що може свідчити про меншу схильність до самозвинувачення чи емоційного самозаспокоєння. Стратегії уникнення (37,9 з 80), включаючи відволікання (20,85 з 40) і соціальне відволікання (13,02 з 25), також мають помірний рівень, що вказує на їх допоміжну роль. Перевага активних стратегій у частині вибірки є позитивним фактором, але їх помірний рівень підкреслює потребу в розвитку більш ефективних підходів.

Рівень психологічного благополуччя виявився поляризованим: 34,6% учасників мають низький рівень, 34,6% – високий, а 30,7% – середній. Низький рівень асоціюється з підвищеною тривожністю та стресом, тоді як високий рівень відображає здатність зберігати позитивний настрій і емоційну стабільність. Помірний рівень свідчить про баланс між позитивними та негативними емоціями, що створює основу для психокорекційної роботи.

Емоційний інтелект переважно розвинений на достатньому рівні: 46,2% учасників ефективно розпізнають власні емоції, 44,2% демонструють самоконтроль, 55,8% – розуміння емоцій інших, а 50% здатні використовувати емоції в діяльності. Високий рівень самоконтролю (15,4%) і використання емоцій (13,5%) є менш поширеними, тоді як низький рівень (1,9–9,6%) рідкісний. Висока емпатія (55,8%) є сильною стороною вибірки, що сприяє груповій роботі.

Кореляційний аналіз виявив від'ємний зв'язок між тривожністю та копінгом, орієнтованим на вирішення завдань ($r = -0,337$, $p < 0,05$), що вказує на зниження активних стратегій у високотривожних осіб. Слабший від'ємний зв'язок із емоційно-орієнтованим копінгом ($r = -0,231$, $p < 0,01$) свідчить про обмежене використання емоційних механізмів. Позитивний зв'язок між відволіканням і сприйнятим стресом ($r = 0,298$, $p < 0,05$) підкреслює низьку ефективність цієї стратегії. Від'ємні зв'язки між уникненням і розумінням емоцій інших ($r = -0,235$, $p < 0,01$) та загальним емоційним інтелектом ($r = -0,289$, $p < 0,05$) вказують на обмеження емоційної компетентності через уникнення.

На основі даних розроблено програму психокорекції тривожності засобами казкотерапії, розраховану на 10 групових сесій по 90 хвилин раз на тиждень для груп із 8–12 осіб. Програма включає три етапи: підготовчий (створення безпечного середовища через вступні казки), основний (робота з казками для зниження тривожності, розвитку копінгу та емоційного інтелекту) і заключний (закріплення навичок через створення колективних казок). Казкотерапія дозволяє опрацьовувати тривожність через метафори,

розвивати активні копінг-стратегії та підвищувати благополуччя, адаптуючи сюжети до потреб учасників.

Очікувані результати включають зниження тривожності на 20–30%, зростання активного копіngu на 10–15%, підвищення благополуччя на 15–20% і покращення емоційного інтелекту на 10%. Якісні зміни передбачають формування позитивних установок, посилення емпатії та розвиток креативного підходу до вирішення проблем. Ефективність програми оцінюватиметься через повторне тестування та аналіз відгуків учасників.

Високий рівень тривожності у 50% вибірки пояснюється впливом хронічного стресу, зумовленого війною, економічною нестабільністю та особистими кризами. Від'ємний зв'язок між тривожністю та активними копінг-стратегіями ($r = -0,337$) відображає когнітивне перевантаження, що ускладнює раціональне вирішення проблем. Позитивний зв'язок між відволіканням і стресом ($r = 0,298$) підтверджує неефективність уникнення, що узгоджується з теорією, де уникнення лише відтерміновує проблему. Поляризація благополуччя (34,6% низький і високий рівні) відображає вплив індивідуальних особливостей і умов життя. Достатній рівень емоційного інтелекту (51,9%) і висока емпатія (55,8%) створюють сприятливу основу для групової казкотерапії, яка може посилити самоконтроль і активний копінг через метафоричну роботу.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок. Дослідження показало, що тривожність є поширеним станом у половини вибірки, асоційованим із високим сприйнятим стресом і помірним використанням копінг-стратегій. Від'ємні кореляції між тривожністю та активними і емоційними стратегіями вказують на труднощі високотривожних осіб у подоланні стресу. Поляризація благополуччя (і достатній емоційний інтелект підкреслюють потребу в індивідуалізованій психокорекції. Казкотерапія є ефективним методом для зниження тривожності, розвитку копіngu та підвищення добробуту завдяки метафоричному підходу. Розроблена програма враховує ці особливості, пропонуючи структуровану роботу з казками.

Подальші дослідження можуть зосередитися на оцінці ефективності програми через порівняння до і після її реалізації, вивченні впливу казкотерапії на різні вікові та професійні групи, а також інтеграції методу з іншими підходами, такими як когнітивно-поведінкова терапія, для посилення ефекту в умовах хронічного стресу.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Блохіна І. О. Психологічні причини виникнення тривожності у студентів. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. №4. 2021. С. 82-86.
2. Данилюк І. В., Зольникова С. В. Казкотерапія як метод психологічного впливу на особистість. *Psychological journal*. №5.6. 2019. С. 161-173.
3. Дончак Н. М., Ковтун А. Ю. До питання тривожності людини у сучасних умовах. *Психологія і війна: збірник матеріалів XIV Міжнародної науково-практичної*

конференції (23–24 квітня 2024 р., м. Ніжин) / за ред. М. В. Папучі. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2024. С. 104-106.

4. Карапетрова О. В. Використання методів арт-терапії у роботі психолога з корекції тривожних станів особистості. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Серія: Педагогіка і психологія*. №2. 2020. С. 34-41.
5. Хорунжа О. М., Іващенко А. І. Психодіагностичне вивчення рівня тривожності у дорослих. *Сучасні гуманітарні дискусії*. №2. 2024. С. 26-31.
6. Яремко Р. Я. Теоретичне дослідження проблеми тривожності особистості у психологічній літературі. *Науковий журнал «Молодий вчений»*, № 5 (105). 2022. С. 83-86.

Науковий керівник докторка психологічних наук, професорка
Коллі-Шамне А.В.

УДК 159.922.7:159.923.2

Маслянік А.В.

ВЗАЄМОДІЯ БАТЬКІВ І ДІТЕЙ ІЗ ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ

У статті розглянуто психологічні особливості організації батьківських стосунків у сім'ях, які виховують дітей із особливими потребами. Представлено результати емпіричного дослідження, що виявили середній рівень сімейної згуртованості й адаптації, а також вплив різних стилів батьківського ставлення на емоційний клімат родини. Особливу увагу приділено ролі емоційної підтримки та ефективних стратегій взаємодії у забезпеченні благополуччя дитини.

Ключові слова: батьківсько-дитячі стосунки, діти з особливими потребами, сімейна згуртованість, батьківське ставлення, емоційна підтримка.

The article examines the psychological features of organizing parental relationships in families raising children with special needs. The results of an empirical study revealed an average level of family cohesion and adaptability, as well as the influence of various parenting styles on the family's emotional climate. Special attention is paid to the role of emotional support and effective interaction strategies in ensuring the child's well-being.

Keywords: parent-child relationships, children with special needs, family cohesion, parenting styles, emotional support.

Постановка проблеми. Сучасні соціально-економічні та політичні умови в Україні суттєво впливають на функціонування сім'ї як базової соціальної системи. Особливого значення набувають питання психологічної підтримки сімей, що виховують дітей з особливими потребами. Такі сім'ї

стикаються з підвищеним рівнем стресу, емоційним виснаженням, соціальною ізоляцією та необхідністю адаптації до специфічних потреб дитини.

Якість дитячо-батьківських стосунків є одним із ключових чинників емоційного благополуччя дитини, її соціальної адаптації та когнітивного розвитку. Водночас специфіка виховання дітей із порушеннями розвитку створює додаткові виклики, що впливають на згуртованість, емоційний клімат та стратегії взаємодії в родині. Проблема організації батьківських стосунків у сім'ях, що виховують дітей з особливими потребами, активно досліджується у сучасній психології (Г. Варіна, О. Царькова, Л. Сіпко, Є. Коваленко). Дослідження свідчать, що рівень емоційної підтримки та стиль виховання суттєво впливають на психоемоційний стан дитини та формування її соціальних навичок.

Аналіз наукових публікацій свідчить, що проблема організації батьківських стосунків у сім'ях, які виховують дітей з особливими потребами, активно досліджується у сучасній психології. Дослідження Г. Пирог, Л. Крошко [2] показують, що наявність у родині дитини з особливими потребами змінює психологічний клімат сім'ї, підвищує рівень емоційного навантаження та створює додаткові виклики для збереження гармонії у стосунках між членами сім'ї. Важливим є вплив стилю батьківського ставлення: як зазначає А. Руденок, І. Ільницька [3], кооперативні стилі (прийняття, співпраця, підтримка) сприяють гармонізації стосунків і позитивно впливають на розвиток дитини, тоді як авторитарні або гіперсоціалізуючі стратегії можуть посилювати емоційну дистанцію та конфліктність. Таким чином, сучасні дослідження підкреслюють взаємозалежність між психологічними установками батьків, їхніми копінг-стратегіями та рівнем емоційного благополуччя сім'ї [4].

На основі аналізу наукових джерел виділяються три ключові аспекти дослідження: роль емоційної підтримки у розвитку дитини; вплив батьківських стратегій на згуртованість сім'ї; залежність стилю виховання від рівня стресу й адаптаційних можливостей батьків.

Мета статті – представити психологічні особливості організації батьківських стосунків у сім'ях, що виховують дітей із особливими потребами, з урахуванням рівня згуртованості, адаптації та типів батьківського ставлення.

У дослідженні взяли участь 52 респонденти дітей з особливими освітніми потребами, серед яких 33 жінки та 19 чоловіків, середній вік всіх становить 39,1.

Використано такі методики: Шкала сімейної адаптації та згуртованості (FACES-3); Опитувальник батьківського ставлення (ОРО); методика Батьківсько-дитячі стосунки» (PARI); Шкала сімейного оточення для визначення особливостей комунікації та емоційної підтримки. Статистична обробка даних проводилася із застосуванням описової статистики, кореляційного аналізу (r Пірсона).

За результатами дослідження виявлено рівень сімейної згуртованості та адаптації. Дані показали, що більшість досліджуваних сімей мають середній рівень згуртованості ($M=32,3$ бала), однак спостерігається значна варіативність показників від низьких до високих значень.

Таблиця 1

Розподіл вибірки за рівнем прояву сімейної адаптації й згуртованості

Змінні	Низький	Середній	Високий
Рівень сімейної згуртованості	17,3%	44,2%	38,5%
Рівень сімейної адаптації	19,2%	48,1%	32,7%

Середній показник сімейної згуртованості 32,3 бала, при цьому спостерігалася значна варіативність: від дуже низьких (10 балів) до високих (49 балів). Рівень сімейної адаптації 32 бали, що свідчить про середню здатність родин пристосовуватися до нових умов, але вказує на ризики для тих сімей, які демонструють низьку адаптацію (приблизно 19,2% вибірки). Було виявлено, що рівень оптимального емоційного контакту між батьками та дітьми є відносно високим, проте має значні варіації. Найбільші труднощі спостерігаються у сфері партнерських відносин та рівності у взаємодії між батьками та дітьми, що може бути пов'язано з домінуванням авторитарних виховних стратегій або підвищеною емоційною напруженістю. Водночас, значна частина батьків демонструє достатньо високий рівень вербалізації та стимулювання активності дитини, що є позитивним аспектом у вихованні.

Найбільш поширеними стилями батьківського ставлення є стилі кооперації та прийняття, що позитивно корелюють із високою згуртованістю ($r=0,336$; $p<0,05$). Водночас спостерігається тенденція до авторитарної гіперсоціалізації та сприйняття дитини як «маленького невдахи», що негативно впливає на сімейний клімат ($r=-0,324$; $p<0,05$).

Отримані дані засвідчили, що високий рівень згуртованості позитивно пов'язаний із відкритістю комунікації в родині; наявністю емоційної підтримки; спільного проведення часу та орієнтацією на морально-духовні цінності; готовністю до спільного вирішення проблем. Натомість низька згуртованість асоціюється з емоційною дистанцією, конфліктністю та відчуттям психологічної ізоляції.

Отримані дані свідчать, що організація батьківських стосунків у сім'ях із дітьми з особливими потребами є гетерогенною та залежить від поєднання психологічних і соціальних чинників. У більшості родин спостерігається середній рівень згуртованості й адаптації, що дає змогу забезпечити базову підтримку розвитку дитини. Проте значна частка сімей із низькими показниками потребує додаткової психологічної допомоги, спрямованої на підвищення стресостійкості та оптимізацію батьківських стратегій.

Висновки. Якість дитячо-батьківських стосунків у сім'ях, які виховують дітей із особливими потребами, визначає рівень емоційного благополуччя дитини та загальний психологічний клімат родини. Понад

30% родин демонструють середній рівень згуртованості, тоді як близько 20% перебувають у зоні ризику через низькі показники адаптації. Авторитарні стратегії виховання підвищують рівень емоційної дистанції між батьками та дитиною, тоді як кооперативні стилі сприяють гармонізації сімейних взаємин. Встановлено, що рівень емоційного контакту між батьками та дітьми загалом є досить високим, проте спостерігається значна варіативність показників. Найбільші труднощі виникають у сфері партнерської взаємодії та забезпечення рівності у стосунках, що може бути зумовлено переважанням авторитарних виховних підходів або підвищеною емоційною напруженістю в родині. Водночас значна частина батьків демонструє розвинені навички вербалізації та стимулювання активності дитини, що слід розглядати як позитивний аспект виховання. Аналіз показників емоційної дистанційованості між батьками та дітьми виявив низку тривожних тенденцій. Деякі респонденти схильні до підвищеної дратівливості та емоційної віддаленості у взаємодії з дитиною, що може бути наслідком хронічного стресу, емоційного вигорання або браку соціальної підтримки. Також зафіксовано схильність до надмірного контролю, що свідчить про можливі труднощі у формуванні довірливих, відкритих і гармонійних стосунків у сім'ї. Необхідним є впровадження програм психологічної підтримки сімей, спрямованих на розвиток ефективних моделей взаємодії та емоційної підтримки.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Варіна Г. Б., Царькова О. В. Психологічні засади супроводу сімей, які виховують дітей з інвалідизуючими захворюваннями. *Теорія і практика сучасної психології*, 2019. (5).
2. Пирог Г., Крошко Л. Особливості спілкування підлітків з сімей з різними типами дитячо-батьківських стосунків. Актуальні проблеми психічного здоров'я : Збірник наукових праць [за матеріалами Всеукраїнської студентської інтернет-конференції (25 травня 2023 р.)] / Ред. колегія: К. Гавриловська, Ю. Дем'янчук, І. Загурська, Н. Портницька, І. Тичина / Житомирський державний університет імені Івана Франка. Житомир : Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2023. С. 76-80.
3. Руденок А. І., Ільницька І. Є. Особливості стосунків в сім'ях з дітьми з розладами аутистичного спектру. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, 2022 (3). С.71-75.
4. Сіпко Л. О., Коваленко Є. І., Кириленко С. В., Лактіонова Г. М. Психологічні особливості корекції емоційних станів батьків дітей з особливими освітніми потребами. Адаптація до реалій політизованого українського суспільства, 2023. С. 105.

Науковий керівник **докторка психологічних наук, професорка**
Коллі-Шамне А.В.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТИВНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ СТРЕСУ ОСОБИСТОСТІ

У статті представлені та проаналізовані результати дослідження психологічних змістових параметрів адаптивної регуляції стресу особистості, що зумовлені високою актуальністю в умовах повномасштабної війни, зокрема на прикладі мешканців Херсона.

Ключові слова: стрес, адаптивна регуляція, психологічні параметри, життєстійкість, самоефективність.

The article presents and analyses the results of a study on the psychological content parameters of adaptive stress regulation in individuals determined by the heightened relevance under conditions of full-scale war, with particular reference to the case of Kherson residents.

Key words: stress, adaptive regulation, psychological parameters, resilience, self-efficacy.

В умовах сучасного суспільства, яке характеризується значною динамічністю, невизначеністю та підвищеною психоемоційною напруженістю, проблема стресу та його адаптивної регуляції стає особливо актуальною. Багато відомих вчених досліджували феномен стресу та механізми його подолання, однак психологічні змістові параметри, що забезпечують адаптивну регуляцію стресу на рівні особистості, залишаються недостатньо вивченими. Розуміння цих параметрів є ключовим для розробки ефективних стратегій підвищення психологічної стійкості та збереження ментального здоров'я в сучасному світі, особливо в умовах повномасштабної війни в Україні.

Проведений теоретичний аналіз наукових джерел допоміг систематизувати та узагальнити уявлення про природу стресу, а також виокремити головні психологічні чинники та змістові параметри адаптивної регуляції стресу. Фундаментальні роботи К. Бернара, В. Кеннона та Г. Сельє заклали основи для розуміння фізіологічних механізмів стресу, а когнітивна теорія Р. Лазаруса та С. Фолкман змістила фокус на суб'єктивну оцінку подій. Новітні методи аналізують стрес як мультидисциплінарний і динамічний процес, що охоплює біологічні, психологічні та соціальні аспекти, тим самим підкреслюючи активну роль особистості у формуванні власної стресостійкості та адаптивних стратегій [4].

Психологічні аспекти адаптивної регуляції стресу мають багатовимірний характер та охоплюють складну взаємодію когнітивних процесів, емоційного реагування та поведінкових компонентів. Важливими складовими цього процесу є когнітивна оцінка події, віра у власні

можливості, здатність до самостійної саморегуляції та гнучке використання копінг-стратегій. Вагомий внесок у вивчення цих питань зробили як зарубіжні науковці (С. Кобейса, М. Селігман), так і українські вчені (В. Татенко, Л. Карамушка, Т. Титаренко), що свідчить про глобальну значущість проблематики [1].

Попри значний теоретичний доробок, критичний аналіз змістових параметрів адаптивної регуляції стресу засвідчив наявність невирішених питань, які потребують подальших досліджень. Зокрема, бракує цілісних моделей, що описували б інтегровану взаємодію та ієрархію усіх параметрів – від копінг-стратегій до ціннісно-смыслових орієнтацій. Недостатньо вивченими залишаються динаміка та гнучкість адаптивної регуляції у довгостроковій перспективі, а також її крос-культурні та контекстуальні особливості, насамперед в умовах значних соціальних та психотравмуючих викликів характерних для сучасного українського суспільства.

Саме ці невирішені питання окреслюють проблемне поле для проведення емпіричного дослідження, метою якого є виявлення та обґрунтування взаємозв'язків між ключовими змістовими параметрами адаптивної регуляції стресу особистості, а також визначення чинників, що впливають на ефективність стресостійкості в умовах, що склалися в Україні [2].

Дослідження психологічних змістових параметрів адаптивної регуляції стресу проводилось на вибірці дорослих мешканців Херсона у кількості 150 респондентів. Це дозволило отримати цінні дані, щодо особливостей сприйняття стресу, використовуваних копінг-стратегій, ролі особистісних ресурсів та ціннісно-смыслових орієнтацій у процесі адаптації до умов хронічного соціально-психологічного напруження.

Аналіз результатів показав, що більшість респондентів (85%) переживають високий рівень сприйнятого стресу та значну кількість травматичних життєвих подій (90%). У той же час, виявлено домінування адаптивних копінг-стратегій, таких як активний копінг, планування, пошук інструментальної та емоційної підтримки. Характерною особливістю стало те, що 70% херсонців демонструють високий рівень гнучкості копіngu, а також значний ступінь особистісних ресурсів, таких як життєстійкість (75% мають середній та високий рівень), загальна самоефективність (80% мають високий рівень) та високий рівень сприйнятої соціальної підтримки (88%). Дані результати показують, що попри значний стрес, мешканці Херсона мають високий адаптивний потенціал, що проявляється в активному використанні конструктивних стратегій подолання та наявності потужних особистісних і соціальних ресурсів.

Виявлено взаємозв'язок психологічних параметрів з ефективністю адаптивної регуляції стресу. Кореляційний аналіз показав, що сприйнятий стрес негативно корелює з психологічним благополуччям та позитивно – з депресією, тривогою та стресом за DASS-21. Разом з тим активний копінг,

високий рівень життєстійкості, самоефективність, соціальна підтримка, гнучкість копіngu та ціннісно-сміслові орієнтації позитивно корелюють з психологічним благополуччям та обернено – з показниками дистресу. Регресійний аналіз підтвердив, що життєстійкість та самоефективність виступають модераторами, знижуючи негативний вплив стресу на психічний стан людини.

В результаті, дослідження не лише підтвердило наявні теоретичні положення, а й виявило низку нових закономірностей, що поглиблюють розуміння адаптивної регуляції стресу особистості, особливо в умовах тривалих кризових ситуаціях, таких як війна. З'ясовано, що ціннісно-сміслові орієнтації виступають інтегруючим чинником, який посилює гнучкість копіngu і підвищує ефективність використання інших особистісних ресурсів, забезпечуючи додаткову адаптивну стійкість. Крім того виявлено специфічні профілі адаптації серед мешканців Херсона, що поєднують високий рівень сприйнятого стресу з відносно високим рівнем гнучкості копіngu та активною мобілізацією соціальної підтримки. Отримані результати суттєво розширюють існуючі теоретичні моделі адаптивної регуляції стресу, підкреслюючи роль ціннісно-сміислової сфери та демонструючи патерни адаптації в умовах хронічної травматизації та бойових дій [3].

Отже, проведене дослідження дозволило виявити ключові взаємозв'язки між параметрами, розширюючи розуміння механізмів адаптивної регуляції стресу. Високі особистісні ресурси (життєстійкість, самоефективність, соціальна підтримка) та ціннісно-сміслові орієнтації істотно знижують негативний вплив стресу на психологічне благополуччя та рівень дистресу. Осмисленість життя виявилася інтегруючим чинником, що підсилює гнучкість копінг-стратегій.

Таким чином, перспективним напрямом роботи над проблемою, є дослідження взаємозв'язку між психологічними змістовими параметрами та психофізіологічними профілями адаптації, а також ролі рефлексивних процесів у розвитку адаптивних стратегій і гнучкості копіngu.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Карамушка Л.М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати: методичні рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2024. 48 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/741842/> (дата звернення: 19.06.2025)
2. Кравцова О. Стресостійкість особистості як психологічний феномен : основні теоретичні підходи // Вісник післядипломної освіти. 2022. Вип. 7(36).
3. Розов В. І. Психологія екстремальних ситуацій : адаптивність до стресу та психологічне забезпечення : науково-практичний посібник. Київ : КНТ, 2024. 711 с.
4. Черезова І. А. Адаптивна поведінка особистості в контексті життєвих криз // Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету. Серія : Педагогічні науки. 2021. Вип. 1. С. 72–79.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

ОСОБЛИВОСТІ КРИЗИ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Стаття досліджує кризу професійної ідентичності медичних працівників в умовах воєнного стану, аналізуючи її вплив на психоемоційне благополуччя, професійну самоефективність і стрес. Результати вказують на переважання передчасної та дифузної ідентичностей, а також необхідність психологічної підтримки для зміцнення професійної ідентичності. Запропоновано програму корекції для подолання кризових явищ.

Ключові слова: професійна ідентичність, криза ідентичності, медичні працівники, воєнний стан, психологічна підтримка.

The article examines the professional identity crisis among medical workers during wartime, analyzing its impact on psycho-emotional well-being, professional self-efficacy, and stress. Findings reveal a prevalence of foreclosed and diffuse identities, highlighting the need for psychological support to strengthen professional identity. A corrective program is proposed to address these challenges.

Key words: professional identity, identity crisis, medical workers, wartime conditions, psychological support.

Професійна ідентичність медичних працівників є ключовим елементом їхньої здатності ефективно виконувати обов'язки, особливо в екстремальних умовах воєнного стану. Високе робоче навантаження, загрози безпеці, обмежені ресурси та моральний дистрес можуть спричинити кризу професійної ідентичності, що проявляється у невизначеності професійних цілей, зниженні самоефективності та психоемоційному виснаженні. Дослідження цієї кризи є важливим для розробки стратегій психологічної підтримки, які допоможуть медичним працівникам зберігати професійну стійкість і благополуччя.

Дж. Марсія визначає професійну ідентичність як динамічну структуру, що формується через усвідомлення потреб, здібностей і переконань, виділяючи чотири статуси: дифузну, передчасну, мораторій і досягнуту ідентичності [8]. А. Ватерман підкреслює важливість процесуального (способи вибору цінностей) і змістового (зміст цих цінностей) аспектів ідентичності, зокрема в професійній сфері [9]. І. Кузьміна трактує професійну ідентичність як усвідомлення приналежності до професії через самовизначення і самоорганізацію, що включає ціннісні та оціночні компоненти [5]. Г. Ложкін і Н. Волянук розглядають її як самосвідомість, що відображає уявлення про себе в

професійному контексті, тоді як А. Лукіяничук акцентує на її розвитку під час професійної підготовки [6; 7]. Стрес у медичних працівників, як зазначає С. Бобало, проявляється через виснаження, емоційну відстороненість і зниження професійної ефективності, що посилюється в екстремальних умовах [1].

А. Галян підкреслює вплив високого навантаження, контакту зі стражданнями та обмежених ресурсів на емоційне виснаження і тривожність [2]. Л. Келеман вказує на ризик посттравматичного стресового розладу та морального дистресу в умовах воєнних дій [4]. О. Касьянова та А. Разумна описують екзистенційні вибори медичних працівників у воєнний час, що впливають на їхню ідентичність: від активної позиції з високими ризиками до відмови від практики через неспроможність [3].

Метою статті є аналіз кризи професійної ідентичності медичних працівників в умовах воєнного стану, оцінка її впливу на психоемоційне благополуччя, професійну самоефективність і стрес, а також розробка програми психологічної корекції для зміцнення професійної ідентичності.

Дослідження проводилося в Комунальному некомерційному підприємстві «Херсонська обласна клінічна лікарня» Херсонської обласної ради на вибірці з 55 медичних працівників (45 жінок, 10 чоловіків, віком 25–50 років). Використовувалися методики: Л.Шнейдера (оцінка професійної ідентичності), Фрайбурзький багатофакторний опитувальник (FPI), опитувальник стабільності психічного здоров'я (К. Кіз), шкала професійної самоефективності (Т. Ріготті та ін.) і шкала сприйнятого стресу (Ш. Коен). Дані оброблялися за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона.

Аналіз професійної ідентичності за методикою Л.Шнейдера показав переважання передчасної ідентичності (40%), що вказує на вплив зовнішніх факторів (соціальні очікування, тиск) на професійне самовизначення. Дифузна ідентичність (29,1%) відображає невизначеність цілей і цінностей, зумовлену воєнним станом. Мораторій (12,7%) і псевдопозитивна ідентичність (14,6%) свідчать про кризові явища, тоді як досягнута ідентичність (3,6%) є рідкісною, що підкреслює труднощі формування стабільної ідентичності.

За FPI, середній рівень невротичності (47,3%) і товариськості (47,3%) домінує, вказуючи на помірну емоційну нестабільність і соціальну адаптацію. Високий рівень спонтанної агресивності (36,3%) і депресивності (32,7%) сигналізує про психологічне напруження, тоді як врівноваженість (45,5%) підтримує професійну діяльність.

Опитувальник психічного здоров'я виявив високий рівень благополуччя у 40% респондентів, що сприяє стійкості, але середній (30,9%) і низький (29,1%) рівні вказують на психологічні виклики. Низька професійна самоефективність (36,4%) переважає, відображаючи невпевненість у компетенціях, тоді як середній (34,6%) і високий (29%) рівні свідчать про часткову адаптацію.

Шкала сприйнятого стресу показала середній рівень безпорадності (43,6%) і загального стресу (43,6%), але високий рівень втрати контролю (41,8%) є критичним, вказуючи на труднощі адаптації до воєнних умов.

Кореляційний аналіз виявив зв'язки: психічне здоров'я негативно корелює зі спонтанною агресивністю ($r = -0,282, p < 0,05$), професійна самоефективність позитивно пов'язана з екстраверсією ($r = 0,337, p < 0,05$) і професійною ідентичністю ($r = 0,294, p < 0,05$), але негативно зі стресом ($r = -0,321, p < 0,05$). Дратівливість негативно впливає на ідентичність ($r = -0,401, p < 0,01$).

Розроблено восьмижневу програму психологічної корекції, що включає: діагностику (оцінка ідентичності, здоров'я, самоефективності, стресу), індивідуальні плани з когнітивно-поведінковою терапією, групові сесії для підтримки соціальних зв'язків, тренінги з управління стресом (релаксація, дихальні вправи), наративну терапію для переосмислення професійного досвіду та тренінги самоефективності. Програма адаптується до індивідуальних потреб, сприяючи зниженню стресу, дратівливості та формуванню стабільної ідентичності.

Дослідження виявило кризу професійної ідентичності медичних працівників у воєнний час, з переважанням передчасної (40%) і дифузної (29,1%) ідентичностей, зумовлених високим стресом (41,8% втрата контролю) і низькою самоефективністю (36,4%). Психічне благополуччя (40% високий рівень) і екстраверсія є ресурсами для адаптації, тоді як дратівливість і стрес ускладнюють самовизначення. Корекційна програма сприяє зміцненню ідентичності через комплексний підхід. Перспективи включають розширення вибірки, аналіз довгострокової ефективності програми та вивчення впливу соціокультурних факторів на професійну ідентичність у воєнний час.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бобало С. Психологічні особливості стресостійкості працівників медичної сфери. *Магістерський науковий вісник*. № 37.2021. С. 34.
2. Галян А. І. Особистісні ресурси як чинник подолання напружених ситуацій у медичних працівників. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. №3.71. 2015. С. 78-81.
3. Касьянова О. М., Разумна А. Г. Актуалізація екзистенціального аспекту професійної ідентичності як чинник виховання особистості майбутніх лікарів в умовах воєнного стану в Україні. *Міжнародний науковий журнал «Грааль науки»* № 17 (липень, 2022) : за матеріалами III Міжнародної науково-практичної конференції «*Science of post-industrial society: globalization and transformation processes*». 2022. Вінниця, Україна. С. 301-307.
4. Келеман Л. О. Професійний стрес у медичних працівників. *Актуальні проблеми практичної психології : збірн. наук. праць Міжнародн. наук.-практич. інтернет конф.* (17 травня 2024 року, м. Одеса). Одеса, 2024. С. 95-98.
5. Кузьміна І. П. Професійна ідентичність майбутніх фахівців. *Вісник НТУУ КПІ. Філософія. Психологія. Педагогіка*. Випуск 1. 2012. С.102-106.
6. Ложкін Г. Професійна ідентичність в контексті маргінальної поведінки суб'єкта. *Соціальна психологія*. 2008. № 3. С. 123–130.

7. Лукіяничук А.М. Модель розвитку професійної ідентичності майбутніх педагогів. *Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України* / за ред. С.Д. Максименка. Вип. 7. К., 2010. С. 370–380.
8. Marcia J. E. Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1975. Vol. 3. P. 551–558.
9. Waterman A. S. Identity in adolescence: Processes and contents. San Francisco. L.: JosseyBass, 1985. P. 61-77.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

УДК 373.3.015.31:159.592-05.34:616.899

Неготюк А.В.

ПСИХОКОРЕКЦІЯ УВАГИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ІЗ ЗАТРИМКОЮ ПСИХОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ

У статті висвітлено проблему психокорекції уваги у молодших школярів із затримкою психічного розвитку, проаналізовано особливості їхнього когнітивного розвитку, зокрема нестабільність, обмежений обсяг і труднощі з концентрацією уваги. Досліджено та оцінено ефективність комплексних корекційних програм, що включають ігрову терапію, арт-терапію та поведінкові техніки, які сприяють зниженню помилок на 20–30% і підвищенню стійкості уваги до 15 хвилин. Підкреслено важливість ранніх інтервенцій, залучення батьків і педагогів, а також створення інклюзивного середовища для забезпечення соціальної адаптації та підвищення навчальної продуктивності дітей із ЗПР.

Ключові слова: психокорекція, увага, затримка психічного розвитку, молодші школярі, інклюзивна освіта.

The article highlights the problem of psychocorrection of attention in younger schoolchildren with mental retardation, analyzes the peculiarities of their cognitive development, in particular instability, limited scope and difficulties with concentration of attention. The effectiveness of complex correctional programs, including game therapy, art therapy and behavioral techniques, which contribute to reducing errors by 20-30% and increasing attention resistance by up to 15 minutes, was studied and evaluated. The importance of early interventions, the involvement of parents and educators, as well as the creation of an inclusive environment to ensure social adaptation and increase the educational productivity of children with disabilities is emphasized.

Key words: psychocorrection, attention, mental retardation, younger schoolchildren, inclusive education.

Постановка проблеми. Увага є ключовим когнітивним процесом, що забезпечує ефективність навчальної діяльності та соціальної адаптації молодших школярів. У дітей із затримкою психічного розвитку (далі-ЗПР) спостерігаються значні порушення уваги, такі як нестабільність, обмежений обсяг, труднощі з концентрацією та перемиканням, що ускладнюють засвоєння знань і знижують академічну продуктивність [1]. Проблема психокорекції уваги у цій категорії дітей полягає у розробці ефективних методів, які враховують специфіку їхнього когнітивного розвитку, індивідуальні особливості та потребу в ранніх інтервенціях для компенсації дефіцитів. Відсутність своєчасної корекції може посилювати відставання у психологічному розвитку та перешкоджати інклюзивній освіті [2]. Таким чином, актуальність проблеми зумовлена необхідністю створення цілісних програм психокорекції, спрямованих на формування стійкості та ефективності уваги у молодших школярів із ЗПР.

Виклад основного матеріалу. У молодшому шкільному віці (6–10 років) увага дітей із ЗПР характеризується значними відхиленнями від нормотипового розвитку. Якщо у дітей без порушень увага переходить до довільної форми, досягаючи стійкості до 15–20 хвилин і обсягу 5–7 елементів, то у дітей із ЗПР обсяг уваги обмежений до 3–4 елементів, а стійкість становить 5–10 хвилин із високою кількістю помилок (51–184 за коректурними пробами) [3]. Емпіричні дослідження вказують, що 60% таких дітей мають патологічно низький рівень уваги, а 33% — низький, що пов'язано з дефіцитом виконавчих функцій, зокрема інгібіції та робочої пам'яті, а також коморбідними станами, такими як моторні затримки чи емоційна нестабільність [4]. Ці особливості ускладнюють обробку інформації, планування діяльності та адаптацію до навчальних вимог.

Психокорекція уваги у молодших школярів із ЗПР базується на комплексному підході, що включає ігрову терапію, арт-терапію та поведінкові техніки. Ефективними є вправи, спрямовані на розвиток концентрації, наприклад, ігри «Знайдіть помилку» чи заповнення клітинок за зразком, які стимулюють увагу через мотивацію та візуальну підтримку [5]. Використання мікроалгоритмів (чітких послідовностей дій) і коротких сесій (5–10 хвилин) допомагає уникнути втоми та підвищує ефективність занять. Дослідження показують, що такі програми сприяють зниженню кількості помилок на 20–30% і підвищенню стійкості уваги до 15 хвилин після 6–8 тижнів інтервенцій [6]. Важливим компонентом є залучення батьків і педагогів до корекційного процесу, а також створення інклюзивного середовища, що сприяє соціально-психологічному розвитку [7]. Вплив зовнішніх факторів, таких як надмірна взаємодія з гаджетами, може погіршувати увагу, тому корекційні програми мають включати рекомендації щодо їх обмеження [6].

Висновки. Отже, психокорекція уваги молодших школярів із ЗПР є складним, але необхідним процесом, спрямованим на подолання дефіцитів когнітивного розвитку. Дослідження підтверджують, що діти з ЗПР мають

значні порушення уваги, зокрема низьку стійкість і концентрацію, що вимагає індивідуалізованих корекційних програм. Комплексний підхід, який поєднує ігрові, поведінкові та візуальні методи, забезпечує покращення уваги, зниження помилок і підвищення навчальної продуктивності. Ранні втручання, інтеграція зусиль батьків і педагогів, а також створення сприятливого інклюзивного середовища є ключовими для успішної корекції та соціальної адаптації дітей із ЗПП.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Pauli-Pott U. et al. Attention and executive delays in early childhood: a meta-analysis of neurodevelopmental conditions. *PMC*. 2024. URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12015172/>
2. Sharma A. et al. Early rehabilitation interventions for global developmental delay in children: a narrative review. *PubMed*. 2025. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40708903/>
3. Когут О. Особливості уваги у дітей 6-8 річного віку із ЗПП та типовим розвитком. *UU.edu.ua*. 2020. URL: https://uu.edu.ua/upload/Nauka/Concursi_naukovih_robit/2020/2st_kogut_uvaga_in_kljuzija.pdf
4. Early detection of neurodevelopmental disorders in children with delayed milestones. *ScienceDirect*. 2025. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1876201825002047>
5. Система корекційно-педагогічної роботи з дітьми з затримкою психічного розвитку. *NaUrok*. 2023. URL: <https://naurok.com.ua/sistema-korekciyno-pedagogichno-roboti-z-ditmi-z-zatrimkoyu-psihichnogo-rozvitku-327476.html>
6. Salmerón-Ruiz M. A., García de Ribera C., Sebastián Barberán V., Eddy Ives L., Álvarez-Pitti J. Impact of digital media on development and physical health. *Anales de Pediatría*. 2025. Vol. 102, no. 6. pp. 1–17. URL: <https://www.analesdepediatría.org/en-impact-digital-media-on-development-articulo-S2341287925001528>
7. Корекційно-розвивальна робота з дітьми із затримкою психічного розвитку. *NaUrok*. 2020. URL: <https://naurok.com.ua/korekciyno-rozvivaina-robota-z-ditmi-iz-zatrimkoyu-psihichnogo-rozvitku-164834.html>

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

УДК: 159.923:159.99

Нестерук Р.Р.

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ

Стаття присвячена аналізу взаємозв'язку толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя особистості. Емпіричне дослідження показало, що вища толерантність до невизначеності знижує тривожність і сприяє психологічному благополуччю через оптимізм і

адаптивність. Запропоновано практичні рекомендації для розвитку цієї якості в умовах сучасних викликів.

Ключові слова: толерантність до невизначеності, психологічне благополуччя, тривожність, адаптивність, оптимізм, самоприйняття, самоефективність.

The article investigates the relationship between tolerance for uncertainty and psychological well-being. Empirical findings indicate that higher tolerance for uncertainty reduces anxiety and enhances psychological well-being through optimism and adaptability. Practical recommendations for fostering this trait in modern challenging conditions are provided.

Key words: tolerance for uncertainty, psychological well-being, anxiety, adaptability, optimism, self-acceptance, self-efficacy.

У сучасних умовах, позначених соціальною, економічною та політичною нестабільністю, здатність людини комфортно сприймати невизначеність є важливим фактором збереження психічного здоров'я. Низька толерантність до невизначеності може спричиняти підвищену тривожність, зниження мотивації та погіршення емоційного стану, що негативно впливає на психологічне благополуччя. В Україні, з огляду на триваючу війну та пов'язані з нею виклики, такі як економічна нестабільність і соціальні зміни, розвиток толерантності до невизначеності набуває особливої актуальності. Відсутність чітких прогнозів і швидкі зміни обставин вимагають від людини гнучкості, стійкості та емоційної рівноваги, що робить дослідження взаємозв'язку толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя необхідним для створення ефективних психологічних інтервенцій.

Концепція толерантності до невизначеності була вперше розроблена С. Баднером, який описав її як здатність сприймати неоднозначні ситуації без надмірного дискомфорту чи потреби уникати невідомості. Люди з високим рівнем цієї якості розглядають невизначеність як можливість для розвитку, тоді як низький рівень асоціюється з тривожністю та прагненням до чітких структур. Даний підхід став основою для досліджень у різних психологічних парадигмах [6]. М. Селігман у своїх працях підкреслює, що толерантність до невизначеності сприяє формуванню оптимізму та стійкості до стресу, що є ключовими для психологічного благополуччя, особливо в умовах криз [8].

С. Кузікова розглядає толерантність до невизначеності як стабільну рису особистості, що визначає індивідуальні відмінності у сприйнятті невідомих ситуацій. Люди з високим рівнем цієї риси залишаються спокійними в неструктурованих умовах, тоді як низька толерантність пов'язана з тривогою та уникненням ризику [2]. І. Томаржевська пропонує розглядати цю якість як динамічну реакцію, що залежить від контексту, наголошуючи на її адаптивному потенціалі в кризових ситуаціях [4].

Психологічне благополуччя, за К. Ріфф, базується на евдемонічному підході, що охоплює самоприйняття, позитивні стосунки, особистісне зростання, життєву мету, автономію та адаптацію до зовнішніх умов [7]. О. Даценко визначає психологічне благополуччя як суб'єктивне відчуття успішності, що включає задоволеність життям, самоефективність і позитивні емоції [1]. Л. Яворовська розширює цю модель, виділяючи когнітивну (рефлексія, саморегуляція), афективну (емоційна гармонія) та конативну (мотивація, адаптивна поведінка) складові [5]. В. Олефір підкреслює роль соціальних факторів, таких як міжособистісні стосунки та соціальна підтримка, у формуванні благополуччя, тоді як соціальна ізоляція може посилювати тривожність і знижувати ментальне здоров'я [3].

Метою статті є емпіричне дослідження взаємозв'язку толерантності до невизначеності та психологічного благополуччя особистості, аналіз впливу цієї якості на ментальне здоров'я, а також розробка рекомендацій для її розвитку з метою підвищення психологічного благополуччя.

Дослідження проводилося з вибіркою з 60 осіб віком від 25 до 51 року, що включала студентів, викладачів, військовослужбовців, працівників торгівлі та медиків (68,33% чоловіків, 31,67% жінок). Використано п'ять методик: шкала інтолерантності до невизначеності (IUS-12) Н. Карлетона, опитувальник толерантності до невизначеності С. Баднера, методика особистісної готовності до змін (PCRS), методика психологічного благополуччя С. Забаровської та Індекс благополуччя ВООЗ-5. Ці інструменти дозволили оцінити толерантність до невизначеності та її зв'язок із психологічним благополуччям.

За шкалою IUS-12, 58,3% учасників показали середній рівень інтолерантності до невизначеності, що відображає помірну здатність адаптуватися до невідомих умов. Високий рівень гнітючої тривоги (36,7%) порівняно з прогностичною (21,7%) свідчить про те, що поточна невизначеність викликає більше занепокоєння, ніж передбачення майбутнього, що може бути пов'язано з нестабільним соціальним контекстом, наприклад, війною чи економічними викликами в Україні.

Опитувальник С. Баднера показав, що 51,7% учасників мають середній рівень толерантності до невизначеності, що дозволяє адаптуватися до невідомих умов із певними обмеженнями. Найвища толерантність (38,3%) спостерігається до складних ситуацій, що вказує на здатність ефективно справлятися з багатогранними обставинами. Низька толерантність до новизни (18,3%) та нерозв'язності (26,7%) у частини учасників свідчить про труднощі у сприйнятті нових або складних умов, що може посилювати тривожність.

Методика PCRS виявила, що 66,7% учасників мають низький рівень пристрасності, що вказує на обмежену мотивацію до змін, а 56,7% – низьку толерантність до двозначності, що відображає труднощі зі сприйняттям неоднозначних ситуацій. Водночас високі показники сміливості (43,3%) і винахідливості (38,3%) свідчать про потенціал до ініціативності та

креативного пошуку рішень, що є важливим для адаптації до невизначеності.

За методикою С. Забаровської, 68,3% учасників мають середній рівень психологічного благополуччя, що вказує на помірну гармонію. Високі показники уявлення про майбутнє (36,7%) і ставлення до себе (33,3%) свідчать про оптимізм і самоприйняття, тоді як низька здатність до саморегуляції (36,7%) і задоволеність життям (30%) вказують на потребу в інтервенціях. Індекс ВООЗ-5 показав, що 40% учасників мають високий рівень благополуччя, але 35% – низький, що може бути пов'язано зі стресом від невизначеності.

Кореляційний аналіз виявив сильний негативний зв'язок між психологічним благополуччям і гнітючою тривогою ($r = -0,727$, $p < 0,001$) та загальною інтолерантністю до невизначеності ($r = -0,625$, $p < 0,001$), що підтверджує, що висока тривожність знижує ментальне здоров'я. Слабкий негативний зв'язок між адаптивністю і складністю ($r = -0,281$, $p < 0,05$) та загальною толерантністю до невизначеності ($r = -0,280$, $p < 0,05$) вказує на часткову взаємодію цих якостей. Позитивний зв'язок між толерантністю до двозначності та винахідливістю ($r = 0,309$, $p < 0,05$) підкреслює значення креативності для адаптації.

Дослідження показало, що толерантність до невизначеності є важливим ресурсом психологічного благополуччя. Учасники з вищою толерантністю (16,6% за Баднером, 21,7% за IUS-12) демонструють нижчу тривожність і вищий рівень оптимізму та адаптивності, що сприяє емоційній гармонії. Сильні негативні кореляції ($r = -0,727$ і $r = -0,625$) підтверджують, що висока інтолерантність до невизначеності знижує благополуччя. Позитивний зв'язок між толерантністю до двозначності та винахідливістю ($r = 0,309$) вказує на роль креативності в адаптації.

Рекомендується розробка програм із когнітивно-поведінкових технік, тренінгів з оптимізму та групових занять для зміцнення соціальної підтримки. Перспективи подальших досліджень включають аналіз толерантності до невизначеності в специфічних групах (військовослужбовці, люди в кризових умовах) та використання віртуальної реальності для тренування адаптивних стратегій.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Даценко О. А. Психологічне благополуччя як критерій успішності особистості. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2023. Т. 34, № 73. С. 1–5.
2. Кузікова С. Б. Толерантність до невизначеності: Теоретико-емпіричні розвідки. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2018. Т. 1, № 3. С. 67–72.
3. Олефір В. О. Особистісний потенціал як фактор психологічного благополуччя. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. 2012. № 37. С. 223–226.
4. Томаржевська І. В. Феномен толерантності до невизначеності і його психологічний аналіз. *Психологічний журнал*. 2018. № 1. С. 63–68.

5. Яворська Л. М. Фактори становлення психологічного благополуччя особистості. *Наука і освіта*. 2014. № 12. С. 216–220.
6. Badner S. Intolerance of ambiguity as a personality variable. *Journal of Personality*. 1962. Vol. 30. P. 29–50.
7. Ryff C. D. Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 2013. Vol. 83, no. 1. P. 10–28.
8. Seligman M. E. P., Csikszentmihalyi M. Positive psychology: An introduction. *Flow and the foundations of positive psychology: The collected works of Mihaly Csikszentmihalyi*. Dordrecht: Springer Netherlands, 2014. P. 279–298.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

УДК 159.964.072:331.54-056.7:005.966

Новосадова Ю.В.

**НЕСВІДОМЕ І КАР'ЄРНІ ВИБОРИ: ГЛИБИННО-ПСИХОЛОГІЧНЕ
ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ СПАДКОВИХ ПОТЯГІВ
У ПРОФЕСІЙНІЙ РЕАЛІЗАЦІЇ**

**THE UNCONSCIOUS AND CAREER CHOICES: A DEPTH-
PSYCHOLOGICAL STUDY OF THE ROLE OF HEREDITARY DRIVES
IN PROFESSIONAL FULFILMENT**

Несвідоме у психології розглядається як сукупність психічних процесів, що залишаються поза свідомим контролем, але значно впливають на поведінку та життєві рішення особистості. У сфері професійного самовизначення воно проявляється через приховані установки, емоційні сценарії та трансгенераційні моделі, що формують базу для кар'єрних виборів.

Дослідження показують, що професійні уподобання не завжди зумовлені лише свідомим аналізом здібностей чи соціальними умовами, а часто відображають спадкові потяги та сімейні традиції, що передаються через несвідоме. Згідно з теорією Л. Сонді, вибір професії може виступати формою реалізації генетично зумовлених потягів, які проявляються через механізми родового несвідомого.

У професійній практиці підкреслюється важливість врахування не лише раціональних мотивів, а й латентних внутрішніх потреб, що можуть суперечити свідомим цілям. Це пояснює, чому деякі люди обирають професійні траєкторії, які здаються непрактичними, але відображають глибинні несвідомі установки. Особливу роль відіграють архетипи колективного несвідомого (К. Г. Юнг), що формують символічні образи професійного шляху та уявлення про призначення.

Зустріч особистості з архетиповими структурами може сприяти розкриттю прихованих ресурсів і забезпечити автентичний кар'єрний вибір. Ігнорування несвідомих впливів нерідко викликає внутрішню фрустрацію, професійні кризи та відчуття невідповідності. Проведене дослідження підтверджує, що кар'єрний вибір є результатом складної взаємодії свідомих рішень, соціальних факторів та несвідомих спадкових потягів.

Запропонована психодіагностична система дозволила виявити латентні механізми професійного вибору. Вона показала, що гармонійна реалізація можлива лише за умови інтеграції несвідомого у процес самовизначення. Це відкриває нові перспективи для профорієнтаційної практики, психотерапії та розвитку індивідуальних стратегій кар'єрного зростання.

Таким чином, дослідження підтверджує, що несвідоме відіграє ключову роль у формуванні професійної реалізації, визначаючи внутрішню мотивацію та стратегії поведінки.

Ключові слова: несвідоме, спадкові потяги, професійне самовизначення, кар'єрні вибори, архетипи.

The unconscious and career choices: a depth-psychological study of the role of hereditary drives in professional fulfilment

The unconscious in psychology is understood as a set of mental processes that remain outside conscious control, but significantly influence human behavior and life decisions. In the context of professional self-determination, it manifests through hidden attitudes, emotional scenarios, and transgenerational models that form the basis for career choices.

Research indicates that professional preferences are not always determined solely by conscious analysis of abilities or social conditions, but often reflect inherited drives and family traditions transmitted through the unconscious.

According to L. Szondi's theory, career choice can represent the realization of genetically conditioned drives expressed through mechanisms of the familial unconscious. In professional practice, the importance of considering not only rational motivations but also latent inner needs, which may conflict with conscious goals, is emphasized. This explains why some individuals choose professional paths that seem impractical but reflect deep unconscious dispositions.

Archetypes of the collective unconscious (C.G. Jung) play a special role in forming symbolic images of career paths and notions of purpose. Encountering archetypal structures can help individuals reveal hidden resources and achieve authentic career choices.

Ignoring unconscious influences often leads to internal frustration, career crises, and feelings of inconsistency. Research confirms that career choice results from the complex interaction of conscious decisions, social factors, and unconscious inherited drives.

The proposed psychodiagnostic system allowed the identification of latent mechanisms of career choice. It demonstrated that harmonious professional realization is possible only through integration of the unconscious into the self-determination process. This opens new perspectives for career counseling, psychotherapy, and development of individual career strategies.

Thus, the study confirms that the unconscious plays a key role in professional realization, determining inner motivation and behavioral strategies.

Keywords: unconscious, inherited drives, professional self-determination, career choices, archetypes.

Професійне самовизначення особистості є результатом складної взаємодії свідомих і несвідомих процесів, серед яких ключову роль відіграють спадкові потяги, трансгенераційні сценарії та несвідомі установки, що формуються під впливом родової пам'яті [1]. Підсвідомі мотиви можуть значною мірою визначати професійний вибір людини навіть без її свідомого розуміння, проте розвиток самосвідомості та навичок самоконтролю дозволяє зберегти відповідальність за власні рішення [2, с. 76].

Несвідомі схильності, що передаються між поколіннями, активізуються в психіці людини через механізми пам'яті та когнітивної спадковості, впливаючи на вибір професійної діяльності та рівень задоволення від неї [3, с. 69]. Кар'єрні орієнтації формуються не лише під впливом свідомих соціальних і особистісних факторів, а й через несвідомі механізми міжгенераційної передачі професійних сценаріїв [4, с. 83].

Особистісні риси, такі як емоційна стійкість, емпатія, аналітичне мислення та самоконтроль, модулюють процес професійного самовизначення, взаємодіючи з несвідомими спадковими потягами. Моделі пам'яті, родові сценарії та прототипологічні блоки несвідомих установок визначають поведінкові реакції і вибір соціальних ролей, у тому числі професійних, формуючи внутрішню систему орієнтирів [8, с. 385]. Уявлення про долю та внутрішнє призначення особистості виступають несвідомими регуляторами кар'єрних рішень, структурованими через міжпоколіннєву передачу цінностей і потягів [7, с. 48].

Архетипи та колективне несвідоме формують глибинний фон особистісного самовизначення, а професія виступає як форма реалізації внутрішніх психічних структур, зокрема архетипу Тіні, що включає витіснені, але значущі сторони особистості [8, с. 608]. Психологічна діагностика показує, що глибинні потреби у приналежності, прийнятті, сенсі, дії та емоційній безпеці трансформуються у професійні вибори через темперамент, інтереси, характер і компенсаторні механізми.

Методики Д. Кейрсі, М. Люшера, Л. Сонді, «Акцентуації характеру 2–90» та «Карти інтересів» дозволяють інтегрувати дані про темперамент, емоційний фон, характерологічні особливості та несвідомі потяги для комплексного аналізу професійного самовизначення [9, с. 45].

Дослідження підтверджують, що вибір професії є не лише раціональним, а й психодинамічно зумовленим, відображаючи глибинну спадкову програму особистості, що прагне самореалізації. Практична апробація психокорекційно-розвивальної програми показала ефективність методичного підходу, стимулюючи саморефлексію, інтеграцію несвідомих потягів та усвідомлений вибір професійного шляху.

Розроблені вправи охоплюють темперамент, емоційно-потягову динаміку, архетип Тіні, мотиваційний вектор та символічне уявлення майбутнього професійного «Я», що дозволяє працювати з усіма рівнями внутрішнього досвіду [5, с. 65]. Глибинно-психологічний підхід до професійного консультування забезпечує багаторівневу роботу з архетипічними сценаріями, латентними потягами та внутрішніми конфліктами, які визначають життєвий шлях і кар'єрну реалізацію особистості.

Впровадження таких програм у системі профорієнтаційного супроводу, психологічного консультування та терапії сприяє більш гармонійній реалізації потенціалу особистості у вибраній сфері діяльності.

Огляд статей

«Несвідоме та професійне самовизначення: роль родової пам'яті та спадкових потягів у виборі кар'єри» О. Мальцев. У своїй роботі О. Мальцев аналізує, як родова пам'ять та міжпоколінні сценарії формують підсвідомі установки, що спрямовують особистість до певних професійних сфер, навіть якщо вона не усвідомлює цих впливів. Автор наводить численні приклади, коли вибір професії корелює з професійною історією родини або із нездійсненими амбіціями попередніх поколінь. Такі впливи проявляються через емоційні реакції, внутрішні конфлікти та психогенетичні механізми, які активуються у процесі соціалізації. Мальцев підкреслює, що усвідомлення цих механізмів є важливим для психологічного консультування, оскільки дозволяє спеціалістам виявляти несвідомі детермінанти кар'єрного вибору та спрямовувати їх у конструктивне русло [3, с. 69].

«Глибинна психологія та кар'єрні орієнтації: інтеграція архетипів у професійне самовизначення» Л. Єрмоніна. Дослідження присвячене вивченню впливу психодинамічних факторів, зокрема уявлень про успіх, на вибір професійних стратегій. Авторка показує, що оптимістичне або песимістичне сприйняття власного професійного успіху часто корелює із сімейними сценаріями та спадковими моделями поведінки. Виявлено, що кар'єрні орієнтації формуються не лише під впливом свідомих мотивів та соціальних факторів, а й через несвідомі механізми міжпоколінної передачі професійних стратегій. Л. Єрмоніна підкреслює, що розуміння цих процесів дозволяє прогнозувати професійний вибір і надавати психологічну підтримку для гармонійного самовизначення особистості [4, с. 83].

«Особистісні риси і професійне самовизначення студентів-медиків» Л. Литвинова, В. Єгорова. Дослідження зосереджене на впливі особистісних

характеристик – емоційної стійкості, емпатії, аналітичного мислення та самоконтролю – на професійний вибір. Використання тесту Л. Сонді дозволило виявити несвідомі механізми, що впливають на вибір професії, та підтвердити гіпотезу про роль генотропізму у формуванні кар'єрних орієнтацій. Результати показали, що навіть раціонально аргументовані рішення часто відображають приховані родові сценарії та несвідомі потяги. Автори також підкреслюють, що соціальне середовище і сімейні традиції відіграють значну роль у формуванні професійних уподобань, а поєднання свідомих та несвідомих факторів є ключем до точного прогнозування кар'єрного шляху [5, с. 65].

«Пам'ять як механізм несвідомої адаптації та вибору професії» О. Мальцев. У цій роботі автор розглядає пам'ять як основний механізм, що визначає поведінкові реакції і впливає на професійне самовизначення. Життєві сценарії та вибір професії часто детерміновані автоматичними реакціями, сформованими ще у ранньому дитинстві під впливом родини та соціального оточення. О. Мальцев доводить, що внутрішня структура пам'яті та несвідомі спадкові установки створюють умови для реалізації кар'єрних сценаріїв предків, і ці механізми потрібно враховувати при профорієнтаційному консультуванні [6, с. 16].

«Архетипи і колективне несвідоме» К. Юнг. Юнг аналізує роль архетипів у формуванні особистості та виборі професійного шляху. Особлива увага приділяється архетипу Тіні, який містить витіснені, але енергетично значущі сторони особистості, що активуються у процесі професійного самовизначення. Взаємодія з архетипічними структурами дозволяє здійснювати автентичний вибір професії та розкривати потенціал особистості. Автор наголошує, що архетипи та колективне несвідоме формують глибинний психологічний фон кар'єрного вибору, а їх інтеграція у практику профорієнтації підвищує ефективність психологічного консультування [8, с. 608].

Висновки.

Аналіз теоретичних джерел підтверджує, що професійне самовизначення формується через складну взаємодію свідомих і несвідомих процесів, включаючи спадкові потяги, родові сценарії та архетипи. Усвідомлення ролі цих механізмів дозволяє ефективно застосовувати глибинно-психологічні підходи у психологічному консультуванні та профорієнтаційній роботі, забезпечуючи гармонійне поєднання особистісного потенціалу та соціальних можливостей. Професійна реалізація особистості є результатом інтеграції свідомих мотивів, внутрішніх потягів та зовнішнього середовища, а розуміння несвідомих факторів відкриває нові перспективи для розвитку психокорекційних та профорієнтаційних програм.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Christoph L. Unconscious Motives and Actions – Agency, Freedom and Responsibility. URL: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2018.02777/full>
2. Мальцев О. В. Філософське порівняльне дослідження механізмів родового блоку пам'яті людини в розвитку особистості. «Філософія та політологія в контексті сучасної культури», 2020, Т. 12, Вип. 1 (25) С. 76 URL: <https://fip.dp.ua/index.php/FIP/article/view/1009/1122>
3. Мальцев О. В. Моделі, що відображають принципи роботи механізмів родової концепції в пам'яті людини. «Epistemological studies in Philosophy, Social and Political Sciences», 2020, 3 (1) С. 69 - 70 URL: <https://visnukpfs.dp.ua/index.php/PFS/article/view/997/1422>
4. Єрмоніна Л. В. Уявлення про успіх як чинник становлення кар'єрних орієнтацій майбутніх психологів. 2024 С. 83 URL: <https://dspace.znu.edu.ua/jspui/bitstream/12345/24789/1/Єрмоніна%20Л.В..pdf>
5. Літвінова Л.В. Єгорова В.М. Вплив індивідуально-особистісних особливостей особистості на вибір майбутньої професії лікаря-психолога. «Молодий вчений» № 5 (117) травень, 2023 С. 64-65. URL: <https://molodyivchenyi.ua/index.php/journal/article/view/5847/5718>
6. Мальцев О. В. Філософське осмислення евристичної моделі прототипологічного блоку пам'яті. Humanities Studies. 2020. Випуск 4 (81) С. 15-16 URL: <http://humstudies.com.ua/article/view/209389/209681>
7. Хвостиченко О. М. Трусей Л. Г. Доля людини, як напрямок духовно-інтелектуального виховання та навчання особистості. С. 48 URL: <https://journal.world-ontology.org/index.php/journal/article/view/doi.org/8>
8. Юнг К. Г. Архетипи і колективне несвідоме / переклала з німецької Катерина Котюк; науковий редактор українського видання Олег Фешовець. 3-тє вид. Львів: Видавництво «Астролябія», 2023. 608с.
9. Голомшток Є. Г. Карти інтересів як метод психологічного вивчення особистості. – М.: НДІ Психології АПН СРСР, 1973. 45 с.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

УДК: [314.151.3-054.73:316.614-044.332]:159.9.072

Орлик Л.А.

КРОС-КУЛЬТУРНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ДЕТЕРМІНАНТ СОЦІАЛЬНОЇ МІГРАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

У статті розглянуто крос-культурний підхід до дослідження соціальної міграції особистості, що дає змогу виявити взаємодію економічних, соціально-політичних, психологічних та культурних детермінант у процесі прийняття рішень про міграцію та адаптацію в новому середовищі. Особлива увага приділена українському контексту, де війна, економічна нестабільність та культурні бар'єри формують специфічні міграційні стратегії. Підкреслено, що психологічні

характеристики особистості, рівень соціальної підтримки та культурна дистанція суттєво впливають на процес інтеграції.

Ключові слова: соціальна міграція, крос-культурне дослідження, адаптація, соціальна підтримка, економічні чинники, детермінанти, культурні бар'єри.

The article considers a cross-cultural approach to the study of social migration of an individual, which allows to reveal the interaction of economic, socio-political, psychological and cultural determinants in the process of decision-making about migration and adaptation in a new environment. Particular attention is paid to the Ukrainian context, where war, economic instability and cultural barriers form specific migration strategies. It is emphasized that the psychological characteristics of the individual, the level of social support and cultural distance significantly affect the integration process.

Keywords: social migration, cross-cultural research, adaptation, social support, economic factors, determinants, cultural barriers.

Постановка проблеми. У сучасних умовах глобалізації, міграційні процеси набувають безпрецедентних масштабів, що зумовлює необхідність їх комплексного наукового аналізу. Тому соціальна міграція розглядається не лише як переміщення особистості чи групи у просторі, але й як процес взаємодії культур, психологічної адаптації та соціальної інтеграції. Важливість проблеми зростає на тлі російсько-української війни, економічної кризи та політичної нестабільності, які формують вимушені хвилі міграції.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Різні аспекти крос-культурного дослідження детермінантів соціальної міграції особистості були об'єктом вивчення багатьох зарубіжних та вітчизняних науковців. Зокрема різні аспекти дослідили: Н.М. Іленко, О.М. Бойченко, Н.В. Іленко-Лобач, Лю Їге, В.В. Приходько, М.М. Слюсаревський, О.Є. Блинова та інші.

Метою статті є аналіз крос-культурних детермінант соціальної міграції особистості.

Завдання включають:

- проаналізувати теоретичні підходи до розуміння крос-культурної природи міграційних процесів;
- визначити економічні, соціально-політичні, психологічні та культурні фактори як ключові детермінанти соціальної міграції;
- дослідити особливості українського контексту міграційних процесів у зв'язку з війною, економічною кризою та соціальною нестабільністю.

Виклад основного матеріалу дослідження. Крос-культурні дослідження являють собою тип наукового пошуку, згідно з яким поведінку людини та соціальних груп вивчають у контексті їхніх культурних особливостей. Кроскультурний підхід декларує «поліфонію культур» з одночасною самоверифікацією особистості в національному сегменті

загальної культури [3, с. 124]. Відповідно крос-культурний підхід ґрунтується на зіставленні досвіду різних суспільств у контексті міграції та дозволяє виявити спільні та відмінні чинники, що формують міграційні стратегії в суспільстві.

Ключовими детермінантами соціальної міграції є економічні фактори, адже війна, високий рівень безробіття, низькі зарплати, економічна нестабільність підштовхують людей до пошуку можливостей за кордоном, якщо є можливість виїзду. Так до початку повномасштабної війни, в Україні одним із ключових стимулів міграції виступав високий рівень безробіття у малих містах і сільській місцевості. Через що, у західних областях молодь часто виїжджала до Польщі, Чехії чи Німеччини, оскільки місцевий ринок праці не міг запропонувати достатньо вакансій з гідною оплатою. Економічна нестабільність, зокрема інфляцію та девальвацію національної валюти, додатково підштовхували людей до трудової міграції з метою забезпечення родини.

Соціально-політичні фактори відіграють ключову роль, адже політична нестабільність, війна, переслідування за політичні переконання чи етнічну належність змушують особистість змінювати місце проживання. Особливо гостро це питання загострила військова агресія росії, що розпочалася у 2014 році та набула повномасштабного характеру у 2022 році, що спричинила потужні хвилі вимушеної міграції, через що мільйони українців були змушені залишити домівки, рятуючись від бойових дій, переслідувань чи загрози життю.

Також до соціально-політичних чинників належить переслідування активістів чи журналістів у тимчасово окупованих регіонах, що змушує їх виїжджати у безпечніші області або за кордон.

Психологічні фактори охоплюють індивідуальні мотиваційні установки, прагнення до змін, відкритість до нового, готовність ризикувати. Дослідження показують, що люди з високим рівнем екстраверсії та відкритості до досвіду більш схильні до міграції, тоді як високий рівень інтровертності може виступати бар'єром.

В українському контексті прикладом може бути прагнення молоді до самореалізації та розширення життєвого досвіду. Через що багато студентів і випускників університетів беруть участь у програмах академічної мобільності Erasmus+ [1] або обирають навчання за кордоном, прагнучи нових вражень і розвитку кар'єри. Дослідження засвідчують, що українці з високим рівнем відкритості до нового досвіду легше приймають рішення про переїзд, навіть без гарантій на початковому етапі. Натомість люди з високим рівнем тривожності та невпевненості в майбутньому часто утримуються від міграції, навіть усвідомлюючи економічні вигоди.

Культурні чинники, згідно долідень В.В. Приходько, включають мовні бар'єри, релігійні та етнічні відмінності, різницю в системах цінностей. Зокрема для українців важливим бар'єром у міграції часто виступає мова. Наприклад, дослідження М.М. Слюсаревського,

О.Є. Блинової показали, що мігранти в Німеччині відчують труднощі в адаптації без знання німецької мови, що ускладнює працевлаштування та подальшу інтеграцію в суспільство. Водночас у Польщі мовний бар'єр значно нижчий, що робить країну привабливішою для українських трудових мігрантів. Крім того, культурна дистанція відчутна у питаннях релігійних традицій або соціальних норм. Зокрема українці, які виїжджають до мусульманських країн на роботу, стикаються з суттєвими відмінностями у повсякденному житті, тоді як адаптація у країнах Східної Європи проходить легше через подібність культурних кодів. Особливо показовим є досвід іноземних студентів в Україні, адже ті, хто прибувають з країн Азії чи Африки, часто мають складнощі в соціалізації через культурну дистанцію з українським суспільством [4; 5, с. 149].

Крос-культурні дослідження демонструють, що ставлення до міграції та мігрантів істотно відрізняється залежно від культурного контексту. Наприклад, у країнах із високим рівнем індивідуалізму особисті досягнення мігранта розглядаються як цінність, тоді як у колективістських культурах більше уваги приділяється здатності інтегруватися в групу. Таким чином, процес адаптації та соціальної інтеграції має різні моделі залежно від культурного середовища.

Науковці Н. М. Іленко, О. М. Бойченко та Н. В. Іленко-Лобач у своїх працях [2] зазначають, що психологічні наслідки соціальної міграції включають як позитивні (розвиток, розширення світогляду), так і негативні (стрес, тривога, депресія, втрата зв'язків) аспекти. Тому в доданому контексті крос-культурна адаптація це безпосередньо процес пристосування до нової культури, що може бути складним через культурні відмінності, мовний бар'єр та соціальну ізоляцію, але також може призвести до розвитку та збагачення особистості [2, с. 34-35].

Відповідно ключовим чинником успішної адаптації є соціальна підтримка. Для цього корисною стане наявність мережі співвітчизників, доступ до культурних центрів, а також підтримка з боку освітніх або професійних інституцій, що суттєво знижують рівень стресу. Водночас відсутність соціальної підтримки може призводити до ізоляції та навіть розвитку психоемоційних розладів.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Крос-культурне дослідження соціальної міграції особистості демонструє багатофакторний характер цього явища. Детермінанти міграції включають економічні, соціально-політичні, психологічні та культурні чинники, які взаємодіють між собою й формують індивідуальні стратегії переміщення та адаптації. Особистісні риси, зокрема відкритість до досвіду та готовність ризикувати, виступають важливими предикторами міграційної поведінки.

Крос-культурний підхід дозволяє виявити не лише універсальні закономірності, але й специфічні відмінності, зумовлені культурним контекстом. Психологічні наслідки міграції охоплюють як труднощі адаптації, так і можливості розвитку мультикультурної ідентичності.

Перспективи подальших досліджень включають розширення програм з допомоги соціальної адаптації, оцінку довгострокової ефективності програми та інтеграцію додаткових технік методик для дослідження детермінант соціальної міграції особистості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. National Erasmus+. URL: <https://erasmusplus.org.ua/opportunities/mozhlyvosti-dlya-individualnyh-osib/studentam-zakladiv-vyshhoyi-osvity/>
2. Іленко Н. М., Бойченко О. М., Іленко-Лобач Н. В. Соціально-психологічна адаптація здобувачів вищої освіти полтавського державного медичного університету в умовах воєнного стану. Медична освіта, 2023. №. 2. С. 31-36.
3. Лю Іге. Крос-культурний підхід як методологічна основа професійної підготовки майбутніх учителів. Наука і освіта, 2023. № 2. С. 121-126.
4. Приходько В. В. Детермінанти та сучасні тренди міграційних процесів у країнах, що розвиваються. Економіка та суспільство, 2025. № 76. URL: <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2025-76-62>
5. Слюсаревський М. М. Психологія міграції навчальний посібник / М. М. Слюсаревський, О. Є. Блинова. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград : «Імекс ЛТД», 2013. – 244 с.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

УДК: 159.942:316.346.2:378.4:331.5

Охотенко О.С.

СТАТЕВІ ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ СУБ'ЄКТІВ НАВЧАЛЬНО-ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Стаття присвячена дослідженню гендерних особливостей психічних станів суб'єктів навчально-професійної діяльності, зокрема перфекціонізму, емоційних станів, професійної самоефективності та стресу. Встановлено відсутність значущих статевих відмінностей у більшості показників, за винятком нарцисичного перфекціонізму, та запропоновано рекомендації для психологічної підтримки.

Ключові слова: психічні стани, гендерні відмінності, перфекціонізм, професійна самоефективність, стрес.

The article examines gender differences in the mental states of subjects in educational and professional activities, focusing on perfectionism, emotional states, professional self-efficacy, and stress. No significant gender differences were found in most indicators, except for narcissistic perfectionism, and recommendations for psychological support are proposed.

Key words: mental states, gender differences, perfectionism, professional self-efficacy, stress.

Постановка проблеми. Психічні стани, такі як тривожність, фрустрація, агресивність, ригідність, перфекціонізм, стрес, відіграють ключову роль у навчально-професійній діяльності, впливаючи на продуктивність, адаптацію та психоемоційне благополуччя. Гендерні особливості цих станів можуть визначати різні стратегії подолання викликів, мотивацію та професійну ефективність. Дослідження гендерного диференціювання психічних станів є важливим для розробки індивідуалізованих підходів до психологічної підтримки в освітньому та професійному середовищі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. О. В. Гречановська [2] визначає психічний стан як функціональний фон, що впливає на протікання психічних процесів, таких як сприймання, мислення та емоції, і визначає ефективність діяльності. У. Б. Михайлишин [4] підкреслює, що психічний стан забезпечує баланс між емоційними, когнітивними та мотиваційними компонентами, сприяючи адаптації до зовнішніх умов.

М. Й. Варій [1] акцентує на динамічності психічних станів, які формуються під впливом внутрішніх (фізіологічних) та зовнішніх (соціальних, професійних) факторів, впливаючи на мотивацію, працездатність поведінку. Т. С. Кириленко [3] розглядає психічні стани як цілісне явище, що відображає стійкість і специфіку психічної діяльності в конкретних умовах.

О. В. Савицька [5] зазначає гендерні відмінності в мотивації студентів: у жінок переважають внутрішні мотиви (особистісний розвиток, покликання), у чоловіків – зовнішні (стабільність, винагорода). Дослідження вказують, що жінки частіше демонструють самодисципліну, емпатію та багатозадачність, тоді як чоловіки схильні до аналітичного мислення, ризику та зовнішнього контролю емоцій. І. К. Броверман [6] підкреслює вплив гендерних стереотипів на сприйняття професійних якостей, що може формувати різні очікування та поведінкові стратегії.

Метою статті є аналіз гендерних особливостей психічних станів суб'єктів навчально-професійної діяльності, оцінка їхнього впливу на ефективність і психоемоційне благополуччя, а також розробка рекомендацій для психологічної підтримки з урахуванням гендерних відмінностей.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження проводилося на вибірці з 50 осіб (25 жінок, 25 чоловіків, віком 20–40 років), які поєднують навчання та професійну діяльність. Використовувалися методики: велика тривимірна шкала перфекціонізму (М. Смітт та ін., адаптація Т. Грубі), шкала уникнення (М. Мітчелл, М. Амброуз, адаптація Є. Тополова), адаптована методика Г. Айзенка (оцінка тривожності, фрустрації, агресивності, ригідності), коротка версія шкали професійної самоефективності (Т. Ріготті та ін., адаптація О. Креденцер) і шкала PSS-10

(Ш. Коен, адаптація О. Вельдбрехт, Н. Тавровецька). Дані оброблялися за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона та t-критерію Ст'юдента.

Аналіз перфекціонізму показав, що загальний рівень не має значущих гендерних відмінностей (122,56 у жінок, 123,52 у чоловіків, $t_{\text{емп.}} = -0,18113$, $p > 0,05$). Однак нарцисичний перфекціонізм вищий у чоловіків (52% високий рівень проти 48% у жінок). Жорсткий перфекціонізм переважно низький в обох групах (68%), тоді як самокритичний перфекціонізм розподілений рівномірніше (32–36% низький, 36–44% середній, 20–32% високий). Рівень уникнення також не виявив значущих відмінностей (25,96 у жінок, 27,28 у чоловіків, $t_{\text{емп.}} = -0,36823$, $p > 0,05$), але чоловіки частіше демонструють вищий за середній рівень (32% проти 20% у жінок).

Емоційні стани (тривожність, фрустрація, агресивність, ригідність) мають схожий розподіл: тривожність (8,76 у жінок, 2 9,08 у чоловіків, $t_{\text{емп.}} = -0,24139$), фрустрація (9,2 і 9,8, $t_{\text{емп.}} = -0,49487$), агресивність (8,08 і 8,04, $t_{\text{емп.}} = 0,03387$), ригідність (9,4 і 8,88, $t_{\text{емп.}} = 0,44682$) не досягають критичного значення $t_{0.05} = 2,0106$ ($p > 0,05$). Професійна самоефективність (19,12 у жінок, 18,56 у чоловіків, $t_{\text{емп.}} = 0,2355$, $p > 0,05$) і сприйнятий стрес (18,44 і 18,24, $t_{\text{емп.}} = 0,06634$, $p > 0,05$) також не мають значущих відмінностей. Жінки частіше демонструють середній рівень стресу (40% проти 24% у чоловіків), а чоловіки – низький (44% проти 36%).

Таблиця 1

Показники кореляційного аналізу (n=50)

	Фрустрація	Професійна самоефективність	Сприйнятий стрес
Гіперкритичність	-0,287*	-0,449**	0,333*
Упевненість у тому, що мені усі щось винні	0,293*		
Самокритичний перфекціонізм	0,335*		
Перфекціонізм орієнтований на себе		-0,374**	
Претензійність		0,335*	-0,351*
Тривожність		-0,354*	

Примітка: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Кореляційний аналіз виявив зв'язки: фрустрація позитивно корелює з самокритичним перфекціонізмом ($r = 0,335$, $p < 0,05$) і впевненістю у тому, що оточуючі щось винні ($r = 0,293$, $p < 0,05$), але негативно з гіперкритичністю ($r = -0,287$, $p < 0,05$). Професійна самоефективність негативно пов'язана з гіперкритичністю ($r = -0,449$, $p < 0,01$) і тривожністю ($r = -0,354$, $p < 0,05$), але позитивно з претензійністю ($r = 0,335$, $p < 0,05$). Сприйнятий стрес корелює з гіперкритичністю ($r = 0,333$, $p < 0,05$) і негативно з претензійністю ($r = -0,351^*$, $p < 0,05$). Отримані зв'язки однакові для обох статей.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Дослідження показало відсутність значущих гендерних відмінностей у більшості психічних станів, окрім нарцисичного перфекціонізму, де чоловіки демонструють вищий рівень. Схожість розподілу тривожності, фрустрації, агресивності, ригідності, самоефективності та стресу між статями підкреслює універсальність цих станів у навчально-професійному контексті. Кореляційні зв'язки вказують на складну взаємодію між самокритикою, гіперкритичністю, фрустрацією та самоефективністю, що потребує індивідуалізованих підходів до підтримки.

Перспективи подальших досліджень включають розширення вибірки для аналізу вікових і культурних факторів, оцінку довгострокової ефективності корекційних програм і використання додаткових методик для глибшого вивчення гендерних особливостей психічних станів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Варій М. Й. Психіка людини у психоенергетичній концепції. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. №54.126. 2017. С. 65-71.
2. Гречановська О. В., Мегем О. М., Потапюк Л. М. Вплив соціальних мереж на психологічний стан та самооцінку української молоді. *Вчені записки Таврійського національного університету імені ВІ Вернадського*. №4. 2023. С. 60-66.
3. Кириленко Т. С., Іваненко Б. Б. Психологічні особливості переживання втрати роботи в умовах карантину. *Вчені записки Таврійського нац. ун-ту імені ВІ Вернадського. Серія: Психологія*. №31.70. 2020. С. 65-72.
4. Михайлишин У. Б., Сухан В. С., Анталовці О. В. Психологічний стан здобувачів вищої освіти в період воєнного стану. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. №2. 2023. С. 27-33.
5. Савицька О.В. Статеві та вікові особливості мотивів вибору професії та мотивів навчання студентської молоді. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*, №21. 2019. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2013-21.%p>
6. Broverman I. K. Sex-role stereotypes: A current appraisal. *Journal of Social issues*. №28.2. 1972. P. 59-78.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

УДК: 159.944:314.151.3

Пантеліаді Є.О.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВИГОРАННЯ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ В УКРАЇНІ ТА ЗА ЇЇ МЕЖАМИ

Стаття досліджує психологічне вигорання вимушених переселенців в Україні та за її межами, аналізуючи його прояви та фактори впливу. Результати вказують на вищі рівні тривоги та емоційного відсторонення у внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в Україні та зниження професійної

самооцінки у переселенців за кордоном. Запропоновано програму психокорекції для зниження вигорання та підтримки адаптації.

Ключові слова: психологічне вигорання, вимушені переселенці, внутрішньо переміщені особи, емоційне виснаження, психокорекція.

The article examines psychological burnout among forced migrants in Ukraine and abroad, analyzing its manifestations and influencing factors. Findings reveal higher levels of anxiety and emotional detachment among internally displaced persons (IDPs) in Ukraine and reduced professional self-esteem among migrants abroad. A psychocorrection program is proposed to reduce burnout and support adaptation.

Key words: psychological burnout, forced migrants, internally displaced persons, emotional exhaustion, psychocorrection.

Постановка проблеми. Вимушена міграція, спричинена воєнними діями в Україні, створює значні психологічні виклики для переселенців, зокрема психологічне вигорання, яке проявляється через емоційне виснаження, деперсоналізацію та зниження мотивації. Такі явища ускладнюють адаптацію до нових умов, впливають на психоемоційне благополуччя та соціальну інтеграцію. Дослідження психологічного вигорання вимушених переселенців є актуальним для розробки ефективних стратегій психологічної підтримки, спрямованих на зниження стресу та підвищення життєстійкості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Концепція психологічного вигорання була введена Г. Фройденбергером у 1974 році як процес поступового виснаження емоційних ресурсів через тривалий стрес, що призводить до зниження працездатності та погіршення емоційного стану [5]. В. Шауфелі та А. Баккер підкреслюють роль соціальної підтримки та організаційних факторів у запобіганні вигоранню, зазначаючи, що її відсутність посилює емоційне виснаження [6]. М. Коць описує вигорання як процес зниження енергетичних ресурсів, що впливає на міжособистісний, мотиваційний і когнітивний рівні [3].

В. Ботнаренко виділяє такі причини вигорання, як хронічний стрес, невизначеність і втрата контролю, що призводять до тривожності, депресії та соціальної ізоляції [1]. Ю. Волков зазначає, що вигорання охоплює емоційні, поведінкові та мотиваційні зміни, знижуючи життєву активність [2]. Е. Михлюк та І. Логовський розглядають вимушену міграцію як кризову ситуацію, що змінює цінності, мотивацію та ідентичність переселенців, ускладнюючи їхню адаптацію [4].

Формулювання цілей статті. Метою статті є аналіз особливостей психологічного вигорання вимушених переселенців в Україні та за її межами, оцінка його проявів і факторів, а також розробка програми психокорекції для зниження рівня вигорання та підтримки психоемоційного благополуччя.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження проводилося дистанційно з використанням Google Forms для збору даних від 48 вимушених переселенців, порівну розподілених між двома групами: внутрішньо переміщені особи (ВПО) в Україні та переселенці за кордоном (Німеччина, Польща, Болгарія, Румунія). Вибірка включала 75% жінок і 25% чоловіків, з віковим розподілом від 20 до 41+ років. Використовувалися методики: «Діагностика рівня емоційного вигорання» В. Бойка, «Діагностика професійного вигорання» К. Масlach, «Шкала вигорання» А. Пайнс та «Шкала депресії» А. Бека. Дані оброблялися за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона та t-критерію Ст'юдента.

Аналіз за методикою В. Бойка показав, що у ВПО в Україні переважає середній рівень фази напруження, з високими показниками тривоги та депресії і відчуття безвиході, що відображає вплив нестабільного середовища. Переселенці за кордоном демонструють нижчий рівень цих симптомів, ймовірно, через більшу безпеку та доступ до ресурсів. Фаза резистентності, що відображає обмеження емоційних реакцій, є домінуючою в обох групах, але у ВПО в Україні частіше спостерігається висока емоційно-моральна дезорієнтація. Фаза виснаження більш виражена у ВПО в Україні, особливо в аспектах емоційного дефіциту та психосоматичних порушень, тоді як у переселенців за кордоном ці показники нижчі.

За методикою К. Масlach, ВПО в Україні мають вищі рівні емоційного виснаження та деперсоналізації порівняно з переселенцями за кордоном, що пов'язано з близькістю до зони конфлікту та економічною нестабільністю. Натомість переселенці за кордоном частіше зазнають редукції професійних досягнень через труднощі з професійною інтеграцією, такі як невизнання кваліфікацій чи мовні бар'єри.

За методикою А. Пайнс, ВПО в Україні демонструють вищі рівні деморалізації та фізичного виснаження, тоді як переселенці за кордоном мають кращі показники мотивації. За шкалою А. Бека, середній рівень депресії переважає в обох групах, але у ВПО в Україні він вищий, що вказує на більший психоемоційний тиск.

Кореляційний аналіз виявив помірний позитивний зв'язок між емоційним виснаженням і втратою мотивації ($r = 0,473$, $p < 0,001$) та загальним рівнем вигорання ($r = 0,386$, $p < 0,01$), що підтверджує центральну роль емоційного виснаження. Фаза резистентності має негативний зв'язок із втратою мотивації ($r = -0,389$, $p < 0,01$), що вказує на її захисну роль.

Критерій Ст'юдента показав статистично значущі відмінності ($p < 0,05$) між групами за фазою напруження, деперсоналізацією та редукцією професійних досягнень, підкреслюючи різні джерела стресу: тривожність і відсторонення для ВПО в Україні та професійні бар'єри для переселенців за кордоном.

Розроблено восьмижневу програму психокорекції (16 сесій по 1,5–2 години), що включає чотири модулі:

1. «Зниження тривоги та депресії» через когнітивноповедінкову терапію, mindfulness і наративну терапію, з акцентом на травмофокусовані техніки для ВПО в Україні.

2. «Подолання деперсоналізації» через групові вправи, арт-терапію та тренінги емпатії, з елементами міжкультурної адаптації для переселенців за кордоном.

3. «Відновлення мотивації та професійної самооцінки» через техніку SMART, логотерапію та кар'єрні тренінги, особливо для переселенців за кордоном.

4. «Формування психологічної стійкості» через позитивну психологію, щоденник вдячності та стратегії управління стресом.

Очікується зниження тривоги, деперсоналізації та підвищення мотивації, що сприятиме адаптації.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Дослідження показало, що психологічне вигорання є значною проблемою для вимушених переселенців, з вищими рівнями тривоги, депресії та деперсоналізації у ВПО в Україні через нестабільне середовище та близькість до конфлікту. Переселенці за кордоном частіше зазнають редукції професійних досягнень через труднощі інтеграції.

Емоційне виснаження є ключовим фактором, що впливає на мотивацію та загальний рівень вигорання, тоді як захисні механізми резистентності частково зберігають мотивацію. Програма психокорекції пропонує диференційовані стратегії для зниження вигорання та підтримки адаптації.

Перспективи подальших досліджень включають розширення вибірки, оцінку довгострокової ефективності програми, аналіз впливу гендерних і вікових факторів, а також вивчення ролі соціокультурного контексту на психологічне вигорання переселенців.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ботнаренко В. С., Велика К.І., Варакута М. Л. Професійні ризики психологів: психологічне вигорання та емоційне виснаження. *Актуальні проблеми юриспруденції та психології: матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф.* (Дніпро, 26 грудня 2024 р.). Дніпро: ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет», 2024. С. 80.
2. Волков Ю. Психологічне вигорання поліцейських після застосування вогнепальної зброї на ураження. *Науковий вісник Дніпровського державного університету внутрішніх справ.* №4. 2023. С. 256-261.
3. Коць М., Цвігун О. Психологічний аналіз емоційного вигорання у студентської молоді. *Психологія: реальність і перспективи.* Рівне, 2020. Вип. 14. С. 125-129. https://doi.org/10.35619/prap_rv.vi14.160
4. Михлюк Е., Логовський І. Психологічні особливості життестійкості внутрішньо переміщених осіб. *Проблеми екстремальної та кризової психології* 2024. №1(7). С. 105-117.
5. Freudenberger H. J. Staff burnout. *Journal of Social Issues*, №30(1), 1974. P. 159-165.

6. Schaufeli W. B., Bakker, A. B. Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement: A multi-sample study. *Journal of Organizational Behavior*, №25(3), 2004. P. 293-315.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Дементьєва К.Г.

УДК 159.944.4-044.332:615.825

Парафіленко Н.О.

ПІДВИЩЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ ЗАСОБАМИ ЙОГИ

У статті розглянуто проблему розвитку психологічної стійкості особистості в умовах сучасних соціальних викликів. Показано значення резильєнтності як ключового чинника адаптації до стресових ситуацій та збереження ментального здоров'я. Особливу увагу приділено використанню йоги як психофізичної практики, що сприяє формуванню внутрішньої гармонії, зниженню рівня емоційної напруги та підвищенню життєстійкості. Представлено результати емпіричного дослідження, у якому взяли участь дві групи респондентів (експериментальна та контрольна). Застосування йога-практик упродовж двох місяців показало статистично значущі позитивні зміни в учасників експериментальної групи за показниками резильєнтності та психологічного благополуччя. Обґрунтовано перспективність інтеграції йоги у практику психологічної підтримки.

Ключові слова: психологічна стійкість, резильєнтність, психічне здоров'я, стресостійкість, йога, асани, йога-практика.

The article addresses the problem of developing psychological resilience in the context of contemporary social challenges. Resilience is highlighted as a key factor of adaptation to stressful situations and the preservation of mental health. Special attention is given to yoga as a psychophysical practice that promotes inner harmony, reduces emotional tension, and enhances vitality. The results of an empirical study involving two groups of respondents (experimental and control) are presented. A two-month yoga intervention demonstrated statistically significant positive changes in the experimental group in terms of resilience and psychological well-being. The study substantiates the prospects of integrating yoga into psychological support practices.

Keywords: psychological resilience, resilience, mental health, stress resistance, yoga, asanas, yoga practice.

Постановка проблеми. Сучасне суспільство відзначається високим рівнем невизначеності, швидкими соціальними та економічними трансформаціями, а також воєнними подіями, що зумовлюють зростання психоемоційного навантаження. Постійний потік інформації, інтенсивний ритм життя, підвищені вимоги у професійній сфері та нестабільність у багатьох сферах соціального буття спричиняють посилення тривожності, відчуття небезпеки й вразливості. Сукупність цих факторів формує підґрунтя для тривалого психоемоційного напруження, яке негативно позначається не лише на психічному, а й на фізичному здоров'ї особистості.

У таких умовах людина стикається з необхідністю мобілізувати внутрішні ресурси для збереження працездатності, підтримання життєвої активності та здатності приймати ефективні рішення навіть у кризових ситуаціях. Водночас зростає потреба у відновленні емоційної рівноваги, подоланні негативних наслідків стресових подій і трансформації складного життєвого досвіду в ресурс розвитку.

Беручи до уваги динамічні зміни соціокультурного середовища та постійні зовнішні виклики, постає завдання пошуку інноваційних і водночас доступних підходів до зміцнення психологічної стійкості. У цьому контексті особливого значення набувають практики, які поєднують фізичний і психічний компоненти розвитку особистості. Йога постає однією з найперспективніших практик, що сприяє гармонізації психоемоційного стану, розвитку навичок саморегуляції та формуванню здатності конструктивно долати стресові ситуації. Це й визначає актуальність досліджень, спрямованих на пошук та наукове обґрунтування ефективних засобів підвищення психологічної стійкості, які б забезпечували людині можливість зберігати внутрішній баланс, адаптуватися до мінливих умов і підтримувати високий рівень життєвої та професійної активності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Поняття психологічної стійкості в науковій літературі визначається як здатність зберігати внутрішню рівновагу та ефективно функціонувати в умовах кризи [8]. Близьким за змістом є поняття резильєнтності, що підкреслює гнучкість і здатність особистості не лише витримувати тиск, а й трансформувати негативний досвід у ресурс розвитку [1]. У працях українських дослідників акцентується значення внутрішніх ресурсів і соціальної підтримки у зміцненні життєстійкості [5,6].

Сучасні підходи розглядають резильєнтність як ширше поняття, ніж психологічна стійкість. Якщо остання передбачає збереження рівноваги під тиском несприятливих чинників, то резильєнтність пов'язана з активним відновленням та перетворенням досвіду на ресурс розвитку. На думку В. Готич [4], саме резильєнтність виступає ключовим чинником переходу від простого витримування кризи до її подолання та використання як джерела особистісного зростання.

Йога, як одна з найдавніших психофізичних практик, у сучасних дослідженнях визначається ефективним інструментом профілактики та

подолання стресу [7,9]. Вона сприяє регуляції емоційного стану, підвищує здатність до самоконтролю та допомагає відновлювати внутрішню рівновагу. У сучасному світі йога набула універсального значення: її застосовують у фізичному вихованні, медичній реабілітації та психотерапії. В українському науковому середовищі підтверджено, що регулярні йога-практики серед студентської молоді сприяють зниженню рівня стресу, покращенню якості сну, розвитку концентрації та стресостійкості [2,3].

Мета статті. Метою статті є висвітлення результатів емпіричного дослідження щодо впливу йога-практик на підвищення психологічної стійкості особистості та визначення можливостей інтеграції йоги у програми психологічної підтримки й розвитку резильєнтності.

Виклад основного матеріалу. Психологічна стійкість є інтегральною характеристикою особистості, що включає емоційну стабільність, когнітивну гнучкість, самоефективність та соціальну підтримку. Резильєнтність розглядається як динамічний процес відновлення та пристосування до складних обставин, у ході якого відбувається мобілізація внутрішніх ресурсів і розвиток нових стратегій подолання.

Йога поєднує фізичні вправи (асани), дихальні техніки (пранаяму) та медитацію, що у комплексі забезпечує гармонізацію психофізичного стану. Її регулярна практика сприяє зниженню рівня тривожності, зміцненню нервової системи та формуванню здатності до свідомої саморегуляції. Саме тому йога дедалі частіше інтегрується у психологічні та медичні програми, спрямовані на підтримку ментального здоров'я.

В опитуванні взяли участь 40 осіб віком від 22 до 58 років. Дослідження здійснювалося на добровільних засадах із дотриманням етичних вимог: анонімності, конфіденційності та інформованої згоди учасників. Після первинного аналізу результатів було сформовано експериментальну (n=10) та контрольну (n=10) групи. До їх складу увійшли респонденти із середнім рівнем резильєнтності (близько 80 %) та низьким рівнем (близько 20 %), що дозволило зосередити увагу на тих учасниках, які найбільше потребували розвитку внутрішніх ресурсів і підвищення психологічної стійкості.

Для діагностики використано п'ять психодіагностичних методик: шкалу резильєнтності Коннора–Девідсона (CD-RISC-10, українська версія), методику «Когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя» (КОСБ-3), опитувальник В. Бойка, методику врівноваженості О. Главника та шкалу психологічного благополуччя К. Ріфф. Протягом двох місяців учасники експериментальної групи брали участь у програмі йога-практик «Стійкість у гармонії», що включала фізичні вправи, дихальні техніки та елементи медитації. Після завершення програми результати було повторно оцінено.

У ході дослідження було проаналізовано динаміку показників резильєнтності за шкалою CD-RISC-10. Учасники експериментальної групи після закінчення курсу продемонстрували суттєве підвищення рівня резильєнтності: середній показник зріс із 27,7 до 30,9 бала. На початковому

етапі домінував рівень «вищий за середній», а п'ята частина учасників (20 %) мала «середні» результати. Після завершення експерименту категорія «середній рівень» повністю зникла, натомість половина респондентів (50 %) продемонструвала «високий рівень» резильєнтності. Загалом позитивна динаміка була зафіксована у 70 % респондентів експериментальної групи.

Для порівняння, у контрольній групі, де не застосовувалися йога-практики, істотних змін не зафіксовано: частина учасників зберегла середній рівень, а у 20 % навіть виявлено зниження до категорії «нижчий за середній».

Аналіз результатів за методикою КОСБ-3 засвідчив позитивні зміни у когнітивних уявленнях респондентів про власне благополуччя. До початку експерименту більшість учасників експериментальної групи демонстрували середній рівень (70 %) та низький рівень (30 %) суб'єктивного благополуччя. Після завершення програми категорія «низький рівень» повністю зникла. Переважна більшість учасників (90 %) продемонструвала середні показники, тоді як 10 % досягли високого рівня задоволеності життям. Отже, спостерігається виразна тенденція до зростання суб'єктивного благополуччя, що свідчить про зміни у сприйнятті власного життя та здатності бачити його ресурси.

Результати за методикою В. Бойка засвідчили зміни у виборі стратегій подолання стресу серед учасників експериментальної групи. Якщо до початку програми 60 % респондентів мали змішаний тип поведінки (AB), 20 % – агресивно-активний (A), а 20 % – пасивно-емоційний (B), то після завершення курсу йога-практик структура результатів змінилася. Кількість учасників зі змішаним типом зменшилася до 50 %, частка з активним типом скоротилася до 10 %, тоді як кількість респондентів із типом B зросла до 40 %. Такі зрушення свідчать – про переорієнтацію більшості учасників на врівноваженіші та більш адаптивні стратегії поведінки у стресових ситуаціях.

За методикою врівноваженості О. Главника підтвердив позитивний вплив йога-практик на психоемоційний стан учасників експериментальної групи. Якщо на початковому етапі більшість респондентів демонстрували ознаки емоційної нестабільності, що проявлялося у підвищеній тривожності та труднощах у регуляції поведінки, то після завершення програми спостерігалася помітна динаміка в бік гармонізації. Зокрема, у 70 % учасників зафіксовано високий рівень врівноваженості, що свідчить про здатність зберігати контроль у складних обставинах і краще керувати власними емоціями. Решта респондентів демонстрували середні показники, тоді як низький рівень у цій групі відсутній.

За шкалою психологічного благополуччя К. Ріфф показав істотні відмінності між експериментальною та контрольною групами після завершення програми. На початковому етапі більшість учасників експериментальної групи перебували на середньому рівні благополуччя.

Після впровадження йога-практик переважна частина респондентів (70 %) залишилася в межах середнього рівня, однак 30 % учасників продемонстрували зростання до високих показників. Водночас низькі значення у цій групі були відсутні. Це свідчить про позитивну динаміку та поступове підвищення рівня психологічного благополуччя.

Статистичний аналіз за критерієм Фішера підтвердив значущі відмінності між експериментальною та контрольною групами за кількома показниками. Зокрема, в експериментальній групі зафіксовано зростання частки учасників із високим рівнем резильєнтності ($p \leq 0,01$) та зменшення кількості респондентів із низьким і середнім рівнями ($p \leq 0,05$). Додатково виявлено підвищення показників психологічного благополуччя та врівноваженості, а також зниження рівня деструктивних стратегій подолання стресу.

Висновки. Результати дослідження свідчать про ефективність йога-практик як засобу підвищення психологічної стійкості особистості. Вони сприяють розвитку резильєнтності, гармонізації емоційного стану та формуванню адаптивних стратегій реагування на стрес. Отримані дані підтверджують доцільність інтеграції йоги у практику психологічного консультування, освітні та реабілітаційні програми.

Виявлені позитивні зміни у суб'єктивному та психологічному благополуччі свідчать про універсальність йоги як інструменту підтримки ментального здоров'я. Її систематичне застосування сприяє підвищенню врівноваженості, розвитку навичок саморегуляції та конструктивного подолання складних життєвих ситуацій. Це відкриває перспективи для ширшого впровадження йога-практик у систему профілактики стресових розладів і програм психологічної допомоги різним категоріям населення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Балахтар В. В. Резильєнтність як чинник психологічного здоров'я особистості. Наукові студії із соціальної та політичної психології. – 2023. – № 52. – С. 45–56.
2. Воловик Н. Застосування йога-практик для розвитку стресостійкості студентської молоді. *Психологічний часопис*. 2023. № 3. С. 112–119.
3. Воловик Н. Основи психофізичної регуляції: йога як засіб гармонізації особистості. Львів: ЛНУ, 2024.
4. Готич В. Психологічна стійкість та резильєнтність: співвідношення понять. Психологічні перспективи. – 2023. – № 42. – С. 55–64.
5. Корольчук В. М. Стресостійкість особистості: монографія. Київ, 2010.
6. Шмаргун В. Психологічна стійкість студентської молоді: навчальний посібник. Київ: КНУ імені Т. Шевченка, 2021. 152 с.
7. Kabat-Zinn J. Full catastrophe living: Using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness. New York: Random House, 2013.
8. Masten A. S. Ordinary magic: Resilience in development. New York: The Guilford Press, 2014. 370 p.
9. Telles, S. (2021). Yoga for mental health and well-being. *Psychiatry Research*, 295, 113629.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

КОМПЛЕКСНА ПІДТРИМКА ВЕТЕРАНІВ БОЙОВИХ ДІЙ: ВИКЛИКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ В УКРАЇНІ

Анотація. У статті розглядаються основні напрями допомоги ветеранам бойових дій в Україні. Визначено проблеми, що виникають у процесі надання соціальних послуг, та окреслено нові підходи, здатні підвищити їх ефективність. Наголошено на важливості співпраці держави, громадських організацій і міжнародних партнерів задля формування цілісної системи підтримки ветеранів.

Ключові слова: ветерани бойових дій, соціальні послуги, підтримка, реабілітація, інновації, інтеграція.

Abstract. The article examines the main directions of assistance to combat veterans in Ukraine. It highlights the challenges that arise in the process of providing social services and outlines new approaches that may enhance their effectiveness. Emphasis is placed on the importance of cooperation between the state, civil society organizations, and international partners in building a comprehensive system of support for veterans.

Keywords: combat veterans, social services, support, rehabilitation, innovations, integration.

Постановка проблеми. Питання соціальної підтримки ветеранів бойових дій сьогодні набуває гострої актуальності. Зростання їх кількості внаслідок війни зумовлює потребу не лише в матеріальних компенсаціях чи пільгах, а й у створенні розгалуженої системи реабілітації. Йдеться про медичну, психологічну, освітньо-професійну та соціальну допомогу, які мають функціонувати як єдиний комплекс.

Аналіз досліджень. Наукові підходи до проблеми підтримки ветеранів досить різноманітні. Вітчизняна дослідниця Т. Семигіна у своїх працях розглядає соціальний захист ветеранів, акцентує увагу на розвитку системи соціальних послуг, інноваційних моделях соціальної роботи, а також на психологічній допомозі та інтеграції ветеранів у суспільство. Дослідниця підкреслює важливість впровадження принципу «рівний – рівному» як ефективного інструменту підтримки [4]. І. Зверева аналізує питання соціалізації та виховання, що є ключовим чинником сімейної адаптації ветеранів [2]. Н. Кабаченко приділяє значну увагу соціальній педагогіці та механізмам підтримки родин у складних життєвих обставинах, що безпосередньо стосується ветеранів та їхніх сімей [3].

Показовим прикладом практичного втілення цих наукових підходів стало запровадження в Україні у квітні 2024 року першої сертифікаційної програми «Рівний – рівному» для ветеранів, готових підтримувати

повертатимуться у цивільному житті. Цю ініціативу започаткувало Міністерство у справах ветеранів як новий стандарт допомоги.

Мета статті. Дослідження спрямоване на розкриття специфіки організації комплексної підтримки ветеранів бойових дій в Україні, виявлення обмежень існуючої практики та обґрунтування інноваційних рішень, здатних забезпечити більш ефективне функціонування системи допомоги.

Виклад основного матеріалу. 18 жовтня 2024 року Кабінет Міністрів України ухвалив постанову, якою остаточно запроваджено діяльність фахівців із супроводу ветеранів війни та демобілізованих осіб [6]. Це стало важливим етапом у формуванні комплексної системи допомоги, спрямованої на соціальну, психологічну, економічну та професійну реінтеграцію військовослужбовців у цивільне життя.

Комплексний процес адаптації охоплює різні напрями: доступ до освіти, професійної перепідготовки, соціальної реабілітації, медичних послуг, а також розвиток навичок, необхідних для відновлення соціальних зв'язків. Державна політика гарантує ветеранам низку прав, серед яких – безоплатне медичне забезпечення, соціальні пільги, можливість здобуття освіти та працевлаштування. На рівні громад створюються ветеранські простори, функціонують центри надання соціальних послуг, відкриваються кабінети психологічної підтримки.

Значний внесок у підтримку ветеранів роблять громадські організації та міжнародні партнери, які реалізують програми у сфері психосоціальної реабілітації, розвитку ветеранського бізнесу та захисту прав. Водночас соціологічні дослідження, проведені PRIO та Info Sapiens, підтверджують, що ветерани та їхні родини стикаються з труднощами у сферах:

- доступу до роботи, освіти та професійного навчання;
- забезпечення житлом і соціальними пільгами;
- відновлення соціальних зв'язків;
- отримання фізичної реабілітації та медичних послуг;
- подолання психологічних наслідків воєнного досвіду.

Ці проблеми набувають системного характеру й мають безпосередній вплив на сімейне та професійне життя ветеранів. Ілюстрацією таких викликів є свідчення учасників програм супроводу. Так, ветеран Олексій зазначає: *«Для мене важливо, що мене почули і що я можу бути корисним. Мій випадок доводить: усе це допомагає повернутися до життя»*. Подібні відгуки засвідчують значущість психологічної та соціальної підтримки у процесі повернення до цивільного життя.

Окрім базових механізмів, варто відзначити інноваційні проекти та цифрові рішення, які підсилюють систему допомоги:

- Єдиний державний реєстр ветеранів війни та цифрові сервіси «е-Ветеран»;
- мобільні хаби у 8 регіонах України, які надають юридичні, психологічні та соціальні послуги;

- проект «Юридична сотня», спрямований на захист прав ветеранів і їхніх родин;
- мобільний застосунок із психологічної самодопомоги «БАЗА 3.0»;
- ініціативи Veteran Hub та «Простір можливостей»;
- проекти громадських організацій, зокрема «Рух підтримки закарпатських військових», орієнтовані на допомогу у сільських громадах.

А, також всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?», що об'єднує для психологічної підтримки, яка діє з 2023 року. Однак, попри позитивні зрушення, залишаються значні труднощі: кадровий дефіцит у сфері соціальної роботи, нестача фінансування, обмежений доступ до послуг у сільській місцевості, слабка координація між державними та громадськими структурами.

Висновки. Сучасна система підтримки ветеранів в Україні поєднує державні гарантії, місцеві ініціативи та активну діяльність громадських і міжнародних організацій [5]. Позитивними тенденціями є впровадження фахівців із супроводу ветеранів, розвиток цифрових сервісів, створення мобільних хабів і поширення програм психосоціальної допомоги [6]. Водночас зберігаються проблеми, пов'язані з обмеженими ресурсами, кадровим дефіцитом, нерівномірною доступністю послуг у різних регіонах та слабкою координацією між інституціями.

Комплексна підтримка ветеранів бойових дій є одним із ключових пріоритетів державної політики України [6]. Її результативність залежить від ефективної взаємодії державних інституцій, місцевого самоврядування та громадського сектору. Подальший розвиток системи має передбачати:

- створення багатопрофільних центрів для ветеранів;
- підготовку кваліфікованих кадрів;
- залучення інноваційних методів реабілітації;
- розвиток цифрових сервісів та інформаційних платформ;
- забезпечення доступності послуг у сільських громадах.

Лише поєднання державних і громадських зусиль дозволить сформулювати сучасну й ефективну систему підтримки ветеранів та їхніх родин, що стане запорукою їхньої повної реінтеграції у суспільство..

ЛІТЕРАТУРА:

1. Білик О. В. Соціальна робота з ветеранами: теорія і практика. Київ: КНУ, 2021. 256 с.
2. Зверєва І. Д. Соціальний захист учасників бойових дій: проблеми і перспективи. Харків, 2020.
3. Кабаченко Н. Соціальна інтеграція ветеранів у громади: український та зарубіжний досвід. *Вісник соціальної роботи*. 2022.
4. Семигіна Т. В. Соціальна робота з ветеранами: сучасні виклики та практики. Київ, 2021.
5. Український ветеранський фонд. URL: <https://veteranfund.com.ua>.
6. Міністерство у справах ветеранів. *Звіт про стан реалізації у 2024 році Стратегії ветеранської політики на період до 2030 року*. Київ, 2024.. URL: <https://mva.gov.ua/zviti-1>

Науковий керівник доктор філософських наук, професор Костючков С.К.

СОЦІАЛЬНА РОБОТА З МОЛОДДЮ В СУЧАСНИХ ВІТЧИЗНЯНИХ УМОВАХ

Із розвитком сучасного суспільства пріоритетним напрямком стає формування у молоді впевненої активної життєвої позиції. Вагомою складовою цього процесу постає соціальна робота, вплив якої сприяє зростанню рівня життя молодшої людини, її гармонійного взаємозв'язку з оточуючим світом – як природним так і соціальним.

Ключові слова: молодь, соціальна робота, суспільство, прогрес, рівень життя, суспільна гармонія.

With the development of daily marriage, priority is given to the formation of young people with an active life position. The backbone of this process is social work, the infusion of which combines the growing level of life of a young person, its harmonious relationship with the alien world - both natural and social.

Key words: youth, social work, matrimony, progress, zeal for life, matrimonial harmony.

Постановка проблеми. У вирішенні широкого кола проблем української молоді одну з головних ролей відіграє соціальна робота з даною категорією населення. Мета соціальної роботи з молоддю – створення сприятливих умов для розвитку кожної молодшої людини, допомога у соціальній адаптації, підтримка у важких життєвих ситуаціях та сприяння реалізації життєвого потенціалу. Нові запити і виклики актуалізують генерування теоретичних розробок і нових технологій соціальної роботи з молоддю.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема соціальної роботи з молоддю займає помітне місце в спектрі наукових розвідок вітчизняних дослідників і дослідниць, серед яких О. Безпалько, Є. Бородін, А. Васильєв, В. Головенько, В. Дударьов, І. Іванова, Т. Донченко, І. Зверєва, А. Капська, С. Толстоухова, Л. Тюття, В. Шахрай та інші.

Мета статті: дослідження ключових аспектів соціальної роботи з молоддю в умовах сучасної України з урахуванням несприятливих викликів реальності.

Виклад основного матеріалу. Молодість – це не просто період життя людини, це – основа майбутнього суспільства та запорука його подальшого розвитку. Саме в цей період відбувається становлення особистості, вибір життєвих орієнтирів, створення сім'ї, визначення професійного шляху та усвідомлення своєї ролі в суспільстві. Молоді люди – це не ізольована група; вони перебувають під постійним впливом соціально-економічних і політичних умов, які формують їхню світогляд та визначають їхні

можливості. Ставлення держави та суспільства до молоді завжди було актуальним питанням. Молодь не є системою, що саморозвивається: її життя та розвиток залежать від існуючих соціально-економічних та політичних умов. Молоді люди, перебуваючи на перетині минулого, сьогодення та майбутнього, несуть у собі накопичений досвід попередніх поколінь, але одночасно прагнуть нових досягнень і переосмислення своїх цілей і цінностей. Для успішної соціалізації кожній молодій людині необхідно засвоїти продукovanі суспільством норми цінностей, встановлення, уявлення та стандарти.

Слід зважати на те, що розвиток «...євроінтеграційних процесів в Україні ще більше посилив потребу реформування української молодіжної політики, що сприяло розвитку професійних підходів до здійснення роботи з молоддю через інституціоналізацію молодіжної роботи як практичного інструменту реалізації молодіжної політики. Реформа децентралізації та, як наслідок, нормативні та організаційні зміни системи територіальної організації надання соціальних послуг ще більше актуалізували необхідність визначення місця соціальної роботи з молоддю в сучасній системі соціальної та молодіжної політики» [2, с. 154].

У сучасних умовах важливу роль відіграє соціальна робота з молоддю, мета якої – створення сприятливих умов для розвитку кожної молодої людини, допомога в соціальній адаптації, підтримка у важких життєвих ситуаціях і сприяння реалізації закладеного природою потенціалу. Соціальна робота має забезпечити молодим людям доступ до необхідних послуг, таких як біржі праці, юридичні консультації, психологічна допомога, центри підтримки молодих сімей тощо. Соціальна робота з молоддю ведеться з різних напрямків. Це і профілактика злочинності серед підлітків, і створення середовища спілкування та розвитку, і організація тимчасового працевлаштування та багато іншого. Важливо відзначити, що в сучасній соціальній роботі все більшого значення набувають інноваційні методи, такі як онлайн-консультування, використання соціальних мереж для інформування та взаємодії з молоддю, інтерактивні програми та тренінги. Основними цілями соціальної роботи з молоддю є створення монолітного комплексу соціального обслуговування, виявлення та усунення факторів, що сприяють девіантній поведінці, надання екстреної допомоги в кризових ситуаціях, підвищення рівня самостійності молодих людей та їх здатності результативно вирішувати проблеми, що виникають. Кінцевою метою є досягнення такого результату, коли молоді люди зможуть обходитися без допомоги соціальних працівників і самостійно будувати своє життя.

Важливо, що соціальна робота з молоддю має мати суспільно-державний характер. Це означає, що в її реалізації мають брати участь не лише органи влади, а й громадські організації, бізнес, молоді люди. Тільки спільними зусиллями можна створити ефективну систему соціальної підтримки молоді, яка сприятиме її успішній соціалізації та самореалізації.

Розвиток системи соціальних служб для молоді – це не просто допомога окремим людям, це інвестиції у майбутнє країни. Від того, наскільки успішною буде соціальна робота з молоддю, залежить, яке покоління прийде нам на зміну, чи зможе воно забезпечити стабільний розвиток суспільства та зберегти його культуру. Як слушно зауважує вітчизняний науковець В. Дударьов: «Мета соціальної роботи полягає в установленні або відновленні взаємокорисної взаємодії між окремими людьми і суспільством для того, щоб покращити якість життя, створити оптимальні умови для життєдіяльності молодої людини та відновити її соціальний статус у суспільстві. Це специфічна діяльність уповноважених органів держави, громадських об'єднань, інших соціальних інституцій і громадян, яка спрямована на і здійснення соціального обслуговування, соціальної адаптації, профілактики і реабілітації, а також опіки та піклування з метою реалізації і захисту громадянських, політичних, економічних, соціальних, екологічних, культурних та інших прав і свобод громадян» [1, с. 508-509].

Висновки. Таким чином молодь є найважливішою частиною суспільства, яка визначає його майбутнє. Однак для її успішного розвитку необхідне створення сприятливих умов, включаючи доступ до якісної освіти, можливостей працевлаштування, соціального захисту та підтримки. Соціальна робота відіграє ключову роль у вирішенні проблем молоді, та її ефективність залежить від комплексного підходу, що включає державне регулювання, громадські ініціативи та активну участь самих молодих людей у формуванні власного життя.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Дударьов В.В. Соціальна робота з молоддю як механізм реалізації державної молодіжної політики. *Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції, 9–10 квітня 2018 р.* Дніпро : ЛІРА, 2018. С. 506-509. URL: https://zp.edu.ua/uploads/dept_s&r/2018/conf/3/zbirka.pdf#page=506
2. Овчарова В.. Соціальна робота з молоддю та молодіжна робота в сучасній Україні. *Соціальна робота: становлення, перспективи, розвиток: матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції, 5-6 червня 2020 р.* Львів : ЛДУ БЖД, 2020. С. 154-161. URL: https://sci.ldubgd.edu.ua/bitstream/123456789/7481/1/zbirnik_soc_robota_2020_1_1_15_91884198_1591884198.pdf#page=154

Науковий керівник доктор філософських наук, професор Костючков С.К.

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗМІСТОВІ ПАРАМЕТРИ АДАПТАЦІЇ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ: ТЕОРЕТИКО-ЕМПІРИЧНИЙ АНАЛІЗ

У статті представлено теоретико-емпіричний аналіз психологічних змістових параметрів адаптації вимушених переселенців. Окреслено особливості стресостійкості, копінг-стратегій та емоційного стану у двох груп респондентів: внутрішньо переміщених осіб та переселенців за кордон. Показано, що умови проживання значно впливають на рівень психоемоційного благополуччя, вибір стратегій подолання та ресурсність особистості. Отримані результати можуть бути використані для розробки програм психологічної підтримки переселенців з урахуванням соціокультурного контексту.

Ключові слова: вимушені переселенці, адаптація, стресостійкість, копінг-стратегії, емоційний стан.

The article presents a theoretical and empirical analysis of the psychological content parameters of forced migrants' adaptation. It outlines the features of stress resilience, coping strategies and emotional state in two groups of respondents: internally displaced persons and migrants abroad. The findings show that living conditions significantly affect the level of psycho-emotional well-being, the choice of coping strategies, and individual resources. The results can be used to develop psychological support programs for migrants, taking into account the socio-cultural context.

Keywords: forced migrants, adaptation, stress resilience, coping strategies, emotional state.

Постановка проблеми. Повномасштабна війна в Україні спричинила безпрецедентне внутрішнє й зовнішнє переміщення населення. Мільйони людей були змушені залишити свої домівки та адаптуватися до нових умов життя. У таких обставинах особливої актуальності набуває проблема психологічної адаптації вимушених переселенців, оскільки від її ефективності залежить психічне здоров'я, соціальна інтеграція й життєва стабільність постраждалого населення. Незважаючи на збільшення практичних програм підтримки, досі недостатньо вивченим є змістовний бік адаптації – когнітивні, емоційні, мотиваційні та поведінкові компоненти, що визначають успішність цього процесу. Саме тому теоретичне та емпіричне дослідження психологічних параметрів адаптації є вкрай важливим для розробки програм підтримки та супроводу внутрішньо переміщених осіб і переселенців за кордон.

Аналіз наукових публікацій До проблеми адаптації вимушених переселенців звертаються багато українських науковців, які підкреслюють багатовимірність та складність цього процесу. Зокрема, Л. Карамушка [3] у своїх роботах акцентує на важливості *соціально-психологічної підтримки внутрішньо переміщених осіб*, вказуючи, що ефективна адаптація можлива лише за умови взаємодії державних, громадських і волонтерських структур із самими переселенцями. Вона аналізує, як наявність або відсутність підтримки впливає на рівень емоційного благополуччя, відчуття безпеки та готовність інтегруватися у нове середовище. О. Кокун [4] досліджує *адаптаційний ресурс особистості*, зокрема психологічну стійкість, здатність до відновлення після стресу й мобілізацію внутрішніх ресурсів у кризових ситуаціях. Автор підкреслює, що саме поєднання індивідуальних характеристик (стресостійкості, копінг-стратегій, ціннісних орієнтацій) з підтримуючим середовищем визначає успішність адаптації. І. Галецька [2] аналізує *показники успішності соціальної адаптації* вимушених переселенців, серед яких виокремлює рівень інтегрованості у нову громаду, задоволеність умовами проживання, можливість реалізації професійного потенціалу та збереження соціальних зв'язків. Дослідниця доводить, що адаптація – це динамічний процес, у якому важливу роль відіграють як зовнішні обставини, так і суб'єктивне відчуття контролю над життям. К. Базиленко [1] у своїх працях розглядає *соціальну акомодацию переселенців* як механізм пристосування до нових соціальних і культурних умов, підкреслюючи роль приймаючих спільнот у зниженні рівня відчуженості та формуванні відчуття належності. А. Перепелиця та О. Опанасюк [5] фокусуються на *психологічних травмах і труднощах адаптації внутрішньо переміщених осіб*. Вони описують поширені емоційні реакції – тривогу, пригніченість, втрату сенсу життя – та демонструють, що ці стани є не лише наслідком травматичних подій, а й результатом недостатньої соціальної підтримки й невизначеності майбутнього. В. Синякова та А. Грисенко [6] досліджують *трансформацію соціальної ідентичності українських емігрантів*, тобто тих, хто залишив країну. Вони вказують, що вимушена міграція супроводжується втратою звичних соціальних ролей, професійного статусу, необхідністю засвоювати нові норми й цінності, що спричиняє феномен «подвійної адаптації» – психологічної та соціокультурної.

Узагальнення результатів цих досліджень дозволяє зробити висновок, що адаптація вимушених переселенців є багатовимірним і тривалим процесом, який залежить від поєднання внутрішніх ресурсів особистості (стресостійкості, смисложиттєвих орієнтацій, копінг-стратегій) та зовнішніх умов (рівня соціальної підтримки, культурної близькості середовища, доступності ресурсів і можливостей для інтеграції).

Мета статті – на основі даних емпіричного дослідження висвітлити змістові параметри психологічної адаптації вимушених переселенців та показати відмінності між внутрішньо переміщеними особами й переселенцями за кордон.

У дослідженні взяли участь дві групи респондентів: 32 внутрішньо переміщені особи (ВПО) та 36 переселенців за кордон. Використано комплекс методик, зокрема «Шкалу визначення стресостійкості та соціальної адаптації» (Т. Холмса та Р. Раге), «Способи копінг-поведінки» (Р. Лазаруса, С. Фолкмана) та «Самооцінку емоційних станів» (А. Уессмана та Д. Рікса).

За шкалою стресостійкості виявлено, що переселенці за кордон частіше мають високий рівень стресового навантаження (56% проти 41% у ВПО). Це пояснюється культурним шоком, мовним бар'єром, інституційними труднощами й обмеженістю соціальної підтримки. ВПО, залишаючись у рідному культурно-мовному середовищі, демонструють переважно середній рівень стресу (47%), що свідчить про відносно стабільні можливості адаптації.

Опитувальник «Способи копінг-поведінки» показав суттєві відмінності у виборі стратегій подолання труднощів. Переселенці за кордон частіше використовують конфронтаційні й унікальні стратегії, а також емоційне дистанціювання, тоді як ВПО більш схильні звертатися по соціальну підтримку, контролювати власні реакції, приймати персональну відповідальність, планувати вирішення проблеми та переоцінювати ситуацію позитивно. Така відмінність свідчить про те, що перебування у знайомому культурному середовищі сприяє конструктивнішим та соціально орієнтованим копінг-стратегіям.

За методикою «Самооцінка емоційних станів» встановлено, що переселенці за кордон демонструють вищі показники тривоги, втоми й пригніченості та нижчу впевненість у собі, тоді як ВПО частіше зберігають емоційну стабільність і життєствердність. Ці результати корелюють із даними українських досліджень (А. Перепелиця, О. Опанасюк; Л. Карамушка), де підкреслюється вплив соціальної підтримки та культурної безперервності на рівень психоемоційного благополуччя.

Загалом отримані результати підтверджують: адаптація вимушених переселенців залежить від поєднання внутрішніх ресурсів (стресостійкість, копінг-стратегії, емоційна регуляція) і зовнішніх чинників (соціальна підтримка, безпека середовища, можливості для інтеграції).

Висновки. Психологічна адаптація вимушених переселенців є складним і багаторівневим процесом, що охоплює емоційні, когнітивні й поведінкові аспекти. Умови проживання (внутрішнє чи зовнішнє переміщення) значно впливають на рівень стресостійкості, вибір копінг-стратегій та емоційний стан. ВПО демонструють більш соціально орієнтовані та конструктивні стратегії подолання, тоді як переселенці за кордон – вищий рівень стресу, тривоги та емоційного дистанціювання. Результати можуть бути використані для розробки програм психологічної підтримки, які враховують соціокультурний контекст і сприяють розвитку адаптивних стратегій.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Базиленко К. П. Особливості соціальної акомодатії вимушених переселенців. *Психологія та соціальна робота*. 2024. Вип. 2(60). С. 39–51.
2. Галецька І. Психологічні чинники соціальної адаптації. *Соціогуманітарні проблеми людини*, 2005. № 1. С. 91–100.
3. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати: Метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2022. 213 с.
4. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності : монографія. К. : Міленіум, 2004. 265 с.
5. Перепелиця А. В., Опанасюк О. Ю. Психологічні травми та труднощі адаптації як соціально-психологічні проблеми внутрішньо переміщених осіб. *Слобожанський науковий вісник. Серія: Психологія*. № 1, 2024. С.148-151.
6. Синякова В., Грисенко А. Психологічні механізми трансформації соціальної ідентичності у вимушених емігрантів. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*, 2025. (1 (66), С. 30-34.

Науковий керівник докторка психологічних наук, професорка Коллі-Шамне А.В.

УДК [159.923.3:3551.1-057]:355.422

Пересунько О.В.

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗМІСТОВІ ПАРАМЕТРИ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВОЄННИХ ДІЙ

У статті розглянуто проблему резильєнтності військовослужбовців. Результати підтвердили гіпотезу про те, що високий рівень резильєнтності зумовлюється гармонійним поєднанням різних когнітивних, емоційно-вольових та поведінкових характеристик, а також наявністю зовнішніх і внутрішніх ресурсів психологічної підтримки, які дозволяють ефективно долати наслідки бойового стресу.

Ключові слова: резильєнтність, бойовий стрес, адаптивність, копінг-стратегії, ПТСР (Посттравматичний стресовий розлад).

The article discusses the issue of resilience among military personnel. The results confirmed the hypothesis that a high level of resilience is determined by a harmonious combination of various cognitive, emotional, volitional, and behavioral characteristics, as well as the availability of external and internal psychological support resources that enable effective coping with the effects of combat stress.

Keywords: resilience, combat stress, adaptability, coping strategies, PTSD (post-traumatic stress disorder).

Сучасні воєнні реалії, з якими зіткнулася Україна, створюють надзвичайно складні умови для функціонування військовослужбовців у зоні ведення бойових дій та в пунктах постійної дислокації. Постійний вплив реальної небезпеки, високий рівень травматичного стресу, непередбачуваність та швидка зміна подій вимагають від особистості військового – високої психологічної стійкості та адаптивності. У таких умовах ефективність військових не визначається лише фізичною підготовкою або тактичними навичками, але й здатністю протистояти стресовим чинникам та відновлювати власний ресурсний потенціал.

Психологічна резильєнтність у цьому контексті виступає критичним ресурсом, який забезпечує збереження психічного здоров'я та боєздатності. Вона проявляється як здатність особистості мобілізувати внутрішні ресурси, зберігати ясність мислення та приймати адекватні рішення у кризових ситуаціях. Резильєнтність також включає емоційну регуляцію, когнітивну гнучкість та соціальну підтримку, що дозволяє військовослужбовцям адаптуватися до надзвичайних обставин.

Історичні витоки поняття резильєнтності можна знайти в роботах А. Адлера, який вперше окреслив здатність людини долати життєві труднощі як центральний компонент психологічного здоров'я [6, с. 929]. На думку Б. Бріта та співавторів, вивчення резильєнтності військовослужбовців почалося з аналізу їхнього адаптаційного потенціалу після повернення з бойових дій [7, с. 48]. Вважається, що на початкових етапах досліджень акцент робився на фізичній та психофізіологічній стійкості особистості. Поштовхом для дослідження резильєнтності військовослужбовців стали війни в Афганістані й Іраку. Серед українських дослідників, які активно вивчали феномен психологічної резильєнтності слід виділити: Л. Адаменко, Е. Грішина, О. Кокуна, А. Ключко та Л. Березовську. Роботи зазначених авторів охоплюють теоретичні засади резильєнтності, психодіагностичні підходи, а також практичні моделі розвитку психологічної стійкості у військовослужбовців та цивільного населення в умовах військових загроз.

Резильєнтність у психології розглядається як здатність особистості ефективно адаптуватися до стресових, кризових та небезпечних умов, зберігаючи психологічне благополуччя та працездатність. Резильєнтність включає в себе когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти, що забезпечують успішне подолання життєвих труднощів [1, с. 6]. Вважається, що цей феномен є динамічним процесом, який може розвиватися під впливом зовнішніх і внутрішніх факторів [2, с. 66]. У дослідженнях останніх років наголошується на важливості розуміння специфіки резильєнтності саме військовослужбовців, які перебувають у зоні бойових дій [3, с. 193]. Визначення цього поняття дозволяє формувати психологічні програми підтримки та профілактики психотравмуючих станів у військових [4, с. 45]. Психологічна резильєнтність є ключовим чинником ментального здоров'я в умовах війни [5, с. 104]. Таким чином, дослідження феномену

резильєнтності дозволяє поєднати історичні підходи та сучасні методи психологічної підтримки.

Поняття резильєнтності в сучасній психологічній науці розглядається як багатокомпонентний феномен, що поєднує індивідуальні ресурси, когнітивно-емоційні механізми та поведінкові стратегії, спрямовані на успішне подолання кризових обставин. Резильєнтність необхідно розглядати не лише як індивідуальну рису, а як процес постійного особистісного зростання, що розгортається в умовах змін і викликів [1, с. 6]. Цей феномен має як стійку структурну основу, так і динамічну змінність залежно від контексту ситуації.

На думку Е. Грішина, резильєнтність є інтегративною властивістю, що визначає здатність особистості протистояти негативним впливам і зберігати функціональну ефективність навіть у критичних умовах [2, с. 66]. Цей феномен охоплює як психологічну, так і поведінкову складову, включаючи внутрішню мотивацію, когнітивну гнучкість і здатність до рефлексії.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні змістові параметри резильєнтності військовослужбовців в умовах воєнних дій, а також розробити програму її розвитку.

Резильєнтність також розглядається як динамічне явище, яке може змінюватися під впливом життєвого досвіду, навчання та психологічного тренінгу. Психологічні інтервенції, спрямовані на розвиток резильєнтності стресостійкості, включають когнітивно-поведінкові техніки, тренінги стресостійкості та програми ресурсного відновлення.

Особливу роль у забезпеченні психічної стійкості відіграє адаптивність військовослужбовців до нових або екстремальних умов.

Дослідження психологічної резильєнтності військовослужбовців проводилося в умовах воєнного стану, коли особистість щоденно стикається з високим рівнем фізичних та емоційних навантажень. Військова служба супроводжується ризиком для життя, відривом від родини, жорстким режимом і необхідністю приймати рішення в умовах невизначеності. У таких обставинах від здатності людини підтримувати внутрішню стійкість та адаптивність залежить її психологічне благополуччя і ефективність виконання бойових завдань. Резильєнтність у цьому контексті розглядається як комплексна властивість, що поєднує стресостійкість, здатність до відновлення ресурсів та навички конструктивного подолання труднощів. Саме тому вивчення зазначених параметрів стало метою даного емпіричного дослідження. Воно дозволяє не лише описати психологічний стан військових, але й обґрунтувати подальші шляхи психологічної підтримки.

Дослідження було проведено на вибірці з 74 військовослужбовців, які перебувають на службі у період активних бойових дій.

Для досягнення цілей дослідження було використано комплекс стандартизованих психодіагностичних методик: опитувальник PCL-M

(PTSD CheckList – Military Version), шкала резильєнтності Коннора–Девідсона – 10 (CD-RISC-10), шкала сприйнятого стресу (PSS-10), тест життєстійкості С. Мадді, методика «Індикатор копінг-стратегій» (Coping Strategy Indicator, CSI), статистичні методи обробки результатів, а також методи розробки та апробації психологічних інтервенцій.

Поєднання різних інструментів дозволило оцінити як рівень резильєнтності, так і супутні психоемоційні стани, що впливають на неї.

Встановлено, що рівень резильєнтності серед військовослужбовців переважно середній або вищий за середній, з високими показниками у цілеспрямованості та здатності долати труднощі. Водночас, окремі аспекти, такі як концентрація під тиском та стійкість до невдач, демонструють значну варіативність, що свідчить про потребу у розвитку специфічних навичок психологічної стабільності. Психологічний стан більшості військовослужбовців є стабільним, із переважанням середніх та високих показників резильєнтності і життєстійкості. Водночас виявлені вразливі аспекти – концентрація під тиском, стійкість до невдач, прийняття ризику та помірні прояви ПТСР – вказують на важливість системної психологічної підтримки, превентивних заходів і тренінгів для підвищення адаптивності та стресостійкості особового складу.

Розробка програми розвитку резильєнтності військовослужбовців починається з детального аналізу психологічного стану особового складу та виявлення ключових факторів, що впливають на стресостійкість у бойових умовах. Основою для створення програми є результати емпіричних досліджень, що визначають рівень резильєнтності, психотравматичні прояви та сприйнятого стресу серед військових. Програма має комплексний характер, орієнтується як на індивідуальні, так і на групові потреби, враховує результати емпіричного дослідження й спрямована на формування активних стратегій подолання стресу. Її впровадження створює умови для розвитку резильєнтності, підвищення психологічної сміливості та зростання адаптивності військовослужбовців у складних і небезпечних умовах воєнних дій.

Отож, у ході дослідження було всебічно розглянуто проблему резильєнтності військовослужбовців в умовах воєнних дій, що дозволило як теоретично обґрунтувати її психологічні параметри, так і здійснити практичну перевірку ефективності програми розвитку цього феномену. Отримані результати підтвердили гіпотезу про те, що високий рівень резильєнтності зумовлюється гармонійним поєднанням когнітивних, емоційно-вольових та поведінкових характеристик, а також наявністю зовнішніх і внутрішніх ресурсів психологічної підтримки, які дозволяють ефективно долати наслідки бойового стресу. Проведене дослідження має важливе теоретичне й практичне значення. Воно розширює уявлення про феномен резильєнтності у військовій психології, демонструє ефективність комплексного підходу до її розвитку та пропонує дієвий механізм підтримки психічного здоров'я військовослужбовців. В умовах тривалих воєнних дій

така робота є не лише актуальною, а й стратегічно важливою для забезпечення боєздатності та стійкості особового складу.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Адаменко Л.С. Актуальні підходи до проблеми дослідження психічної резильєнтності. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. №5 (58). С. 5 – 13.
2. Грішин Е.О. Резильєнтність особистості: сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія*. № 64. 2021. С. 65-68.
3. Ключко А.О. Резильєнтність як ресурс особистості в умовах воєнного стану. *Актуальні проблеми права, психології та педагогіки в умовах війни: матеріали міжнародної науково-практичної онлайн-конференції. 13- 14 квітня 2023 р.* С. 192-194. URL: https://science.btsau.edu.ua/sites/default/files/tezy/tezy_actual_prob_prava_13.04.-14.04.2023.pdf
4. Кокун О.М., Ключков, В.В., Мороз В.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій: метод. посібник. Київ-Одеса: Фенікс. 2022. 128 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/731412/>
5. Корольчук О.Л. Посттравматичний стресовий розлад як новий виклик сучасній Україні. *Інвестиції: практика та досвід*. 2016. № 17. С. 104–111. URL: http://www.investplan.com.ua/pdf/17_2016/19.pdf
6. Adler A. B., Bliese P. D., McGurk D., Hoge C. W., Castro C. A. Battlemind Debriefing and Battlemind Training as Early Interventions with Soldiers Returning from Iraq: Randomization by Platoon. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 2009. Vol. 77, No. 5. P. 928–940. DOI: [10.1037/a0016877](https://doi.org/10.1037/a0016877).
7. Britt T. W., Shen W., Sinclair R. R., Grossman M. R., Klieger D. M., Bartone P. T., Adler A. B. Predictors of Psychological Resilience among West Point Graduates. *Military Behavioral Health*. 2022. Vol. 10, Iss. 1. P. 47–57. DOI: [10.1177/24705470211053850](https://doi.org/10.1177/24705470211053850).

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Дементьєва К.Г.

УДК 355.292:316.3:364.044

Пономаренко О.О.

СПЕЦІАЛІЗОВАНІ ЦЕНТРИ ЯК ІНСТРУМЕНТ СОЦІАЛЬНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ ВЕТЕРАНІВ: ПРАКТИКА ТА ВИКЛИКИ

У статті аналізується роль спеціалізованих центрів у процесі соціальної інтеграції ветеранів в Україні. Розглядаються сучасні практики державних, громадських та приватних ініціатив, спрямованих на подолання ключових викликів: психологічної адаптації, економічної реінтеграції та соціальних бар'єрів. На основі порівняльного аналізу з міжнародним досвідом США та Великої Британії, виділено ефективні моделі та сформульовано рекомендації для розвитку скоординованої та комплексної системи підтримки.

Ключові слова: ветерани, соціальна інтеграція, реінтеграція, спеціалізовані центри, реабілітація.

The article analyzes the role of specialized centers in the social integration of veterans in Ukraine. It examines modern practices of state, public, and private initiatives aimed at overcoming key challenges: psychological adaptation, economic reintegration, and social barriers. Based on a comparative analysis with the international experience of the USA and Great Britain, effective models are identified and recommendations are formulated for the development of a coordinated and comprehensive support system.

Key words: veterans, social integration, reintegration, specialized centers, rehabilitation.

Аналіз стану питання. В умовах повномасштабного вторгнення російської федерації Україна стикається з безпрецедентним соціальним викликом, пов'язаним із масштабним поверненням ветеранів до цивільного життя. Станом на сьогодні, кількість учасників бойових дій перевищила 1,3 мільйона осіб, з яких понад 125 тисяч набули статусу особи з інвалідністю внаслідок російсько-української війни. Такий значний контингент потребує не лише нагальних, а й довгострокових, системних рішень для успішної реінтеграції. Соціальна реінтеграція ветеранів є складною проблемою, що виходить далеко за межі суто медичного відновлення. Вона охоплює процес адаптації до нової соціальної ролі, відновлення ментального та фізичного здоров'я, подолання психологічної ізоляції, а також забезпечення економічної самостійності.

Проблема соціальної реінтеграції ветеранів перебуває в центрі уваги багатьох українських науковців, серед яких серед яких З. Галушка, І. Цимбалюк, О. Власюк, С. Линдюк, А. Колосок, О. Новікова, В. Гошовська, О. Панькова, І. Гнибіденко, Н. Краус, О. Іляш, О. Сидорчук та ін.

Попри наявність наукових робіт, залишається недостатньо вивченою роль саме спеціалізованих центрів як цілісного, системного інструменту соціальної інтеграції. Відсутній комплексний аналіз функціонування цих інституцій у різних секторах (державний, громадський, академічний, приватний), їхньої взаємодії, спектра наданих послуг та ефективності в подоланні системних викликів.

Метою даного дослідження полягає в тому, щоб проаналізувати практику функціонування спеціалізованих центрів в Україні та їхню роль у соціальній інтеграції ветеранів, виявити ключові виклики та надати обґрунтовані рекомендації на основі порівняльного аналізу з міжнародним досвідом.

Виклад основного матеріалу. В Україні сформувалася багатовекторна, проте недостатньо скоординована система підтримки ветеранів, де ключову роль відіграють спеціалізовані центри різної форми власності та функціональної спрямованості. Їхню діяльність можна умовно поділити на кілька основних типів.

Державні інституції демонструють комплексний підхід, зосереджений на медичній та соціальній реабілітації. Прикладом є Український державний медико-соціальний центр ветеранів війни, розташований у селі Циблі, який пропонує медичну, психологічну, освітню допомогу та паліативну підтримку, що свідчить про розуміння багатовимірності потреб ветеранів [6].

Ще одним яскравим прикладом є проєкт RECOVERY, що розбудовує мережу сучасних реабілітаційних відділень на базі обласних госпіталів ветеранів війни [3]. Ці центри оснащені сучасним обладнанням для фізичної реабілітації, ерготерапії та психологічної допомоги, що дозволяє надавати високоякісні послуги мультидисциплінарними командами фахівців. Ця ініціатива є моделлю успішного державно-громадського партнерства, фінансування якої частково здійснюється за рахунок обласних бюджетів.

Центри на базі університетів (академічний сектор) є важливим інструментом для професійної та освітньої реінтеграції. Міністерство у справах ветеранів України ініціювало відкриття «Центрів ветеранського розвитку» при провідних закладах вищої освіти [7].

Наприклад, Центр у Національному університеті «Львівська політехніка» надає ветеранам та членам їхніх сімей можливість здобути новий фах, підвищити кваліфікацію та отримати правову та психологічну підтримку [5].

Примітно, що правову допомогу тут надають юристи, які самі є ветеранами, що сприяє моделі взаємодії «рівний-рівному». Аналогічно, Центр у Сумському державному університеті зосереджений на професійній перепідготовці та підготовці майбутніх помічників ветеранів, що демонструє довгострокове стратегічне планування.

Також не можемо не відзначити, що громадські та благодійні організації відіграють роль гнучких інструментів, що оперативно реагують на нові виклики.

Veteran Hub функціонує як комплексний інформаційно-консультаційний хаб, надаючи безоплатні юридичні та психологічні консультації, а також допомогу в пошуку роботи. Важливою складовою їхньої роботи є розробка навчальних матеріалів, спрямованих на роботодавців та цивільне населення, щоб подолати упередження та сприяти успішній співпраці з ветеранами [8].

Ветеранський фонд запустив цілодобову гарячу лінію кризової підтримки, де працюють психологи, навчені за стандартами НАТО. Застосування підходу «рівний-рівному», де консультанти-ветерани допомагають іншим ветеранам, є прикладом ефективної соціальної моделі, що будується на довірі та спільному досвіді.

Однак існують і значні виклики, що стоять на шляху до ефективної інтеграції. Одним із найгостріших є дефіцит якісних послуг у сфері психологічної та фізичної реабілітації. Згідно з опитуваннями, майже 54% ветеранів потребують зміцнення здоров'я, а половина з них незадоволена

існуючим медичним обслуговуванням. Це вказує на системну проблему: попри зростання попиту, спроможність системи охорони здоров'я та реабілітаційних центрів забезпечити якісні послуги є недостатньою [4].

Інший значний виклик пов'язаний із соціальними та економічними бар'єрами. Ветерани стикаються з труднощами в економічній реінтеграції. Хоча ініціативи громадських організацій, як-от «Після Служби», допомагають у працевлаштуванні, їхній масштаб поки що не відповідає масштабам проблеми.

Аналіз даних виявив парадоксальну ситуацію, що стосується суспільного ставлення до ветеранів. З одного боку, переважна більшість цивільного населення ставиться до ветеранів з повагою. З іншого боку, ветерани повідомляють про відчуття ізоляції, стигму та упередження [2].

Цей розрив між теоретичною повагою та практичними бар'єрами свідчить, що спеціалізовані центри не можуть обмежитися роботою лише з ветеранами. Для досягнення справжньої інтеграції критично важливою є просвітницька діяльність, спрямована на суспільство, роботодавців та державні органи. Програми, які розробляють навчальні «гайди» для бізнесу або тренінги для соціальних працівників, є прямою відповіддю на цей виклик.

Вивчення міжнародного досвіду дозволяє виявити ефективні моделі, які можуть бути адаптовані до українських реалій. Особливої уваги заслуговує досвід США, де ветеранська політика реалізується десятиліттями.

Модель США відрізняється проактивним та багатосекторним підходом. Ключовою є програма Transition Assistance Program (TAP), яка починає працювати з військовослужбовцями ще до їхнього звільнення, надаючи кар'єрні та освітні консультації. На державному рівні діє Veterans' Employment and Training Service (VETS), яка допомагає ветеранам знаходити роботу та співпрацює з приватним сектором та рекрутинговими агенціями для організації ярмарків вакансій [1].

Приватний бізнес, як-от JP Morgan чи Walmart, активно впроваджує власні програми підтримки та найму ветеранів, розглядаючи їхній військовий досвід як цінний актив. Додатково, існують потужні недержавні мережі, такі як Cohen Veterans Network, що надають високоякісну психотерапевтичну допомогу ветеранам та їхнім родинам, незалежно від статусу, зокрема через телемедицину, що значно знижує бюрократичні бар'єри.

Модель Великої Британії ґрунтується на концепції «Завіту збройних сил» (Armed Forces Covenant), що законодавчо закріплює, що ветерани не повинні бути в не вигідному становищі при доступі до державних та комерційних послуг. Ця політика реалізується через співпрацю державних органів та потужного благодійного сектору.

Ключову роль відіграє Національна служба охорони здоров'я (NHS), яка надає ветеранам пріоритетний доступ до вторинної медичної допомоги

за станами, пов'язаними зі службою. Існують спеціалізовані послуги, як-от Op RESTORE, що надає експертну фізичну реабілітацію, та Integrated Personal Commissioning for Veterans (IPC4V) для ветеранів з довготривалими захворюваннями. При цьому значну частину підтримки забезпечують благодійні організації [1].

Україна вже має елементи, які корелюють з передовими світовими практиками. Проактивний підхід університетських центрів, що розпочинають роботу з ветеранами до їхньої демобілізації, є аналогом американської програми TAP. Використання моделі «рівний-рівному» та державні-приватні партнерства для фізичної реабілітації (проект RECOVERY) та працевлаштування (ініціативи «Метінвесту») також свідчать про правильний вектор руху. Отже, Україні не потрібно створювати систему з нуля, а необхідно масштабувати та формалізувати вже існуючі ефективні моделі.

Висновки. Спеціалізовані центри відіграють критично важливу роль у процесі соціальної інтеграції ветеранів, виступаючи як ключові інструменти для подолання комплексних викликів. Проведене дослідження показало, що в Україні сформувалася розгалужена, хоча й дещо фрагментована, екосистема підтримки, що включає державні, академічні, громадські та приватні ініціативи. Найбільш ефективними моделями є ті, що поєднують державні ресурси з гнучкістю та оперативністю громадських організацій, а також ті, що виступають як платформи-координатори, допомагаючи ветеранам та їхнім родинам орієнтуватися у спектрі послуг. Перспективи подальших наукових розвідок у цьому напрямку включають: проведення кількісних досліджень для вимірювання ефективності різних моделей спеціалізованих центрів та їхнього впливу на довгострокові результати інтеграції; детальне вивчення економічного ефекту від реалізації програм реінтеграції та їхнього внеску у відновлення економіки країни та аналіз ментальних та соціальних змін у суспільстві, що відбуваються внаслідок взаємодії з ветеранською спільнотою.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Міжнародний досвід працевлаштування ветеранів: США, Канада, Великобританія. 2024. URL: <https://www.tarastarsenko.com/mizhnarodnyj-dosvid-praczevlashtuvannya-veteraniv-ssha-kanada-velykobrytaniya/>
2. Міністр у справах ветеранів розповіла про допомогу ветеранам і їхнім родинам. Міністерство у справах ветеранів України. URL: <https://mva.gov.ua/ua/news/ce-kategoriya-potuzhnih-lyudej-ministr-u-spravah-veteraniv-rozpovila-pro-dopomogu-veteranam-i-yihnim-rodinam>
3. Про проєкт Recovery. URL: <https://recoveryua.org/pro-proekt>
4. Труднощі та виклики реінтеграції українських ветеранів у цивільне життя. UIF. 2025. URL: <https://uifuture.org/publications/vyklyk-povoyennoyi-ukrayiny/>
5. У Львівській політехніці відкрили перший в Україні Центр ветеранського розвитку. 2023. URL: <https://osvita.loda.gov.ua/?page=blog&id=1488>
6. Український державний медико-соціальний центр ветеранів війни. Офіційний сайт. URL: <https://www.ukrainemedicalcenter.com/>

7. Центри ветеранського розвитку. Міністерство у справах ветеранів України. URL: <https://mva.gov.ua/veteranam/tsentri-veteranskogo-rozvitku>
8. Veteran Hub. Офіційний сайт. URL: <https://veteranhub.com.ua/>

Науковий керівник кандидат педагогічних наук, доцент Гуріч В.О.

УДК: 159.9.072:616.89-008.444-053.6

Попова К.Ю.

ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ДЕСТРУКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ У СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНИХ НАУКАХ

У статті розглядаються особливості дослідження деструктивної поведінки підлітків з погляду соціально-гуманітарних наук. Аналізуються підходи до визначення цього феномену, його основні причини та класифікації за різними чинниками. Приділено увагу шкільному середовищу як простору виникнення деструктивних проявів. Зроблено висновки про пріоритетні напрями подальшої роботи щодо запобігання цього явища та психосоціальної підтримки.

Ключові слова: підлітки, деструктивна поведінка, девіація, соціалізація, профілактика.

The article examines the peculiarities of studying destructive behaviour in adolescents from the perspective of social sciences and humanities. It analyses approaches to defining this phenomenon, its main causes and classifications according to various factors. Attention is paid to the school environment as a space for the emergence of destructive manifestations. Conclusions are made about the priority areas for further work on preventing this phenomenon and providing psychosocial support.

Keywords: adolescents, destructive behaviour, deviation, socialisation, prevention.

Постановка проблеми. Однією з найболючіших соціально-педагогічних проблем залишається деструктивна поведінка підлітків. Вона становить загрозу соціальному, фізичному та психологічному благополуччю молоді, стабільності шкільного середовища та соціальній безпеці громад. В Україні це питання набуло особливої критичності через комплексний вплив COVID-19, інтенсивного використання Інтернету серед підлітків та масового травматичного досвіду, пов'язаного з війною. Вітчизняні дослідники значною мірою звертали увагу на такі форми деструктивної поведінки як агресія, булінг і кібербулінг, делінквентність, адиктивна та суїцидальна поведінка.

До чинників, що сприяють ризику розвитку цього феномену науковці відносили сімейні дисфункції, шкільне середовище, тиск з боку однолітків, Інтернет, травматичний досвід війни. Тому соціальними робітниками та педагогами розроблялися програми профілактичних заходів у школах, мультидисциплінарні підходи, психосоціальна підтримка, робота з батьками. Проте більшість досліджень мають крос-секційний і локальний характер.

Метою статті є огляд наукових здобутків вітчизняних вчених у вивченні деструктивної поведінки підлітків з погляду соціально-гуманітарних наук, дослідження специфіки деструктивної поведінки підлітків та виявлення основних соціально-психологічних чинників, що її формують.

Виклад основного матеріалу. Питанням профілактики деструктивної поведінки підлітків приділили увагу такі дослідники, як: Т. Журавель та Ю. Удовенко [2]; Л. Мурга [6] зауважує важливість соціально-педагогічної профілактики делінквентної поведінки школярів, Максименко С. [5] у своїх роботах аналізує психологічні особливості делінквентних підлітків. Ряд сучасних вітчизняних вчених, таких, як: Павелків В. [9], Новикова О. [7], Клішевич Н. [3] аналізують прояви агресії у підлітковому віці та корекційну роботу з ними. У колі уваги дослідників Гуменюка О. [1] та Оніщенко Н. [8] перебуває Інтернет-залежність як чинник ризику деструктивної поведінки школярів, профілактика булінгу та кібербулінгу у шкільному середовищі. Плахотнік О. [11] та Шевченко І. [13] досліджували наслідки впливу війни на психосоціальне благополуччя підлітків та значення сім'ї у формуванні девіантної поведінки підлітків.

Втім попри значний науковий інтерес, у соціально-гуманітарних науках спостерігається фрагментарність підходів до вивчення цього питання: психологи акцентують на внутрішніх механізмах та особистісних факторах, соціологи — на впливі середовища, педагоги — на умовах виховання. Така розрізненість ускладнює формування цілісного уявлення про особливості деструктивної поведінки підлітків і розробку комплексних профілактичних систем.

Для кожного індивіда підлітковий вік є складним етапом у житті. Загальновідомо, що періодом підліткового розвитку прийнято вважати вік від 11 до 15 років, проте сучасні науковці вбачають необхідність розширення діапазону до 20 років, що пояснюється особливостями соціального становища та рівня освіти окремих суб'єктів. Дослідник Павелків В. зазначає що, в цю стадію особистість формується під вагомим впливом процесів статевого дозрівання таких як швидкий ріст, зміна ваги та пропорцій тіла, тощо. Водночас відбуваються значні трансформації у соціальній сфері життя. «Дитина» набуває іншого соціального статусу, втрачаючи привілеї попереднього. [10]

Закономірно, що під час утворення нового світогляду та соціальної ідентичності, людина стає вразливою до різкої, чи навіть, небезпечної поведінки, що створює підґрунтя для розвитку деструктивності.

У своїх працях Сирбу М. пропонує комплексне тлумачення причин, здійснюючи їх класифікацію за різними чинниками. Згідно його досліджень, причини деструктивної поведінки класифікують «на: соціальні (соціально-економічні, політичні, культурні умови, у яких перебуває людина), психолого-педагогічні (вплив різних інститутів виховання на формування особистості), особистісні (вибіркове ставлення особистості до прийнятих у суспільстві норм і цінностей, до батьків і педагогів, однолітків та до власних ціннісних орієнтацій, своїх здібностей, самоконтролю поведінки) та індивідуально-психологічні (зумовлені генетично)». [12, с. 14]

Проаналізувавши дослідження деструктивної поведінки підлітків узагальнимо теми, котрі найчастіше були у полі зору українських вчених:

1. **Деструктивна поведінка проявляється у формі** булінгу та кібербулінгу, агресії, делінквентності, зловживання Інтернетом, суїцидальної поведінки, «екстремальних», ризикових практик (паркур, руфінг). [2]
2. **Причинами та чинниками ризику** слугують сімейні дисфункції, низький соціально-економічний статус, вплив однолітків, психологічні особливості (імпульсивність, низький самоконтроль), ЗМІ або Інтернет. [14]
3. **Профілактика і корекція** здійснюється шляхом впровадження програми в освіті, соціально-педагогічних підходів, групової/індивідуальної соціально-психологічної роботи, інтервенцій в умовах воєнного стану. [15]
4. **Соціально-педагогічні моделі** поєднують історичний досвід та сучасні підходи до профілактики делінквентності в школі та громаді (дисертаційні дослідження та огляди). [4]

Висновки. Як бачимо, українські дослідження фіксують складну, мультифакторну природу деструктивної поведінки підлітків. Є чіткі практичні напрацювання (шкільні програми, посібники, локальні інтервенції), але бракує масштабних досліджень, дієвих інструментів і системної оцінки ефективності інтервенцій, особливо з урахуванням воєнного контексту. Для соціальної роботи пріоритетними є раннє виявлення, мультидисциплінарна співпраця та адаптовані програми психосоціальної підтримки.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гуменюк О. Інтернет-залежність як фактор ризику деструктивної поведінки школярів. *Психологічний журнал*, 2020, 5(1), с 33–42.
2. Журавель, Т., Іванюк, І., Лехолетова, М., Лютий, В., Лях, Т., Пашко, Н., Соловійова, В., Сорокіна, О., Спіріна, Т., Суліцький, В., Удовенко, Ю., Чепенко, О., Чуйко, О., Швед, О., & Янковець, В. (2022). Профілактика деструктивної поведінки підлітків (Т. Журавель & Ю. Удовенко, Ред.). Видавництво ФО-П Буря О.Д. – Київ, 2022 – 144 с.

3. Клішевич Н. А. Соціально-педагогічна робота з підлітками з делінквентною поведінкою., Житомир: Вид-во ЖДУ, 2017.
4. Клішевич Н. А. Соціально-педагогічна робота з підлітками з делінквентною поведінкою (друга половина XX століття – початок XXI століття). автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.05, Київ, 2011, 22 с.
5. Максименко С. Д. Делінквентний підліток: навчальний посібник. Київ: Слово, 2019.
6. Мурга Л. В. Соціально-педагогічна технологія профілактики делінквентної поведінки підлітків в умовах ЗНЗ.: бак...: 6.010106, Житомир, 2018, 82 с.
7. Новикова О. В. Корекція проявів агресії у підлітків в умовах воєнного стану.: маг...053, Запоріжжя, 2024, 94 с.
8. Оніщенко Н. Профілактика булінгу та кібербулінгу у шкільному середовищі. Педагогічні науки, 3(12), 2021, с. 112–118.
9. Павелків В. Р. Агресивна поведінка підлітків: психологічний аналіз. Психологія і суспільство, 1(2), 2020, с. 45–57.
10. Павелків В. Р. Специфіка прояву агресії та деструктивної поведінки в підлітковому віці / В. Р. Павелків // Проблеми сучасної психології. – 2015. – Вип. 30. – С. 483–494.
11. Плахотнік О. В. Сімейні фактори ризику у формуванні девіантної поведінки підлітків. Соціальна педагогіка, 4, 2019, с. 78–84.
12. Сирбу М.М. Психологічні особливості деструктивної поведінки сучасних школярів: бак... : 053 / Ізмаїльський державний гуманітарний університет, Ізмаїл, 2024, 62 с.
13. Шевченко І. Війна та її вплив на психосоціальне благополуччя підлітків. Український соціологічний журнал, 2(1), 2023, с. 15–27.
14. Шум К. М. Профілактика деструктивної поведінки підлітків: дипломна робота бакалавра / К. М. Шум. – Одеса, 2023. – 78 с.
15. UNICEF. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) survey in Ukraine. Київ: UNICEF, 2024. URL: <https://hbsc.org/> (дата звернення: 21.09.2025).

Науковий керівник докторка соціологічних наук, професорка Шапошникова І.В.

УДК [316.728-044.372:159.942.5]:615.851

Проценко О.І.

ПЕРЕЖИВАННЯ ГОРЮВАННЯ І АДАПТУВАННЯ ДО ЗМІН ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

Анотація. У статті розглянуто проблему переживання горювання в умовах соціальних і воєнних криз, проаналізовано можливості арт-терапевтичних методів у подоланні втрати та сприянні адаптації до життєвих змін. Визначено ефективність використання ізотерапії, символічних образів та казкотерапії для підтримки психоемоційної стабільності.

Ключові слова: горювання, адаптація, арт-терапія, психосоціальна підтримка, втрата.

Abstract. The article considers the issue of grief experience in the context of social and war crises. The possibilities of art therapy methods in overcoming loss and facilitating adaptation to life changes are analyzed. The effectiveness of using isotherapy, symbolic images and fairytale therapy for maintaining psycho-emotional stability is emphasized.

Keywords: grief, adaptation, art therapy, psychosocial support, loss.

Горювання є природним, але водночас надзвичайно складним процесом, який охоплює психоемоційні, когнітивні та поведінкові зміни особистості. У сучасних умовах війни та соціальних криз проблема втрати й переживання горя набула особливої актуальності. Важливим завданням психологічної допомоги є підтримка осіб, які перебувають у стані втрати, та створення умов для їхньої адаптації до нових обставин. Арт-терапія розглядається як один із найбільш ефективних методів м'якого та ресурсного впливу, що забезпечує вираження емоцій, зниження напруження і пошук нових смислів.

Аналіз досліджень і публікацій. Проблему горювання досліджували З. Фройд, Е. Кюблер-Росс, Дж. Ворден, які окреслили етапи та механізми переживання втрати [3, с. 11]. Питання арт-терапії як методу психологічної допомоги в кризових станах розробляли Л. Лебедева, В. Кисельова, О. Вознесенська [1, с. 23]. У працях підкреслюється значення творчих практик для відновлення емоційної рівноваги та формування нових стратегій адаптації. [4, с. 27]. Водночас недостатньо досліджено особливості застосування арт-терапії саме у процесі горювання в умовах воєнних подій [2, с. 32].

Мета статті – дослідження можливостей арт-терапевтичних методів у процесі переживання горювання та адаптації особистості до життєвих змін.

Виклад основного матеріалу. Арт-терапевтичні практики у роботі з людьми, які зазнали втрати, забезпечують безпечний простір для невербального вираження емоцій, що важко артикулювати словами. Ізотерапія дозволяє трансформувати біль у символічні образи, надаючи можливість учасникам візуалізувати свій внутрішній стан і віднайти ресурси для подолання стресу. Використання технік роботи з кольором сприяє усвідомленню емоційної динаміки, а малювання руками знижує рівень напруження та відновлює відчуття контролю.

Казкотерапія та створення історій дають змогу дистанціюватися від травматичного досвіду, інтегрувати втрату у життєву історію та віднайти нові смисли. У груповій роботі застосування арт-терапії створює ефект підтримки, розвиває відчуття приналежності та взаєморозуміння.

Практичні результати застосування арт-терапевтичних технік у Центрі ментального здоров'я засвідчують зниження емоційного напруження, активізацію внутрішніх ресурсів, формування більшої психологічної гнучкості та готовності до адаптації.

Висновки. Арт-терапія є ефективним засобом психосоціальної підтримки осіб у процесі горювання, оскільки поєднує творче вираження з емоційною регуляцією та пошуком нових смислів. Її використання сприяє зниженню рівня стресу, відновленню внутрішньої рівноваги та формуванню здатності до адаптації. Подальші дослідження мають бути спрямовані на розробку спеціалізованих програм арт-терапевтичної підтримки для людей, які зазнали втрат унаслідок воєнних дій.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вознесенська О. Психологічні ресурси арт-терапії. – Київ: Академвидав, 2018. 248 с.
2. Исельова В. Арт-терапія як метод психологічної допомоги. – Харків: Основа, 2016. 312 с.
3. Кублер-Росс Е. Про смерть і вмирання. – Київ: Наш Формат, 2019. 148 с.
4. Лебедева Л. Психологічні основи арт-терапії. – Київ: Либідь, 2015. 134 с.

Науковий керівник – кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

УДК: 159.942.5:355.233:355.4

Романишин І.В.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ УПРАВЛІННЯ СТРЕСОМ У ВІЙСЬКОВИХ ПІД ЧАС БОЙОВИХ ДІЙ

Стаття присвячена дослідженню психологічних особливостей управління стресом у військовослужбовців в умовах бойових дій. Емпіричний аналіз виявив зв'язки між стійкістю до стресу, психофізіологічним станом і травматичними симптомами, а розроблена програма управління стресом продемонструвала ефективність у підвищенні резилієнтності. Запропоновано рекомендації для впровадження психологічних інтервенцій у військових підрозділах.

Ключові слова: бойовий стрес, психологічна стійкість, управління стресом, військовослужбовці, психофізіологічний стан, травматичні симптоми, резилієнтність.

The article examines the psychological aspects of stress management in military personnel during combat operations. Empirical analysis revealed relationships between stress resilience, psychophysiological state, and traumatic symptoms, while a developed stress management program proved effective in enhancing resilience. Recommendations for implementing psychological interventions in military units are provided.

Key words: combat stress, psychological resilience, stress management, military personnel, psychophysiological state, traumatic symptoms, resilience.

Військова служба в умовах бойових дій, особливо в контексті війни в Україні, супроводжується екстремальними стресорами, такими як загроза життю, втрата побратимів і невизначеність. Такі фактори викликають бойовий стрес, який може призводити до тривожності, емоційного виснаження та посттравматичних стресових розладів (ПТСР). Недостатнє управління стресом знижує бойову ефективність і психічне здоров'я військовослужбовців. Дослідження психологічних особливостей управління стресом є актуальним для розробки ефективних методик підтримки резилієнтності та профілактики психологічних розладів у військових.

Концепція стресу, започаткована Г. Сельє, визначає його як неспецифічну реакцію організму на зовнішні вимоги, що проходить через стадії тривоги, опору та виснаження [10]. Сучасні дослідники, такі як С. Коен і П. Гіанарос, розглядають стрес як динамічну взаємодію між зовнішніми факторами та внутрішніми ресурсами людини, включаючи когнітивні та емоційні аспекти [9].

В. Лукашов класифікує стрес за рівнем контролю, виділяючи неконтрольовані, частково керовані та уявні стресові ситуації [4]. У військовому контексті О. Блінов визначає бойовий стрес як комплексну реакцію на екстремальні умови, що впливає на емоційний стан, мислення та поведінку [1]. С. Костючков і Л. Кузнєцова підкреслюють, що бойовий стрес викликає зміни в афективній, когнітивній і поведінковій сферах, що може знижувати професійну ефективність [2; 3]. Є. Пузирьов і В. Ізвєков описують бойовий стрес як системну реакцію, що охоплює психофізіологічні та соматичні зміни, тоді як А. Шиделко акцентує на його багаторівневій природі [5; 8].

Л. Сікорська наголошує на ефективності релаксаційних технік, таких як прогресивна м'язова релаксація та аутогенне тренування, для зниження фізіологічної активації [6]. О. Толмачов підкреслює значення групових інтервенцій, що базуються на соціальній підтримці, для нормалізації стресових реакцій у військових підрозділах [7].

Метою статті є дослідження психологічних особливостей управління стресом у військовослужбовців під час бойових дій, аналіз зв'язків між стійкістю до стресу, психофізіологічним станом і травматичними симптомами, а також оцінка ефективності програми управління стресом для підвищення резилієнтності.

Дослідження проводилося з вибіркою з 50 військовослужбовців (94% чоловіків, 6% жінок, середній вік – 35 років, віковий діапазон 25-46 років) із трьох військових частин у Полтаві, які брали участь у бойових діях не менше шести місяців. Учасники були поділені на контрольну та експериментальну групи по 25 осіб за результатами первинної діагностики для забезпечення порівняльності. Використано методики: шкалована самооцінка психофізіологічного стану О. Кокуна, опитувальник бойового

стресу О. Блінова, шкала оцінки впливу травматичної події (IES-R) М. Горовіц та ін., тест «Стійкість до стресу» С. Максименко та ін.

Аналіз психофізіологічного стану показав, що 22% учасників мали низький рівень, що вказує на виражене виснаження та тривожність, 22% – нижче середнього, що відображає труднощі з енергією та емоційною стабільністю, 22% – середній рівень, що свідчить про базову адаптацію, 28% – вище середнього, що вказує на хорошу стійкість, і 6% – високий рівень, що характеризується оптимальним поєднанням мотивації та стабільності. Такий розподіл (44% із низьким і нижче середнього рівнями) підкреслює потребу в психологічних інтервенціях.

За опитувальником бойового стресу 50% учасників продемонстрували низький рівень стресу, що вказує на здатність справлятися з бойовими умовами, ймовірно, завдяки підготовці чи соціальній підтримці. Середній рівень зафіксовано у 26%, що відображає періодичну тривожність і зниження концентрації, а високий рівень у 24% свідчить про виражені психоемоційні реакції, такі як порушення сну чи нав'язливі спогади, що підвищує ризик ПТСР.

Шкала IES-R виявила середні значення: 18,08 для субшкали «вторгнення» (нав'язливі спогади), 16,22 для «уникнення» (уникання травматичних асоціацій) і 15,76 для «збудливості» (драгівливість, підвищена пильність). Отримані показники вказують на помірний вплив травматичних подій, що створює психологічний дискомфорт, але не досягає критичного рівня ПТСР (вище 24 балів).

Тест стійкості до стресу показав, що 24% учасників мали низький рівень, що вказує на вразливість до стресових факторів, 36% – середній рівень, що дозволяє базову функціональність, і 40% – високий рівень, що відображає розвинені навички саморегуляції та емоційної стабільності.

Кореляційний аналіз (коефіцієнт Пірсона, $p \leq 0,05$) виявив позитивний зв'язок між стійкістю до стресу та психофізіологічним станом ($r = 0,287$), що вказує на те, що вища резилієнтність сприяє кращому самопочуттю. Негативний зв'язок між стійкістю до стресу та рівнем бойового стресу ($r = -0,296$) підтверджує, що розвинена резилієнтність знижує вираженість стресових реакцій. Негативна кореляція з субшкалою «вторгнення» ($r = -0,324$) свідчить, що вища стійкість зменшує нав'язливі спогади, сприяючи психологічній стабільності.

Чотиритижнева програма управління стресом, застосована до експериментальної групи, включала чотири модулі. Когнітивно-поведінковий модуль використовував реструктуризацію ірраціональних думок (наприклад, заміна «Я не впораюся» на «Я маю навички для дій») і тренування вирішення проблем. Релаксаційний модуль застосовував прогресивну м'язову релаксацію, дихальні вправи для зниження рівня адреналіну. Соціальний модуль базувався на груповій терапії за І. Яломом, сприяючи згуртованості через брифінги та обмін досвідом. Творчий модуль

використовував арт-терапію для вираження емоцій через малювання чи роботу з глиною.

Порівняльний аналіз за критерієм Манна-Уїтні показав значне покращення стійкості до стресу в експериментальній групі ($U = 172$, $p \leq 0,01$), зі зростанням середнього балу з 34,5 до 29,8, тоді як у контрольній групі зміни були відсутні ($U = 307,5$, $p > 0,05$). Частка учасників із низьким рівнем стійкості зменшилася з 24% до 12%, а з високим – зросла з 40% до 56%.

Дослідження показало, що стійкість до стресу є ключовим фактором управління бойовим стресом, впливаючи на психофізіологічний стан ($r = 0,287$) і знижуючи травматичні симптоми ($r = -0,324$ для «вторгнення»). Програма управління стресом підвищила резилієнтність в експериментальній групі ($U = 172$, $p \leq 0,01$), зменшивши частку учасників із низькою стійкістю з 24% до 12%. Помірні рівні бойового стресу (50% із низьким, 26% із середнім, 24% із високим) і травматичних симптомів (18,08; 16,22; 15,76 за IES-R) вказують на потребу в систематичних інтервенціях.

Рекомендується впровадження програми в військових підрозділах, з акцентом на короткі релаксаційні вправи та групові сесії. Перспективи подальших досліджень включають аналіз впливу програми на різні категорії військовослужбовців, вивчення ролі лідерства та використання віртуальної реальності для тренування резилієнтності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Блінов О. А. Психологічні особливості прояву бойового стресу військовослужбовців–учасників бойових дій. *Матеріали наукового семінару «Шляхи трансформації системи морально-психологічного забезпечення у Збройних силах України. №27. 2019. С. 21-23.*
2. Костючков С.К. Нейрокогнітивний хакінг як елемент «дестабілізаційної змії» у контексті сучасної гібридної війни. *Вісник Львівського університету. Серія філософсько-політологічні студії. 2020. Вип. 30. С. 161-169.*
3. Кузнєцова Л. Є. Теоретичні моделі формування і корекції посттравматичних стресових розладів у військовослужбовців. *Молодий вчений. 2018. № 33 (219). С. 75–79.*
4. Лукашов В.П. Стрес: фактори розвитку. *Психологічний часопис. 2019. №76. С. 130-136.*
5. Пузирьов Є. В., В. В. Ізвєков. Бойовий стрес та його наслідки для військовослужбовців. *Вчені записки Таврійського національного університету імені ВІ Вернадського. №34.73. 2023. С. 203-209.*
6. Сікорська Л. Б., Островська К. О., Островський І. П. Напрями психотерапевтичної роботи з депресивними переживаннями військових. *Інклюзія і суспільство. №1. 2023. С. 82-89.*
7. Толмачов О. А. Стратегії розвитку психологічної підтримки військових у зоні бойових дій: інструменти публічного управління для забезпечення стійкості. *Публічне урядування. №1 (42). 2025. С. 54-59.*
8. Шиделко А. В. Наслідки впливу бойового стресу на психологічний стан особистості військовослужбовця. *Перспективи та інновації науки. 2022. № 1 (6). С. 476-486.* [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-1\(6\)-476-486](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-1(6)-476-486)

9. Cohen S., Gianaros P., Manuck S. A stage model of stress and disease. *Perspectives on Psychological Science*, №11(4), 2016. P. 456-463.
<https://doi.org/10.1177/1745691616646305>
10. Selye H. The Stress of Life. New York: McGraw-Hill. 1956. 211 p.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

УДК 159.938.363.6-057.36:355.422-022.312-043.2

Сажнів С.М.

ВПЛИВ ТРИВАЛОСТІ БОЙОВИХ ДІЙ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

У статті представлено аналіз проблеми збереження психічного здоров'я військовослужбовців, які перебувають у зоні ведення бойових дій, що зумовлено ризиками розвитку ПТСР, депресії, тривожності та емоційного виснаження, що впливають на ефективність служби та адаптацію до цивільного життя. Представлено результати емпіричного дослідження психофізіологічного стану 40 військовослужбовців та апробації розробленої психокорекційної програми, у межах якої поєднано різноманітні психотерапевтичні підходи для стабілізації емоційного стану і зниження симптомів ПТСР, депресії та тривожності. За результатами реалізації запропонованої програми підтверджено ефективність програми та її дієвість у рамках психологічної реабілітації військовослужбовців.

Ключові слова: психічне здоров'я, військовослужбовці, тривожність, посттравматичний стресовий розлад, депресія, психологічна реабілітація, адаптація.

The article presents an analysis of the problem of maintaining the mental health of military personnel engaged in combat zones, which is determined by the risks of developing PTSD, depression, anxiety, and emotional exhaustion that affect both service effectiveness and adaptation to civilian life. The results of an empirical study of the psychophysiological state of 40 servicemen and the testing of a developed psychocorrectional program are presented. The program integrates various psychotherapeutic approaches aimed at stabilizing the emotional state and reducing symptoms of PTSD, depression, and anxiety. The outcomes of its implementation confirm the program's effectiveness and its significance within the framework of psychological rehabilitation of military personnel.

Key words: mental health, military personnel, anxiety, post-traumatic stress disorder (PTSD), depression, psychological rehabilitation, adaptation.

Постановка проблеми. У сучасних умовах ведення активних бойових дій проти України військовослужбовці вимушені перебувати в екстремальних умовах, що призводить до масового поширення психологічних проблем, зокрема посттравматичного стресового розладу (далі – ПТСР), депресивних станів, тривожності та суїцидальних думок. Внаслідок хронічного стресу чи бойових травм спостерігається негативний вплив як на фізичне й психологічне здоров'я військовослужбовців, так і на ефективність адаптації до цивільного життя після повернення, що може викликати сімейні конфлікти, соціальну ізоляцію та труднощі у працевлаштуванні. Відсутність належного рівня психологічної підтримки підвищує ризики розвитку психічних розладів, що знижує боєздатність, когнітивні здібності та мотивацію військовослужбовців, одночасно створюючи загрози для соціальної стабільності в суспільстві.

Аналіз наукових публікацій. Психічне здоров'я – це основна складова успішного та щасливого життя кожної людини та один з основних параметрів оцінки стану населення. Як зауважує М. Фомич, термін «психічне здоров'я» пов'язує медичну та психологічну науки, оскільки, в одних випадках, психічні стани стають головною причиною захворювання, в інших – будь-яке соматичне страждання знаходить своє відображення в психічному полі людини [5].

Психічне здоров'я військовослужбовців формується під впливом комплексу чинників, які включають біологічні, психологічні, соціальні аспекти, а також умови військової служби. Забезпечення ефективної системи підтримки та профілактики психоемоційних розладів є ключовим напрямком, що сприяє збереженню психологічної рівноваги та підвищенню професійної ефективності військових.

Постійна присутність у зоні бойових дій викликає хронічний стрес, що може призводити до розвитку таких психічних розладів, як ПТСР, депресія, тривожні розлади та емоційне виснаження. У бойових умовах страх виконує адаптивну функцію, але його надмірне накопичення може викликати дисфункціональні реакції, включаючи паніку або, навпаки, емоційне притуплення. Тривалі бойові дії впливають на функціонування нервової системи, викликаючи порушення сну, підвищену збудливість, проблеми з концентрацією уваги та пам'яттю. Ефективне управління страхом можливе через тренінги з саморегуляції, розвиток навичок емоційного контролю та використання когнітивно-поведінкових технік. Військові психологи мають забезпечувати підтримку військовослужбовців, навчаючи їх методів зниження рівня тривожності [4].

Бойові дії виснажують як фізично, так і психологічно, оскільки військовослужбовці змушені працювати на межі своїх можливостей. Бойова напруга та вимоги до фізичної витривалості можуть призводити до розвитку хронічного виснаження, що погіршує психічний стан. Наприклад, психічні ресурси, такі як здатність до самоконтролю, соціальної взаємодії, емоційної стабільності, виснажуються під впливом постійного стресу, що спричиняє

порушення психологічної адаптації. Військовослужбовці часто відчують емоційну незадоволеність, що може призводити до розвитку негативних установок щодо своєї діяльності. Згодом це виснаження може призвести до зниження рівня уваги та реакції, що впливає на ефективність виконання службових обов'язків, підвищуючи ризик травмування чи виникнення нещасних випадків [1; 2].

Як зазначає М. Козігора, для того, щоб вижити в умовах бойових дій, військовик повинен перебудувати всю свою сутність (рівень пильності, швидкість реакцій, стиль поведінки, систему цінностей та відносин до навколишнього середовища, людей, самого себе) відповідно до вимог війни. Така перебудова, пристосування до режиму бойової життєдіяльності, стрес-чинників відбувається з кожним її учасником і акумулюється у феномені «бойового стресу» [3].

В умовах повномасштабного вторгнення проти України збереження та відновлення психічного здоров'я військовослужбовців виступає в якості одних із ключових завдань. Ризик для життя, бойовий стрес, травматичний досвід та розлука із родиною призводять до розвитку ПТСР, тривожно-депресивних станів, зниження когнітивних функцій та емоційної регуляції. У цьому зв'язку дослідження зазначеної сфери відіграє не лише вагому наукову, але й практичну роль при розробці програм підтримки військових.

Було проведено емпіричне дослідження, в якому прийняли участь 40 військовослужбовців у віці від 23 до 53 років, які мають різний бойовий та службовий досвід. З метою проведення емпіричного дослідження нами використовувалось сукупність валідних методик, спрямованих на визначення показників тривожності, депресії, ПТСР, схильності до суїцидальних реакцій, психофізіологічного стану та моделей подолання стресу. Завдяки використанню зазначених методик було забезпечено комплексне вивчення психічних та фізіологічних особливостей військовослужбовців, які перебувають у зоні ведення бойових дій.

Результати проведеного емпіричного дослідження показали, що переважна більшість респондентів демонструють відносну емоційну стійкість та показники тривоги і депресії у межах норми. При цьому, у частини опитаних виявлено симптоми ПТСР, зниження мотивації до виконання бойових завдань та емоційної втоми. Особливу увагу звернуто на існуванні тенденції до обмеженості емоційних реакцій та низькій замученості до соціальних ресурсів, що виступає в якості специфічного результату перебування у зоні бойових дій.

Встановлено, що військовослужбовцями активно використовуються когнітивні та креативні стратегії подолання стресу, що є свідченням наявності адаптивних ресурсів. У той же час, у певної частини респондентів виявлено наявність симптоматики, що свідчить про необхідність отримання фахової психологічної допомоги, зокрема щодо профілактики суїцидальних схильностей та реабілітації при виражених ознаках ПТСР. У цілому результати проведеного дослідження свідчать про те, що не зважаючи на

наявність внутрішніх ресурсів та відносну стійкість більшості військовослужбовців, тривале перебування в умовах бойових дій призводить до негативних психологічних наслідків. У цілому зв'язку саме розробка психокорекційних програм та стратегій підтримки виступає в якості ключового інструмента забезпечення психічного здоров'я військовослужбовців та їх подальшої реабілітації як під час проходження служби, так і після повернення до цивільного життя.

З цією метою нами було розроблено психокорекційну програму, призначену для військовослужбовців, які протягом тривалого часу перебувають у зоні ведення бойових дій, що являє собою структурований комплекс заходів, спрямованих на стабілізацію психоемоційного стану, зниження проявів тривожності, депресії та посттравматичних реакцій. В основу запропонованої програми покладено засади індивідуалізації психологічної допомоги, наукової обґрунтованості, інтегративності та етичності, завдяки чому було забезпечено поєднання різноманітних психотерапевтичних підходів: тілесно-орієнтованого, когнітивно-поведінкового, клієнт-центрованого та гештальт-терапії. Програма включає проведення п'яти групових занять тривалістю по 120 хвилин, протягом яких учасниками опрацьовуються теми безпеки, тілесної саморегуляції, емоцій, ресурсів та цінностей.

Психокорекційна робота організована у форматі своєрідного дослідження шляхом формування контрольної та експериментальної груп. В експериментальній групі було впроваджено запропоновану психокорекційну програму, а у контрольній групі не проводилися спеціалізовані заняття. Запропоновані до виконання завдання охоплювали відповідні психоедукаційні блоки і практичніправи: дихальні техніки, рефлексивні задачі, малювання, робота із тілесними відчуттями та емоційними переживаннями. За допомогою зазначеного підходу було досягнуто не лише зниження рівня прояву симптомів психоемоційної напруги, але й підвищити рівень довіри, підтримати згуртованість у групі та сформувані в учасників нові стратегії саморегуляції.

Оцінка ефективності реалізованої програми проводилася за допомогою низки діагностичних методик. Так, у військовослужбовців експериментальної групи було зафіксовано значне зниження рівня тривожності та депресії, часткове зменшення симптомів ПТСР, покращення показників настрою, самопочуття, працездатності та активності, зростання мотивації, відновлення почуття контролю й дисципліни. У свою чергу, військовослужбовці контрольної групи продемонструвала менш виражені позитивні досягнення, що свідчить про обмежений ефект від використання традиційних реабілітаційних методик, що не передбачають спеціальних психокорекційних заходів.

Реалізована програма підтвердила свою ефективність у процесі стабілізації психофізіологічного стану військовослужбовців, зниженні рівня тривожності, суїцидальної вразливості та депресії. У той же час, результати

підкреслюють важливість цілеспрямованої, тривалішої та системної психокорекційної роботи, оскільки короткотривала підтримка хоча й дає позитивний ефект, проте не усуває повністю глибокі травматичні переживання. Так, саме психокорекційна програма виступає в якості ключового кроку в напрямку психологічної реабілітації військовослужбовців, які повертаються із зони бойових дій до цивільного життя.

Висновки. За результатами проведеного дослідження можливо стверджувати, що тривале перебування військовослужбовців в умовах бойових дій здійснює значний негативний вплив на стан їх психічного здоров'я, підвищуючи ризики розвитку ПТСР, депресивних та тривожних розладів, емоційного виснаження й суїцидальної вразливості. Запропонована психокорекційна програма продемонструвала високу результативність у процесі зниження рівня психоемоційного напруження, покращення настрою і самопочуття, мотивації військовослужбовців до виконання бойових завдань, про що свідчать результати експериментальної групи. У цьому зв'язку існує потреба у впровадженні комплексних програм психологічної підтримки військовослужбовців, що виступатимуть в якості ключового інструмента покращення психічного стану, профілактики глибоких психічних розладів та забезпечення успішної адаптації військовослужбовців до мирного життя після повернення з фронту.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я: сутність, основні детермінанти, стратегії та програми забезпечення. *Psychological journal*. 2021. Т. 7, № 5. С. 26–37.
2. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати: метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2022. 52 с.
3. Козігора М. А. Концептуальні межі понять «стрес», «тривалий травматичний стрес», «посттравматичний стресовий розлад». *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. 2021. № 97. С. 56–58.
4. Кокун О. М., Мороз В. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С. Теорія і практика управління страхом в умовах бойових дій. метод. посіб. НДЦ ГП ЗСУ. Фенікс. Київ. 2022. 88 с.
5. Фомич М. Теоретичні концепції психічного здоров'я особистості в психологічній науці. *Вісник Національного університету оборони України*. 2018. С. 103-109.

Науковий керівник докторка психологічних наук, професорка Коллі-Шамне А.В.

ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ ЕМПАТІЇ У СТУДЕНТІВ РІЗНИХ НАПРЯМІВ. ДОСВІД ПОЛЬЩІ

У статті висвітлено результат дослідження рівня емпатії у студентів медичних та соціальних наук. Розглядається проблема розвитку емпатії як ключового компоненту моральної свідомості особистості. Було здійснено аналіз та порівняння рівня емпатії у студентів різних спеціальностей, що дало можливість виявити особливості її прояву у майбутніх фахівців.

Ключові слова: емпатія, студенти, навчання, рівень емпатії.

The article presents the results of a study on the level of empathy among students of medical and social sciences. The problem of empathy development as a key component of an individual's moral consciousness is discussed. An analysis and comparison of empathy levels among students of different specialties was carried out, which made it possible to identify the features of its manifestation in future professionals.

Key words: empathy, students, education, level of empathy.

Постановка проблеми. Емпатія є одним із важливих компонентів моральної свідомості особистості. Це здатність розуміння, співпереживання до інших, розуміння болю інших, чутливість до емоцій інших. Емпатія розвивається протягом усього життя, але важливо зазначити що підлітковий вік та дорослішання є періодами, коли емпатія стає особистісною якістю. На це впливають як зовнішні фактори (соціальне оточення) так і внутрішні (психічні зміни), це природні соціально-психологічні трансформації, фундаментом яких є попередній розвиток людини. Сучасні студенти є безпосередніми учасниками пандемії COVID-19, ізоляція, дистанційне навчання, втрата сталого способу життя, усі ці фактори спричиняли і соціальну обмеженість [1]. Це саме той період, коли активно формувались емпатійні навички. Для української молоді додатковим негативним чинником стала війна. Замкнений простір, невпевненість у майбутньому, перманентний страх за своє життя, що накладає негативний відбиток на всебічний розвиток особистості. Таким чином, критичний період розвитку емпатії співпав з обмеженнями соціальної взаємодії, що впливає на формування та прояви емпатійності у сучасних здобувачів [2].

Мета статті – дослідження рівня емпатії у студентів різних спеціальностей, які знаходяться у системі «людина-людина», оскільки їх роль як фахівців виходить за межі професійних компетентностей.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вивчення рівня емпатії у студентів набирає широких масштабів та вивчається все частіше. У

Гданську (Польща) було проведено емпіричне дослідження емпатійності серед студентів різних напрямів навчання, це – психологія, соціологія, педагогіка, медсестринство, фізична реабілітація, акушерство та інші медичні спеціальності. Аналіз відбувався за методикою EQ -40 (Барон-Коей та Вілрайт, 2004) та окремої картки з особистісними характеристиками студента, що включає в себе стать, вік, курс, напрям навчання, та питання стосовно самооцінки особистості [3].

Опитувальник Empathy Quotient-40 (EQ-40) включає в себе 40 питань, які визначають рівні когнітивної, емоційної та соціальної емпатії. Респонденти відповідають на твердження за шкалою Лайкерта. Кількісні показники дослідження дозволили розподілити результати опитування на 4 класи, де I клас – низький рівень емпатії, характеризується складністю у комунікації, людина не демонструє співпереживання, «скупа» на емоції, не розуміє вчинків які виконані під впливом емоцій, важко встановлюється емоційний контакт з іншими, часто керується розумом та логікою, може виглядати «холодним» чи байдужим. II клас – середній рівень, який характеризується розумінням емоцій та почуттів інших людей, усі свої емоції тримає під контролем, рідко може поділитись своїми переживаннями, такі люди розпізнають емоції у простих ситуаціях, здатні підтримувати але частіше невлучно та не своєчасно. Можуть уникати глибокого емоційного контакту. III клас – рівень емпатії вище середнього, характеризується здатністю добре розуміти емоцій інших, розвинено почуття співпереживання, часто помічає емоційні зміни під час спілкування. IV клас - високий рівень емпатії, характеризується чутливістю до почуттів та емоційних станів інших, розпізнає невербальні сигнали (міміка, інтонація, жести), відчуває різку зміну у настрої людей, атмосфері. Таким людям притаманно бажання підтримувати, співпереживати, ставити себе на місце інших, вступає у глибокі міжособистісні відносини. Можуть розчулитись при перегляді фільмів, серіалів, мультимедіа, на протилежності людям з першим та другим класом. Про таких людей кажуть «відчуває атмосферу шкірою» [3].

За даними дослідження проведеним у Гданських університетів, прийняли участь 1695 здобувача, які повністю пройшли опитування, серед яких 1366 особа – жінки, 319 – чоловіки, якщо подивитись за віком то: 18-20 років – 634 людини, 21-23 – 825 людей, більше 24 років – 236 осіб. (рис.1)

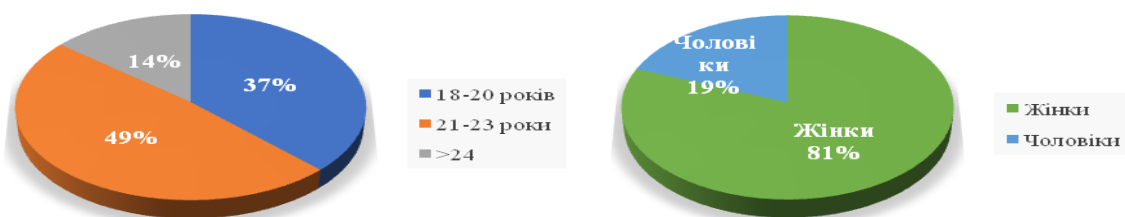


Рис. 1. Розподіл за віком та статтю

Результати дослідження ми представили на рис. 2 та 3, розділивши результати за соціальними та медичними напрямками.

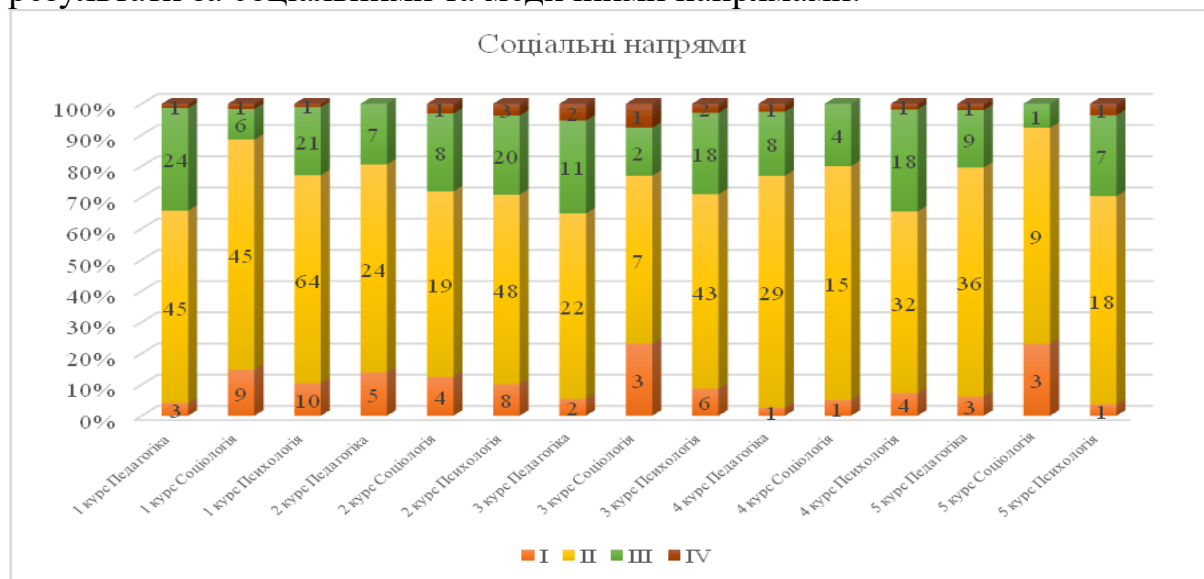


Рис. 2. Розподіл класів рівня емпатії серед студентів соціальних спеціальностей за курсами

Наглядно бачимо що у спеціальностях соціального напрямку «Психологія», «Соціологія» та «Педагогіка» переважає другий та третій класи рівня емпатії. Серед студентів – психологів 14,1%, соціологів – 12,6%, педагогів – 9% продемонстровано низький рівень емпатії (I клас). Важливо зазначити, що на молодших курсах здебільшого нижче рівень емпатії, ніж у старших. Значна кількість респондентів має II клас рівня емпатії, психологи – 66,5%, соціологи – 59,7%, педагоги – 62,9 %. Такі показники засвідчують «нормативний» діапазон розвитку емпатії. III клас (вище середнього) у психологів – 17,3%, соціологів – 22,7%, педагогів – 25%. Ці показники є важливими для подальшого особистісного та професійного розвитку здобувачів, особливо педагогічного та соціального напрямків навчання. Емпатія у їх майбутній роботі буде приваблювати клієнтів (батьків учнів), для них це показник не байдужості до себе, своїх проблем, своєї дитини і т.д. Дуже високий рівень емпатії (IV клас) виявлено у психологів – 2,9%, соціологів – 5%, педагогів – 3,1%. Такий рівень емпатії може як і позитивно так і негативно впливати на життя людини. Проблеми інших, люди з високим рівнем емпатії, беруть близько до серця, усі їх переживання переносять на себе. Їх легко розчулити, довести до сліз, вони дуже емпатичні, навіть коли у когось поганий настрій вони можуть пов'язувати це з собою. У роботі такі люди можуть швидко вигорати, перевтомлюватись, вони перенасичені емоціями і це також впливає на особистісний психічний стан людини. Їх внутрішні ресурси швидше вичерпуються.

У студентів медичних напрямків, спостерігається тенденція зниження рівня емпатії, чим старше курс – тим нижче емпатійність, це можна пов'язати з початком практичної підготовки, клінічним досвідом,

професійною соціалізацією, розумінням, що не усюди є позитивний кінець, з розвитком саме професійних умінь та навичок. На діаграмі продемонстровано класи рівня емпатії за курсами та спеціальностями для порівняння.

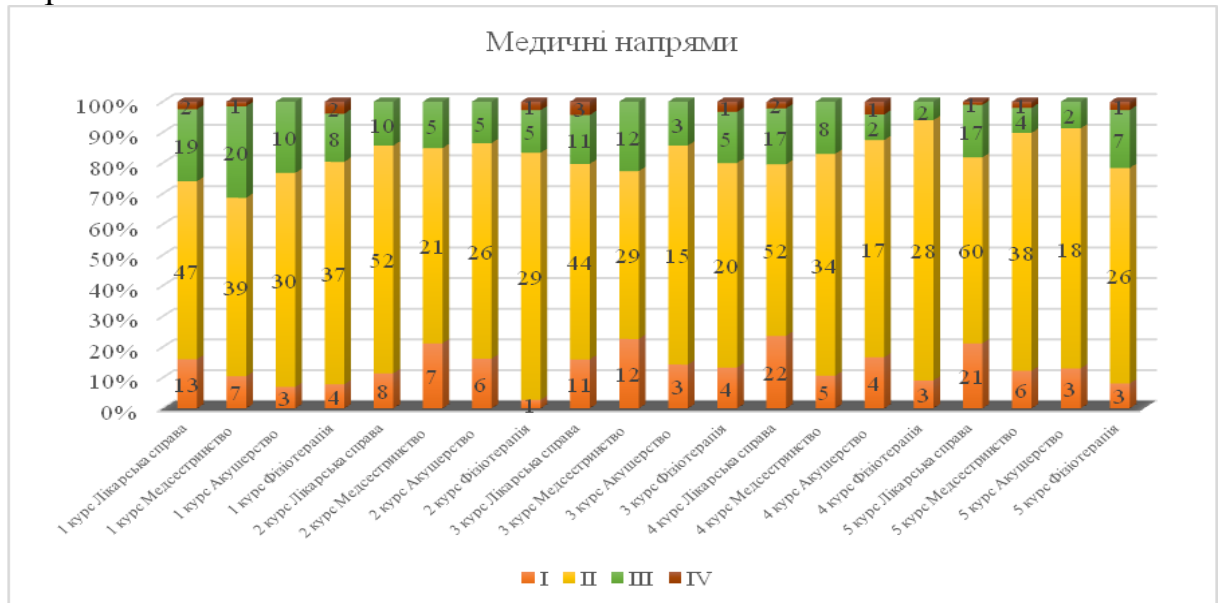


Рис. 3. Розподіл класів рівня емпатії серед студентів медичних спеціальностей за курсами

I клас рівня емпатії характерно для студентів лікарської справи – 18,2%, медсестринства – 14,9%, акушерства – 12,8%, фізіотерапії – 8%. Майже кожен 5 студент лікарської справи має низьку емпатійність, а ось у фізіотерапевтів найнижчий показник.

II клас рівня емпатії притаманно найбільшій кількості респондентів, вони здатні до розуміння емоційного стану людей, але вони не надують цьому великого значення. Лікарська справа – 61,9%, медсестринство – 64,7%, акушерство – 71,6%, фізіотерапія – 74,9%. Це домінуючий клас майже у всіх напрямках.

Показник III класу рівня емпатії (вище середнього) порівняно з II класом є набагато нижчим але і вищим ніж I клас, у здобувачів напрямку «Лікарська справа» – 18%, «Медсестринство» – 19,7%, «Акушерство» – 14,9%, «Фізіотерапія» – 14,4%.

Найменш численна група, це студенти з IV рівнем емпатії (дуже високий рівень), лікарська справа – 1,9%, медсестринство – 0,8%, акушерство – 0,7%, фізіотерапія – 2,7%.

Соціальні спеціальності характеризуються більшою часткою студентів із вище середнього та високим рівнем емпатії, тоді як студенти медицини демонструють II клас рівня емпатії, це може бути пов'язано з професійними особливостями. Зазначимо, під час дослідження у 23 респондента, було виявлено результати нижче 20 балів. За гендерним показником, в I класі було 60,5% чоловік, жінок – 39,5% та більшу частку

складали студенти медичних напрямів. Найменша кількість людей з низьким рівнем емпатії спостерігається у педагогів та фізіотерапевтів.

На рис. 4 наглядно продемонстровано різницю у класах рівня емпатії між соціальними та медичними напрямами.

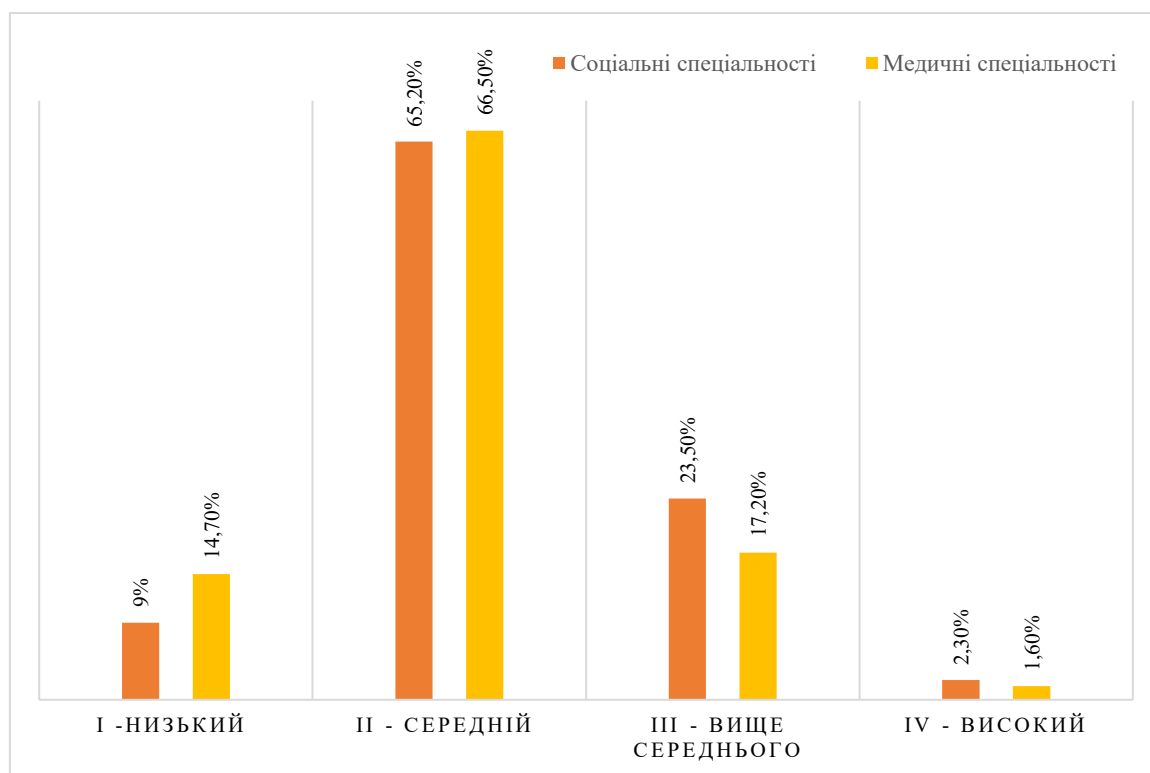


Рис. 4. Порівняльна діаграма рівнів емпатії серед студентів медичних та соціальних спеціальностей

Таким чином, результати дослідження показали наявність відмінностей у рівні виразності емпатії у студентів різних спеціальностей. Найбільше емпатія виявилась властивою для студентів соціальних напрямів – психологія, соціологія та педагогіка. Менш виражена – у студентів медиків. Слід зауважити, що на рівень емпатії впливає багато чинників: попередній життєвий досвід, освітнє середовище, соціально-економічну ситуацію, наявність чи відсутність стресових подій у суспільстві, культурні традиції та цінності, а також індивідуальні властивості особистості: темперамент, рівень тривожності, комунікативні здібності, емоційна чутливість та інші.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Дворніченко Л. Емпіричне дослідження особливостей прояву емпатії у студентів ЗВО. *Слобожанський науковий вісник. Серія Психологія: науковий журнал / МОН України, Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка. Одеса : Видавничий дім «Гельветика», 2023. Вип. 2. С. 10–16.*
2. Журавльова Л.П. Психологія емпатії: Монографія. Житомир: вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007. 328 с.

3. Sobczak, K., Zdun-Ryżewska, A. & Rudnik, A. Intensity, dynamics and deficiencies of empathy in medical and non-medical students. BMC Med Educ 21, 487 (2021). <https://doi.org/10.1186/s12909-021-02927-x>

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Дементьєва К.Г.

УДК [331.102-024.87-043.2:159.944.4]:616-084.

Сватуха Л.В.

ПРОФІЛАКТИКА ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ ТА ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ФАХІВЦІВ, ЯКІ ПРАЦЮЮТЬ ДИСТАНЦІЙНО

***Анотація.** У статті розглядається проблема професійного стресу та емоційного вигорання працівників, які виконують службові обов'язки у дистанційному режимі. Проаналізовано психологічні та організаційні чинники, що сприяють формуванню стресу, визначено ризики та переваги дистанційної зайнятості. Запропоновано комплекс профілактичних заходів на індивідуальному та організаційному рівнях, спрямованих на підтримку психологічного здоров'я та підвищення ефективності праці.*

***Ключові слова:** професійний стрес, емоційне вигорання, дистанційна робота, профілактика, психологічне здоров'я.*

***Annotation.** The article examines the problem of professional stress and emotional burnout of employees who perform their duties remotely. Psychological and organizational factors contributing to the formation of stress are analyzed, the risks and benefits of remote employment are identified. A set of preventive measures at the individual and organizational levels is proposed, aimed at supporting psychological health and increasing work efficiency.*

***Keywords:** professional stress, emotional burnout, remote work, prevention, psychological health.*

Постановка проблеми. Сучасні трансформації ринку праці, спричинені глобалізаційними процесами, цифровізацією та наслідками пандемії COVID-19, зумовили активне поширення дистанційного формату роботи. Такий режим має низку переваг (гнучкість, економія часу, можливість поєднання професійної діяльності з особистим життям), проте він водночас супроводжується зростанням ризиків професійного стресу та емоційного вигорання.

Проблема набуває особливої актуальності у сфері психологічного здоров'я працівників, адже дистанційна зайнятість змінює характер взаємодії в колективі, порушує баланс між роботою та особистим життям і часто призводить до перевантаження.

Аналіз наукових досліджень і публікацій. У наукових дослідженнях закордонних науковців (Maslach С., Golberg J, 1998; Freudemberger Н., 1974) підкреслюється, що стрес та вигорання виникають унаслідок хронічної дисгармонії між вимогами роботи та ресурсами працівника. Українські вчені (Л. Карамушка, Н. Павлик, Т. Титаренко) зазначають, що дистанційний формат роботи потребує нових стратегій саморегуляції, розвитку навичок цифрової грамотності та соціальної підтримки [1; 2; 3], проте профілактиці емоційного вигорання фахівців, які працюють дистанційно, недостатньо приділено увагу в науковій літературі.

Постановка завдання. *Мета дослідження* – вивчення особливостей профілактики професійного стресу та емоційного вигорання фахівців, які працюють дистанційно.

Виклад основного матеріалу. Сучасні умови соціально-економічного розвитку та глобальні виклики, зумовлені процесами цифровізації, пандемією COVID-19 та воєнними подіями в Україні, призвели до різкого зростання масштабів дистанційної зайнятості. Робота у віддаленому режимі стала не лише вимушеним рішенням, а й новою нормою організації трудової діяльності у багатьох сферах.

Разом з тим дистанційна праця супроводжується низкою психологічних викликів, серед яких: зростання навантаження через постійну онлайн-доступність; порушення балансу між професійним і особистим життям; відчуття соціальної ізоляції та нестачі неформального спілкування; складнощі з емоційною саморегуляцією та підтриманням внутрішньої мотивації; розвиток синдрому емоційного вигорання внаслідок тривалого стресу [4].

Емоційне вигорання розглядається як один із головних ризиків для психологічного благополуччя працівника та ефективності організації. В умовах дистанційної роботи цей ризик підсилюється через брак чітких робочих кордонів і збільшення цифрового навантаження.

Для України проблема профілактики стресу та вигорання є особливо значущою, оскільки значна частина робочої сили вимушено перейшла на дистанційний формат в умовах воєнного стану та кризових соціально-економічних обставин. Це зумовлює потребу в розробці системних профілактичних заходів, спрямованих на збереження психічного здоров'я та підвищення стійкості працівників.

Важливість дослідження визначається зростанням поширеності дистанційної роботи як сталої форми зайнятості, зростанням кількості випадків професійного стресу та вигорання, необхідністю пошуку нових стратегій профілактики, адаптованих до онлайн-середовища, важливістю підтримки психологічного здоров'я працівників як чинника стабільності та конкурентоздатності організацій.

Основними стрес-факторами дистанційної праці є: відсутність чіткого розмежування робочого та особистого часу; надмірна інтенсивність комунікацій (онлайн-наради, електронна пошта, месенджери); соціальна

ізоляція; недостатня підтримка з боку керівництва; технічні проблеми та цифрове перевантаження [2].

Профілактика професійного стресу та вигорання у дистанційному форматі повинна ґрунтуватися на таких підходах: *біопсихосоціальна модель* – врахування фізичних, психологічних та соціальних аспектів здоров'я; *особистісно-орієнтований підхід* – розвиток індивідуальних стратегій саморегуляції та емоційної компетентності; *організаційний підхід* – створення безпечного та підтримувального робочого онлайн-середовища [1].

Проблема професійного стресу та емоційного вигорання в умовах дистанційної роботи набуває особливої актуальності у зв'язку з високим рівнем цифрового навантаження, розмиттям меж між роботою та особистим життям, а також ізоляцією працівників від живої міжособистісної взаємодії. Профілактика в цьому контексті має бути багаторівневою і поєднувати індивідуальні, організаційні та соціально-психологічні заходи.

Мета профілактики на індивідуальному рівні – формування у працівника навичок саморегуляції, стресостійкості та ефективного управління власними ресурсами. Основні напрями: техніки саморегуляції: дихальні вправи, мікроперерви, аутотренінг, майндфулнес-практики, релаксаційні методики; організація робочого часу: використання методик тайм-менеджменту (SMART-планування); цифрова гігієна (регламент використання електронних засобів, обмеження часу в соцмережах); баланс «робота – життя»: свідоме встановлення меж між професійною діяльністю і особистим простором, дотримання режиму відпочинку, виділення окремого простору для роботи вдома, планування відпочинку; психологічна грамотність: участь у тренінгах з емоційного інтелекту, управління стресом, розвитку резиліентності; психоедукація: навчання технікам стрес-менеджменту та емоційного самоконтролю.

На *організаційному рівні* рекомендовано дотримання наступних вимог: встановлення чітких правил взаємодії та часових меж комунікації; гнучкий графік роботи, орієнтований на результат, а не на часові затрати; психологічна підтримка працівників: онлайн-консультації, тренінги, групи підтримки; формування корпоративної культури довіри й емпатії; регулярні неформальні зустрічі онлайн («кава-паузи»), що сприяють зниженню відчуття ізольованості.

Дистанційний формат роботи, попри свої переваги, створює додаткові ризики для психологічного здоров'я працівників. Профілактика професійного стресу та емоційного вигорання вимагає комплексного підходу, що включає як індивідуальні техніки саморегуляції, так і організаційні стратегії створення психологічно безпечного робочого середовища.

Ефективність профілактики залежить від активної взаємодії працівника й роботодавця, поєднання особистісних ресурсів та соціальної підтримки. Індивідуальні стратегії саморегуляції довели свою високу

ефективність у зниженні рівня стресу та збереженні особистісних ресурсів. Працівники, які володіють навичками стрес-менеджменту, демонструють вищу продуктивність і стійкість до професійного вигорання. Організаційні заходи – чітка регламентація комунікацій, гнучкий графік, доступ до психологічної підтримки та розвиток культури довіри – є визначальним чинником профілактики. Дослідження підтверджують, що саме підтримуючий стиль керівництва знижує ризик вигорання у дистанційних працівників. Соціально-психологічні інтервенції (групи підтримки, онлайн-супервізії, неформальні зустрічі) підвищують рівень залученості та зменшують відчуття ізоляції. Це сприяє збереженню емоційного ресурсу та створює середовище «спільноти практики», де працівники почуваються частиною команди. Інноваційні рішення – використання цифрових додатків для контролю робочих навантажень і програм корпоративного wellbeing (благополуччя) – довели свою результативність у створенні психологічно безпечного середовища. Їх застосування забезпечує своєчасне попередження ознак перевтоми та вигорання.

Практичні рекомендації щодо професійного стресу та емоційного вигорання в умовах дистанційної роботи: *для працівників*: впроваджувати щоденні практики саморегуляції (дихальні вправи, короткі перерви, рухова активність); створювати чіткий розклад роботи з урахуванням відпочинку та особистих потреб; підтримувати соціальні зв'язки з колегами через регулярні онлайн-зустрічі; *для керівників та організацій*: формувати культуру довіри, підтримки та відкритого зворотного зв'язку; впроваджувати політику «здорових комунікацій» (обмеження комунікацій у позаробочий час); забезпечувати доступ до психологічних та коучингових програм; використовувати сучасні технології для відстеження робочого навантаження та профілактики вигорання; *для системи професійної підготовки*: інтегрувати тренінги з психогігієни праці у програми підготовки фахівців; розробляти рекомендації з організації дистанційної роботи, орієнтовані на збереження психологічного здоров'я; поширювати кращі практики корпоративного wellbeing серед роботодавців.

Найбільш ефективним є комплексний підхід, що поєднує особистісні зусилля працівника, організаційні стратегії менеджменту та соціально-психологічну підтримку. Такий підхід дозволяє мінімізувати ризики професійного стресу, підвищити задоволеність працею та сформувати довготривалу мотивацію.

Висновки. Дослідження проблеми профілактики професійного стресу та емоційного вигорання у дистанційному форматі праці є своєчасним і соціально значущим завданням сучасної психології. Ефективність профілактики професійного стресу та вигорання в дистанційній зайнятості полягає у балансі індивідуальних ресурсів, організаційних умов і соціальної підтримки.

Список використаних джерел:

1. Карамушка Л.М., Снігур Ю.С. Копінг-стратегії: сутність, підходи до класифікації, значення для психологічного здоров'я особистості та організації. Актуальні проблеми психології. 2020. Т. I. Вип. 55. С. 24–30.
2. Павлик Н.В. Психологічне здоров'я як передумова конструктивного особистісного розвитку педагога. Психологічне здоров'я. 2020. № 2 (5). С. 83–109. URL: <http://maup.com.ua/assets/files/psihologz/2020-2/ph-2020-2.pdf>
3. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації: монографія / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
4. Шаронова І.В. Психологія здоров'я людини // Проблеми сучасної психології. 2013. вип. 20. С. 738–746.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

УДК [341.223.14-021.352(477.72):364]:061.23(100:477)

Сівак Н.О.

ПРОБЛЕМИ ТА ШЛЯХИ ОРГАНІЗАЦІЇ СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНОЇ ДОПОМОГИ МЕШКАНЦЯМ ДЕОКУПОВАНИХ ТЕРИТОРІЙ УКРАЇНИ (НА ПРИКЛАДІ СІЛ БІЛОЗЕРСЬКОЇ ГРОМАДИ ХЕРСОНСЬКОЇ ОБЛАСТІ)

У статті розглядаються проблеми організації соціально-гуманітарної допомоги у деокупованих селах Херсонської області – Правдино, Нова Зоря та Таврійськ, що входять до складу Білозерської громади. Проаналізовано основні виклики після деокупації, зокрема руйнування інфраструктури, гуманітарну кризу та мінну небезпеку. Окрему увагу приділено досвіду взаємодії громади з міжнародними та українськими гуманітарними організаціями, а також визначено перспективи вдосконалення системи допомоги.

Ключові слова: гуманітарна допомога, деокуповані території, Білозерська громада, Херсонщина, міжнародні організації.

The article examines the problems of organizing socio-humanitarian assistance in the de-occupied villages of Kherson region – Pravdyne, Nova Zorya, and Tavriysk, which are part of the Bilozerska community. The main challenges after de-occupation, such as infrastructure destruction, humanitarian crisis, and mine threats, are analyzed. Special attention is paid to the experience of cooperation with international and Ukrainian humanitarian organizations, as well as to the prospects for improving the aid system.

Key words: humanitarian aid, de-occupied territories, Bilozerska community, Kherson region, international organizations.

Постановка проблеми Повномасштабне вторгнення Російської Федерації призвело до значних руйнувань у Херсонській області. Зокрема, села Правдино, Нова Зоря та Таврійськ Білозерської громади зазнали руйнувань житлового фонду, соціальної інфраструктури, а також масового виїзду населення. В умовах деокупації особливої актуальності набуває питання організації соціально-гуманітарної допомоги, що має забезпечувати базові потреби населення. Наразі деокупована територія стикається з такими проблемними питаннями, як руйнування інфраструктури, недоступність повного спектру медичних і соціальних послуг, дефіцит продовольства та питної води [5]. Незважаючи на окремі волонтерські ініціативи, соціально-гуманітарна допомога ще не має єдиної системної моделі організації у цьому регіоні.

Села Білозерської громади Херсонської області є типовим прикладом громади, яка після окупації лишилася без води, газу, не працює школа, лікарня, нема регулярного поштового сполучення. У таких умовах соціально-гуманітарна допомога має перетворитися не лише на екстрене реагування, а й на системний інструмент відбудови та розвитку, що здатний забезпечити базові потреби населенню і водночас стимулювати соціальну згуртованість.

Аналіз останніх досліджень і публікацій Організація гуманітарної допомоги у кризових умовах висвітлюється у звітах міжнародних структур – UNHCR, UNICEF, WFP, Червоного Хреста України [4; 13; 14]. В українських дослідженнях увага зосереджена на проблемах відбудови, інтеграції внутрішньо переміщених осіб та координації між громадами [6; 7; 10]. Однак недостатньо досліджено локальний досвід невеликих сіл, де масштаби руйнувань поєднуються з обмеженими ресурсами місцевого самоврядування.

Мета даного дослідження – проаналізувати проблеми та визначити перспективи організації соціально-гуманітарної допомоги у селах Правдино, Нова Зоря та Таврійськ Білозерської громади Херсонського району, окреслити напрями вдосконалення взаємодії між владою, громадою та міжнародними організаціями.

Виклад основного матеріалу. Село Правдино зазнало значних руйнувань житлових будинків (окупанти повністю зруйнували 44 житлових будинки, а 380 пошкодили [3]), комунальної інфраструктури, пошти, а також школи та дитячого садка [5]. У Новій Зорі та Таврійську пошкоджено об'єкти комунальної інфраструктури, зокрема водопостачання та електромережі, є нестача медикаментів і продуктів. Викликами також є мінна небезпека: розмінуванню підлягає близько 7,5 тисяч гектарів землі. Цим займаються співробітники ДСНС, допомагає Данська рада у справах біженців. Щодо відтоку працездатного населення, то, за словами старости

Правдинського старостату Любові Шевченко, «станом на 24 лютого 2022 року населення села становило 1511 людей, кількість дворів – 611. На момент звільнення, 9 листопада 2022 року, у селі жили 189 людей. Зараз населення села – близько 800 людей» [5].

Відновлення водопостачання, знищеного внаслідок російської агресії, коштуватиме 57 млн грн. Любов Шевченко каже, що вже проведений тендер, визначена підрядна організація, яка проводитиме відповідні роботи поетапно. А зараз мешканцям сіл Правдине, Нова Зоря і Таврійське воду привозять. До січня 2024 року це робилося за проектом Міжнародної організації міграції. Зараз допомагає керівництво Білозерської громади, а також київська компанія, яка орендує на території округу 2 тисячі гектарів сільськогосподарської землі [5].

Херсонська область стала пілотною, де реалізують проєкт «Пліч-о-пліч». У рамках нього фахівці з Полтавської області допомагають відновити житлові будинки. У Правдиному капітального ремонту потребують ліцей, дитсадок та клуб, а поточного – сільська рада. Наразі проєкт став на паузу із-за припинення фінансування [12].

Як свідчить начальник Білозерської СВА Ігор Острівний, є досвід співпраці з гуманітарними організаціями. Так, у селах громади працювали гуманітарні місії Червоного Хреста, які доставляли продуктові набори, засоби гігієни та надавали психосоціальну підтримку [4]. Всесвітня продовольча програма (WFP) у партнерстві з українськими волонтерами забезпечувала доставку понад 3000 наборів для жителів Правдино, Нової Зорі та Таврійська. Організація «Проліска» займалася евакуацією мешканців у безпечні регіони [11]. Також час від часу приїжджають медики з міжнародної медичної гуманітарної організації «Лікарі без кордонів» [12].

У травні 2025 року у Правдино відновлено роботу фельдшерсько-акушерського пункту, який почав приймати пацієнтів після ремонту приміщення та оснащення необхідним обладнанням [1]. Проєкт реалізовано за підтримки благодійного фонду «Ранок Відродження» та міжнародної організації Rotary, які профінансували придбання будівлі, обладнання та забезпечення функціонування пункту.

Наші спостереження та опитування населення у Білозерській громаді Херсонщини свідчать, що першочерговими потребами є продукти харчування, ліки, відновлення медичних послуг (брак персоналу) та освітньої інфраструктури [5; 8; 9; 12]. До повномасштабного вторгнення у громаді було 11 шкіл, тепер з них офлайн працює лише одна. Всі інші працюють онлайн. Для майже 500 учнів уроки проходять у змішаному форматі, а якщо відбуваються очно, то виключно у новому бомбосховищі [12]. Значна увага приділяється психологічній підтримці, адже мешканці пережили тривалі обстріли, окупацію та вимушену евакуацію. За словами Ігоря Острівного, Білозерська селищна рада шукає донорські кошти «у ручному режимі. У нас немає ані відділу, ані навіть фахівця, який би займався цим цілеспрямовано. Тому кожен працівник селищної ради

спілкується з міжнародними донорами за своїм напрямком, розповідає про ті чи інші потреби. І я, і мій заступник, і старости, і медики, й освітяни» [12].

Зважаючи на наведені факти, вважаємо, що необхідним у таких обставинах, в яких наразі функціонує Білозерська громада, є впровадження цифрових платформ («ЄДопомога»), що дозволяють вести облік отримувачів допомоги та потреб населення. Перспективним напрямом є розвиток програм економічної реінтеграції, зокрема відновлення агровиробництва у селах, що мають сільськогосподарський потенціал. Також доцільним вбачаємо створення органу координації соціально-гуманітарної допомоги, який поєднуватиме діяльність місцевої влади, волонтерів і міжнародних партнерів. Створення центру соціально-гуманітарної допомоги у селі Правдино передбачає: оренду та облаштування приміщення для прийому громадян; інтеграцію медичних, психологічних і соціальних послуг; формування волонтерської команди із місцевих мешканців; використання цифрових платформ для моніторингу потреб; партнерства з міжнародними донорами, волонтерськими організаціями. Такий центр не лише задовольнить базові потреби (їжа, ліки, лікарі, вода, психологічна допомога), а ще й відновить довіру до інституцій, зменшить соціальну напругу, створить нові робочі місця, сприятиме інтеграції ветеранів, переселенців та місцевих мешканців.

Висновки. Досвід сіл Правдино, Нова Зоря та Таврійськ демонструє, що організація соціально-гуманітарної допомоги у деокупованих територіях вимагає комплексного підходу, має перейти від короткострокових гуманітарних місій до сталих системних рішень, здатних забезпечити відновлення соціальної інфраструктури та розвиток громад. На прикладі села Правдино Херсонської області доведено, що створення центру соціально-гуманітарної допомоги є оптимальною моделлю для поєднання базової підтримки населенню та формування довгострокових механізмів відбудови. Населення громад скоротилося, частина мешканців евакуювалося але після звільнення повертаються та з'являються внутрішньо переміщенні особи, які стискаються з відсутністю базових послуг. Створення центру може стати практичним рішенням для: координації гуманітарних потоків, організації прийому мобільних лікарів та психологів, розподіл продуктів та речей першої необхідності, забезпечення комунікації між громадою, волонтерами та державними структурами. Важливим є поєднання ресурсів місцевого самоврядування, державної підтримки та міжнародної гуманітарної допомоги. Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні ефективності координаційних механізмів і впливу програм допомоги на відновлення соціально-економічної стабільності громад.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Білозерська громада. Офіційний сайт. <https://bilozerka-otg.gov.ua>
2. Всесвітня продовольча програма: допомога в Україні. WFP. (2023). URL: <https://ukr.reg.scope.wfp.org/ukr/faq>

3. Гнітецька О. Правдине: село на лінії фронту з трагічною історією окупації. Сайт «Мост». 09.03.2023. URL: <https://most.ks.ua/news/url/pravdine-selo-na-liniji-frontu-z-tragichnoju-istorijeju-okupatsiji/>
4. Громадська організація «Товариство Червоного Хреста України». Звіт про гуманітарну допомогу (2023). URL: <https://redcross.org.ua/news/2023/06/50976/>
5. Гусаков В. Відновлення на паузі: як живе село на Херсонщині, яке в 2022-му перебувало на лінії фронту. Сайт «Мост» 18.04.2024. URL: <https://most.ks.ua/news/url/vidnovlennja-na-pauzi-jak-zhive-selo-na-hersonschini-jake-v-2022-mu-perebuvalo-na-liniji-frontu/>
6. Дуля А. В., Лютий В. П.. Досвід представництва інтересів внутрішньо переміщених осіб недержавними організаціями. *Ввічливість. Humanitas*, 2023, № 3. С. 15-22.
7. Іванов А. В. Соціальна і гуманітарна політика України в умовах війни. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Публічне управління та адміністрування*. №2. 2023. DOI <https://doi.org/10.32782/TNU-2663-6468/2023.2/10>
8. Лапіна Д. У Білозерській громаді залишається менше половини жителів: чому люди не евакуюються. 16 квітня, 2025. Сайт «Гривна». URL: <https://grivna.ua/publikatsii/u-bilozerskij-gromadi-zalysheyetsya-menshe-polovyny-zhyteliv-chomu-lyudy-ne-evakuyuyutsya>
9. Мороз Т. Білозерська громада: обов'язкова евакуація під обстрілами та пошук нового дому. 12 Липня, 2025. URL: <https://bilozerka.info/bilozerska-gromada-obovyazkova-evakuacziya-pid-obstrilamy-ta-poshuk-novogo-domu/>
10. Мушенюк С. І. Проблеми надання гуманітарної допомоги в Україні: практичні аспекти. *Київський часопис права* 3 (2024). С. 158-162.
11. Проліска. Звіт про евакуацію населення (2023). URL: <https://proliska.org/z-pochatku-povnomasshtabnoho-vtorhnennia-proliska-evakuiuvata-16-5-tysiach-liudej/>
12. Синяк Д. Замість листів співчуття – справжня допомога: Білозерська громада в проєкті «Пліч-о-пліч». Портал «Децентралізація». 14.04.2025. <https://decentralization.ua/news/19475>
13. UNHCR. (2023). Звіти про підтримку ВПО. URL: <https://www.unhcr.org/ua/media/unhcr-ukraine-operational-update-12-march-2024-draft-ukr-pdf>
14. UNICEF. Програми підтримки дітей у Херсонській області. 2023. URL: <https://www.unicef.org/ukraine/topics/%D0%B7%D0%B2%D1%96%D1%82%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%B8%D1%82%D1%83%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8E>

Науковий керівник кандидат педагогічних наук, доцент Гуріч В.О.

УДК 616-001.31-043.2:159.93/.95

Скороварова Н.М.

ВПЛИВ КОНТУЗІЇ НА КОГНІТИВНІ ЗДІБНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

У статті розкривається поняття контузії, або легкої черепно-мозкової травми внаслідок вибухової хвилі, та досліджується її вплив на когнітивні здібності особистості. Увагу зосереджено на особливостях таких когнітивних здібностей, як увага, пам'ять та мислення, які зазнають

змін та порушень у військових та ветеранів у стані після контузії. Дослідження та аналіз когнітивних особливостей дає можливість диференціювати ступінь порушень, що виникають внаслідок дії вибухової хвилі.

Ключові слова: контузія, когнітивні порушення, увага, пам'ять, мислення.

This article examines the concept of concussion, or mild traumatic brain injury (mTBI), resulted by exposure of blast waves, and investigates its impact on cognitive functioning. Particular attention is given to aspects of such cognitive characteristics such as attention, memory, and thinking, which are often altered or impaired in military personnel and veterans in the post-concussion state. The analysis of cognitive characteristics provides a basis for differentiating the severity of cognitive impairments caused by blast-related brain injuries.

Key words: concussion, cognitive disorders, attention, memory, cognition.

Контузія – порушення структур головного мозку, викликані дією вибухової хвилі, які характеризуються як тимчасовими проявами, так і постійними розладами. Вплив контузії спостерігається не тільки на фізичному рівні, а й на когнітивному, викликаючи порушення таких функцій, як пам'ять, увага, мислення, здатність до навчання та прийняття рішень. Ступінь цих порушень залежить від тяжкості отриманої травми, індивідуальних особливостей людини, її віку, супутніх захворювань та інших факторів.

Вивчення механізмів впливу контузії на когнітивні функції є вкрай важливим для розробки ефективних стратегій лікування та подальшої реабілітації ветеранів, що зазнали травми внаслідок дії вибухової хвилі, з метою покращення якості життя та адаптаційних можливостей.

Проблема вивчення та розуміння механізму впливу вибухової хвилі на організм людини, зокрема її мозок, стала важливою на початку 21 століття. Під час Першої світової війни таке явище хоч і сприймалося здебільшого як психічний, а не фізичний розлад, але розглядалось вже як одна з основних причин виснаження військових, коли основними скаргами військових були головний біль, амнезія, запаморочення, психологічні розлади тощо. Це були перші випадки, коли цьому явищу дослідники почали приділяти більше уваги.

Саме у 1915 році англійський психіатр Myers C. S. у своїй статті вжив термін «shell shock» для опису стану, що виникає у військових під час бойових дій [5]. У статті McKenzie A. розглядає методи лікування «шокового стану» (shell shock) під час Першої світової війни та після неї. Термін "shell shock" використовували для опису психічних і фізичних розладів, що були спричинені стресовими та травматичними подіями на полі бою, зокрема вибухами снарядів. Стаття розкриває, як «шок» був спочатку сприйнятий як фізичне захворювання, але з часом став

розглядатися як психічний розлад, що змінило підходи до лікування таких пацієнтів [4].

Визначення легкої черепно-мозкової травми, викликаной вибуховою хвилею, є проблемою і в наш час. Наприклад, Rosenfeld J.V. та McFarlane A.C. зауважують, що створена у 2010 році робоча група запропонувала вважати легкою черепно-мозковою травмою таку, яка пов'язана із втратою свідомості до 30 хвилин, порушенням свідомості або втратою пам'яті понад 24 години. Це визначення є загально прийнятим Американським міністерством оборони. З метою діагностики та оцінки ступеня тяжкості ЧМТ після підтвердження діагнозу «струс мозку» в збройних силах США (Military Acute Concussion evaluation, MACE) поряд з медичним обстеженням (збір анамнезу про травму та симптоми, неврологічний скринінг) використовують когнітивний тест. Легка черепно-мозкова травма внаслідок вибухової хвилі може викликати цефалгію, когнітивні дисфункції, дефіцит уваги, вестибулярні порушення тощо [6].

Harvey J. вдається до розгляду різних аспектів психології праці у Міністерстві оборони Великої Британії. Зокрема, він розкриває питання впливу психічних і фізичних травм на військових, серед яких окреме місце займають контузії (закриті травми голови, які можуть бути результатом вибухів або інших механічних ушкоджень). Контузії є поширеною проблемою серед військових, і вони можуть мати серйозний вплив на психічний та фізичний стан, призводячи до посттравматичного стресового розладу (ПТСР), порушення когнітивних функцій, депресії, тривожних розладів тощо. Harvey J. наголошує на важливості психологічної реабілітації (психотерапія, оцінка когнітивних функцій) та адаптації до мирного життя [3].

У наш час, коли війна в Україні характеризується масштабним застосуванням високоенергетичної зброї ворогом, кількість травм мозку внаслідок вибухової хвилі збільшується з кожним днем. Відсутність єдиних стандартів діагностування легкої черепно-мозкової травми, лікування її гострого стану та реабілітації таких військовослужбовців в подальшому може призвести до високого рівня їх непрацездатності та навіть інвалідизації.

Термін «контузія», що з'явився за часів першої світової війни та набув широкого вжитку в часи другої світової війни, наразі не використовується через свою невідповідність дійсності. Буквальне значення терміну «контузія» («contusio») – забій головного мозку. А явище, яке ми звикли називати словом «контузія», є насправді струсом головного мозку від дії вибухової хвилі, який має зовсім інший тип уражень та проявів, ніж забій головного мозку. Струс головного мозку, отриманий внаслідок дії мінно-вибухової хвилі, значно відрізняється від струсу мозку, що трапляється внаслідок дорожньо-транспортної пригоди (ДТП), удару головою чи спортивної травми тощо. Це окремий вид травми, що впливає не тільки на

головний мозок, а й на слуховий та вестибулярний апарат водночас, та якому немає відповідників в клініці захворювань мирного часу.

Більш коректними для опису цього стану є терміни струс головного мозку та акубаротравма, які за міжнародною класифікацією відповідають коду S 06.0. Крім того, в англomовній літературі еквівалентом до струсу головного мозку є термін «легка черепно-мозкова травма» – mild traumatic brain injury (mTBI) [2].

Довгий час виникнення вибухової хвилі та її вплив на мозкові тканини залишався не вивченим. Протягом останніх кількох років вивченню цього питання в Україні приділяє увагу Ксенія Возніцина. Саме їй та її команді належить ініціатива проведення глибокого вивчення не тільки природи самого явища легкої черепно-мозкової травми, а й впливу вибухової хвилі на когнітивні та адаптаційні функції військових та ветеранів. У своїй праці вона вдається до детального опису дії вибухової хвилі на тканини головного мозку як фізичного явища, яке поєднує в собі кілька механізмів: гідродинамічний удар з різкими перепадами гідростатичного тиску; зміщення та ротацію півкуль мозку відносно його менш рухливих серединних структур; зміщення мозку фронтом ударної хвилі та різкий його удар об нерухливу внутрішню сторону протилежної сторони черепа [1, с.120-121].

Контузія, або легка черепно-мозкова травма (лЧМТ) внаслідок вибухової хвилі, призводить до мікроструктурних ушкоджень, які суттєво впливають на когнітивні та комунікативні функції особистості. Серед них домінують: порушення уваги, оперативної пам'яті, виконавчих функцій і мовленнєвих навичок. Основними скаргами пацієнтів є знижена здатність до концентрації уваги, погіршення пам'яті, утруднення в обробці інформації, уповільнення мислення та труднощі в соціальній взаємодії. Крім того, спостерігається неорганізоване словесне вираження, порушення мовлення, проблеми пошуку слів, а також труднощі з плануванням, вирішенням проблем, судженням та прийняттям рішень.

Висновки. Узагальнюючи вище зазначене, можна зазначити, що явище контузії, або легкої черепно-мозкової травми внаслідок вибухової хвилі, є складним, а його вплив на когнітивні здібності особистості характеризується поліморфністю проявів та потребує подальшого вивчення. За результатами емпіричного дослідження до основних порушень когнітивних функцій відносимо порушення уваги, зниження швидкості обробки інформації, порушення оперативної пам'яті, зниження довготривалої пам'яті, труднощі у виконавчих функціях, порушення когнітивної гнучкості, імпульсивність, ускладнення мовленнєвого продукування, порушення розуміння усного мовлення, зниження навичок соціального мовлення, труднощі з організацією мовлення, зниження здатності до пізнання, труднощі у прийнятті рішень у повсякденних ситуаціях, порушення здатності до адаптації та змін середовища. Вкрай важливим є реалізація мультидисциплінарного підходу, який поєднує

нейропсихологів, логопедів та реабілітологів, та запровадження індивідуалізованих стратегій відновлення, що враховують специфіку симптоматики у стані після контузії. Отримані дані підкреслюють потребу в подальших дослідженнях і розробці науково обґрунтованих методик лікування наслідків та реабілітації військових після лЧМТ.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Невидимі наслідки війни. Як розпізнати? Як спілкуватись? Як допомогти подолати? Довідник для широкого кола фахівців — Київ, 2020. 192 с. Загальна редакція: К. Возніцина, Л. Литвиненко.
2. Cornis-Pop, M., Mashima, P. A., Roth, C. R., MacLennan, D. L., Picon, L. M., Hammond, C. S., Goo-Yoshino, S., Isaki, E., Singson, M., & Frank, E. M. (2012). Cognitive-communication rehabilitation for combat-related mild traumatic brain injury. *Journal of Rehabilitation Research and Development*, 49(7), 11–31.
3. Harvey J. Occupational psychology in the UK Ministry of Defence. *Journal of the Royal Army Medical Corps*. 2019;165(2):124–127. DOI: 10.1136/jramc-2018-001074
4. McKenzie A. G. Anaesthetic and Other Treatments of Shell Shock: World War I and Beyond. *Journal of the Royal Army Medical Corps*. 2012;158(1): 29–33. DOI: 10.1136/jramc-158-01-07
5. Myers, C. S. (1915, February 13). A contribution to the study of shell shock: Being an account of three cases of loss of memory, vision, smell, and taste, admitted into the Dutchess of Westminster's War Hospital. Le Touquet. *The Lancet*, 316–320. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(00\)52916-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(00)52916-X)
6. Rosenfeld J.V., McFarlane A.C., Bragge P. et al. Blast-related traumatic brain injury // Article in the lancet neurology. — 2013. — Vol. 12. — P. 882-893.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

УДК 364.4:616-036.8:005

Скороход О.М.

ОРГАНІЗАЦІЙНО-УПРАВЛІНСЬКІ МОДЕЛІ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ В БАГАТОПРОФІЛЬНИХ РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ ЦЕНТРАХ: УКРАЇНСЬКИЙ ТА ЄВРОПЕЙСЬКИЙ ДОСВІД

У статті здійснено порівняльний аналіз організаційно-управлінських моделей соціальної роботи в багатопрофільних реабілітаційних центрах України та європейських країн. Обґрунтовано необхідність імплементації децентралізованих підходів та мультидисциплінарної координації для підвищення ефективності реабілітаційних послуг.

Ключові слова: реабілітаційний центр, організаційна модель, соціальна робота, мультидисциплінарність, українсько-європейський досвід.

The article provides a comparative analysis of organizational and management models of social work in multidisciplinary rehabilitation centers in Ukraine and European countries. The necessity of implementing decentralized approaches and multidisciplinary coordination to improve the effectiveness of rehabilitation services is substantiated.

Key words: rehabilitation center, organizational model, social work, multidisciplinary, Ukrainian-European experience.

Постановка проблеми. Сучасні соціальні трансформації, військові дії та соціально-економічні виклики значно підвищили потребу у функціонуванні багатoproфільних реабілітаційних центрів, де поєднуються медичні, психологічні, освітні та соціальні послуги. Актуальність проблеми зумовлена зростанням кількості осіб, які потребують комплексної реабілітації, особливо в умовах воєнного стану. Ефективність роботи таких інституцій значною мірою залежить від організаційно-управлінських моделей, що визначають способи координації між різними фахівцями, рівень залучення громади та партнерських організацій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика організації реабілітаційних центрів активно досліджується вітчизняними та зарубіжними науковцями. Т. М. Безверхнюк та І. К. Бабова зазначають: «На основі системного підходу обґрунтовано організаційну модель забезпечення якості надання реабілітаційної допомоги в системі охорони здоров'я України, яка складається з чотирьох взаємодіючих підсистем: управлінської, функціональної, моніторингової (результативної) та матеріально-технічної (процесної) підсистем» [1, с. 225]. І. М. Богданова досліджує ключові аспекти соціальної педагогіки як науки та практичної діяльності, аналізує міжнародні підходи та організації у сфері соціальної роботи [2]. І. Д. Зверєва та колектив авторів досліджують сучасні інноваційні підходи у соціальній роботі, порівнюючи український та європейський досвід, аналізують механізми підвищення ефективності соціальних послуг через впровадження інноваційних програм і проєктів, практику міжвідомчої взаємодії та міжнародної співпраці у сфері соціального захисту населення [3].

В. Стинська та О. Титун, аналізуючи діяльність центрів соціально-психологічної реабілітації сімей в Івано-Франківській області, підкреслюють: «Центри соціально-психологічної реабілітації сімей, виконуючи широкий спектр завдань, стали особливими місцями педагогічної, психологічної та медичної допомоги дітям, молоді та сім'ям у складних життєвих обставинах» [5, с. 158]. О. Сітенко акцентує увагу на організаційних аспектах розвитку системи реабілітації в Україні, зазначаючи: «Сьогодні в Україні дедалі більше уваги приділяється ранньому втручання, розумінню його необхідності в роботі з дітьми з інвалідністю або вадами розвитку» [6]. І. В. Шапошникова аналізує досвід соціальної реабілітації в умовах війни, включно з порівнянням світового

досвіду і виявленням особливостей, викликів та проблем, з якими зіштовхується Україна, виділяє ключові фактори успіху, яких бракує в Україні: міжсекторальна координація, умови для адаптації практик із міжнародного досвіду, стандартизація та зміна політики й практик реабілітації [7].

Міжнародні організації також підкреслюють важливість системного підходу до реабілітації. Всесвітня організація охорони здоров'я у своєму посібнику з дій зазначає: «Rehabilitation is sometimes wrongly viewed as a luxury service rather than an essential part of health care; guide for action expects countries to embed rehabilitation into universal health coverage» [9] (Реабілітацію іноді помилково розглядають як послугу класу люкс, а не як невід'ємну частину охорони здоров'я; посібник із дій очікує, що країни включатимуть реабілітацію до загального медичного страхування¹). Організація економічного співробітництва та розвитку обґрунтовує необхідність інтеграції місцевих послуг для вразливих категорій населення, підкреслюючи: «Local service integration implies collaboration across sectors and disciplines, case management models, and strong governance to ensure accountability and quality» [8] (Інтеграція місцевих послуг передбачає співпрацю між секторами та дисциплінами, моделі ведення випадків і сильне управління для забезпечення підзвітності та якості²).

Незважаючи на значну кількість досліджень, залишається недостатньо вивченим питання адаптації європейських організаційно-управлінських моделей до українського контексту з урахуванням специфіки воєнного часу та поствоєнного відновлення.

Мета статті — здійснити порівняльний аналіз організаційно-управлінських моделей соціальної роботи в багатопрофільних реабілітаційних центрах України та європейських країн, визначити оптимальні підходи для розвитку вітчизняних реабілітаційних сервісів.

Виклад основного матеріалу дослідження. В Україні формування системи багатопрофільних реабілітаційних центрів відбувається в умовах воєнного стану та соціальної нестабільності. Міністерство охорони здоров'я України у 2025 році реалізує масштабну концепцію розвитку реабілітаційної мережі, яка передбачає створення понад 7000 ліжко-місць у реабілітаційних закладах. Зокрема, Міністерство оборони створює чотири міжрегіональні реабілітаційні центри, що зможуть одночасно приймати до 1730 військових. Програма реабілітації включає медичне лікування, фізіотерапію, психотерапію, підтримку родин військових та соціальну адаптацію [10].

За основу моделі розвитку реабілітації Міністерство охорони здоров'я взяло ізраїльський досвід, що враховує як потреби цивільних, так і потреби військових. У спроможній мережі стаціонарна реабілітаційна допомога доступна в 49 кластерних лікарнях, амбулаторна — у 63 закладах. Також 40

¹ Переклад автора за [9]

² Переклад автора за [8]

надкластерних лікарень надають послуги зі стаціонарної реабілітації та 44 — з амбулаторної. Така модель дозволяє щорічно надавати якісні та безоплатні послуги з активної і доказової реабілітації для щонайменше 126 тисяч пацієнтів.

Ключовим елементом сучасної реабілітаційної системи в Україні є формування мультидисциплінарних команд. І. Криницька та М. Сточко підкреслюють: «Виявлено необхідність трансформації системи соціальних послуг у цій сфері через впровадження алгоритму надання послуг соціальної реабілітації та забезпечення уніфікації стандартів і підходів» [4]. Реабілітація є комплексним процесом, у якому неможливо обмежитись лише одним спеціалістом. Для ефективного психологічного та фізичного відновлення людини потрібна багатопрофільна команда фахівців, об'єднаних спільною метою.

Національна мережа реабілітаційних центрів Recovery, створена за ініціативою Віктора та Олени Пінчуків, станом на квітень 2025 року налічує 17 центрів, які надають безоплатні послуги у різних регіонах України. Зали центрів облаштовано за світовими стандартами інклюзивності й технологічності, кабінети фізичної реабілітації оснащено обладнанням із віртуальною реальністю, яке забезпечує зворотний зв'язок із пацієнтом.

Європейський досвід організації реабілітаційних центрів демонструє принципово інші підходи до управління та фінансування. Європейські країни, особливо скандинавські, реалізують децентралізовану модель управління з високим рівнем залучення громади. Фінансування здійснюється з різних джерел: державного, місцевого та приватного, що забезпечує більшу стійкість системи. Обов'язковою є системна оцінка ефективності з використанням індикаторів якості та командна робота з чітким розподілом ролей між фахівцями.

На підставі опрацьованої наукової літератури та аналізу сучасних тенденцій пропонуємо таблицю з порівняльним аналізом організаційно-управлінських моделей.

Таблиця 1 – Порівняльний аналіз організаційно-управлінських моделей соціальної роботи в Україні та Європі

Показник	Україна	Європа
Управління	Централізоване, залежне від державного фінансування	Децентралізоване, з опорою на громаду
Командна робота	Поширюється, але часто формальна	Обов'язкова, із чітким розподілом ролей
Фінансування	Переважно державне, обмежене	Змішане (державне, місцеве, приватне)
Оцінка ефективності	Недостатньо розвинена	Системна, з індикаторами якості
Роль громадськості	Обмежена	Висока участь волонтерів

Джерело: складено на основі [1; 3; 7; 8; 9]

Аналіз організаційних моделей засвідчує, що українська система перебуває на стадії активного реформування. Як зазначає О. Сітенко: «Принципи, на яких доцільно створювати систему реабілітаційної допомоги в Україні, сформульовано та обґрунтовано з урахуванням міжнародних стандартів та потреб постраждалих від війни громадян» [6]. Міністерство охорони здоров'я України формує мультидисциплінарні центри досконалості, які стають осередками передового досвіду та взірцем для інших представників галузі. Наразі функціонує шість таких центрів, фахівці яких проходять навчання, зокрема за кордоном, для підвищення кваліфікації.

Важливим аспектом розвитку реабілітаційної системи в Україні є спрощення алгоритму отримання допоміжних засобів реабілітації. Процес визначення потреби людини в допоміжних засобах починається ще на першому етапі роботи з пацієнтом — під час первинного обстеження, яке проводить мультидисциплінарна реабілітаційна команда. Ця інформація фіксується в індивідуальному реабілітаційному плані, поряд із метою реабілітаційних втручань.

Водночас європейська практика демонструє більш гнучкі механізми управління та фінансування. Інтеграція місцевих послуг для вразливих категорій населення передбачає співпрацю між секторами та дисциплінами, використання моделей ведення випадків і сильне управління для забезпечення підзвітності та якості [8]. Така модель дозволяє швидше реагувати на локальні потреби та ефективніше використовувати ресурси.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Українська система багатoproфільних реабілітаційних центрів перебуває на етапі становлення та активного реформування. Сильними сторонами є прагнення до комплексності та мультидисциплінарності, впровадження світових стандартів обладнання та підготовки фахівців, створення національної мережі реабілітаційних центрів. Проте ключовими викликами залишаються централізоване управління, обмежене фінансування переважно з державних джерел, недостатньо розвинена система оцінки ефективності та обмежена роль громадськості у процесі надання реабілітаційних послуг.

Європейський досвід демонструє переваги децентралізованого управління, активного залучення громади, різноманітних джерел фінансування та системного моніторингу якості послуг. Використання цих підходів може сприяти підвищенню ефективності українських реабілітаційних центрів, особливо в умовах зростання потреб населення у поствоєнний період.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці конкретних механізмів адаптації європейських організаційно-управлінських моделей до українського контексту, вивченні можливостей диверсифікації джерел фінансування реабілітаційних центрів, створенні системи індикаторів якості реабілітаційних послуг та дослідженні

ефективності різних моделей мультидисциплінарної співпраці в умовах воєнного та поствоєнного періоду.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Безверхнюк Т. М., Бабова І. К. Ensuring of rehabilitation care quality provision: organizational-methodological aspect. *Med. perspekt.* 2022. Vol. 27, No. 4. P. 222–230. URL: <https://journals.urau.ua/index.php/2307-0404/article/view/271230> (дата звернення: 02.10.2025).
2. Богданова І. М. Соціальна педагогіка : навч. посіб. Київ : Знання, 2008. 343 с.
3. Зверева І. Д., Безпалько О. В., Харченко С. Я. та ін. Соціальна робота в Україні : навч. посіб. / за заг. ред. І. Д. Зверевої, Г. М. Лактіонової. Київ : Центр навчальної літератури, 2004. 256 с.
4. Skochko, M., & Krynytska, I. .. Algorithmization of the provision of social rehabilitation services to children with disabilities in the Cherkask region. (024, *Social Work and Education*, 11(3), 373–384. <https://doi.org/10.25128/2520-6230.24.3.6>
5. Stynska, V. and Tytun, O. The Activity of Social and Psychological Rehabilitation Centres for Families in Ivano-Frankivsk Region (Ukraine). *Journal of Vasyl Stefanyk Precarpathian National University*. 5, 1 (Dec. 2018), 156–161. 2018. DOI:<https://doi.org/10.15330/jpnu.5.1.156-161>.
6. Sitenko, O. Development of the rehabilitation system in Ukraine. Organizational aspects. *Orthopaedics Traumatology and Prosthetics*. 2023. No. 2. P. 77–83. DOI: <https://doi.org/10.15674/0030-59872023277-83>
7. Шапошникова І. В. Соціальна реабілітація в умовах війни: світовий досвід та проблеми України. Проблеми сучасних трансформацій. Серія: економіка та управління. 2024. № 12. DOI: <https://doi.org/10.54929/2786-5738-2024-12-07-02>
8. Integrating local services for individuals in vulnerable situations. OECD. 2023. URL: https://www.oecd.org/en/publications/integrating-local-services-for-individuals-in-vulnerable-situations_1596644b-en.html (дата звернення: 02.10.2025)
9. Rehabilitation in health systems: guide for action. World Health Organization. 2019. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241515986> (дата звернення: 02.10.2025).
10. Реабілітація (сайт Міністерства охорони здоров'я України) <https://moz.gov.ua/uk/categories/reabilitacija>

Науковий керівник докторка соціологічних наук, професорка Шапошникова І.В.

УДК: 159.922.7:159.942.3:616.89-008.6

Смирнова Л.В.

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВІВ АГРЕСІЇ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПОРУШЕННЯМ МОВЛЕННЯ

Дослідження присвячене аналізу особливостей проявів агресії у дітей дошкільного віку з порушеннями мовлення. Встановлено, що мовленнєві бар'єри сприяють імпульсивним агресивним реакціям через фрустрацію та обмежену здатність до саморегуляції. Розроблено рекомендації для корекційної роботи, спрямованої на зниження агресивності.

Ключові слова: агресія, діти дошкільного віку, порушення мовлення, корекційна робота, емоційна саморегуляція.

This study examines the specifics of aggression manifestations in preschool children with speech impairments. It was found that speech barriers contribute to impulsive aggressive reactions due to frustration and limited self-regulation abilities. Recommendations for corrective interventions aimed at reducing aggression were developed.

Keywords: aggression, preschool children, speech impairments, corrective interventions, emotional self-regulation.

Агресія у дітей дошкільного віку з порушеннями мовлення є значною проблемою, оскільки обмеження в комунікативних навичках часто призводять до фрустрації, імпульсивних реакцій і труднощів у соціальній взаємодії. Недостатня здатність до вербального вираження емоцій може посилювати агресивну поведінку, що ускладнює соціалізацію та адаптацію таких дітей у колективі. Вивчення особливостей агресії в цій групі є важливим для розробки ефективних корекційних стратегій, які сприяють розвитку емоційної регуляції та комунікативних навичок.

Поняття агресії в психологічній науці має багатогранний характер. І. Смазнова [11] підкреслює, що агресія завжди передбачає намір завдати шкоди, але не кожна насильницька дія є агресивною, якщо відсутній свідомий намір. О. Кононко [7] визначає агресію як поведінку, що порушує суспільні норми та спричиняє дискомфорт оточенню, включаючи фізичні, вербальні чи емоційні прояви.

Л. Добровольська та Н. Лезіна [3] наголошують на психологічних і соціальних наслідках агресії, таких як вербальні образи чи соціальне виключення. Л. Мельник і О. Чайковська [10] розглядають агресивність як руйнівну поведінку, що викликає тривогу, страх чи психологічне напруження в інших. Особливості агресії у дошкільників досліджували О. Бовть [1], який вказує на імпульсивність поведінки через несформовані механізми самоконтролю, та А. Іванова [5], яка пов'язує агресивність із нейрофізіологічними особливостями розвитку фронтальної кори. Т. Карпінська [6] підкреслює обмежену емпатію у дошкільників, що сприяє спонтанним агресивним реакціям. Е. Гаримович [2] акцентує на зв'язку між мовленнєвими порушеннями та агресією, зазначаючи, що труднощі у вербальному вираженні емоцій змушують дітей вдаватися до агресивних дій як альтернативного способу комунікації.

Корекційна робота з дітьми з порушеннями мовлення, за О. Івановим [4], повинна поєднувати мовні та психологічні методи, щоб зменшити фрустрацію та підвищити емоційну стабільність. О. Ляшенко [8] наголошує на поетапному підході, який включає розвиток слухового сприйняття, артикуляції та граматичних навичок. Ігрові методи, за її словами, є ефективними для мотивації дітей і розвитку соціальних навичок. І. Мельник

[9] підкреслює важливість залучення батьків до корекційного процесу для закріплення результатів.

Метою статті є дослідження особливостей проявів агресії у дітей дошкільного віку з порушеннями мовлення, аналіз їхніх емоційних і поведінкових характеристик, а також розробка практичних рекомендацій для корекційної роботи, спрямованої на зниження агресивності та покращення комунікативних навичок.

Дослідження проводилося на вибірці з 14 дітей дошкільного віку (5–6 років) із порушеннями мовлення (7 із загальним недорозвиненням мовлення (ЗНМ) та 7 з алалією) на базі БФ «Карітас Берислав». Використовувалися методики: колірний тест Люшера, проєктивна методика «Кактус» М. Панфілової, анкетування Лаврентьєвої–Титаренко та дитячий варіант опитувальника Басса-Дарки. Дослідження проводилося в три етапи: підготовчий (формування вибірки, підготовка матеріалів), основний (проведення діагностики) та аналітичний (обробка даних, кореляційний аналіз).

Аналіз за тестом Люшера показав, що діти найчастіше обирали синій (12 випадків) і зелений (11 випадків) кольори, що свідчить про прагнення до спокою та стабільності. Червоний колір (6 випадків) асоціювався з потенційною агресивністю. Середні індекси агресивності (1,0), тривожності (0,5) та гармонії (5,0) вказують на переважання гармонійних тенденцій із поодинокими проявами агресивності.

Методика «Кактус» виявила помірний рівень агресивності (середня кількість голок – 10,00, довжина – 2,00). Діти з алалією демонстрували вищі показники агресивності (кількість голок – 11,43 проти 8,57 у ЗНМ) та впевненості (розмір кактуса – 2,14 проти 1,71). Темні кольори (0,64) вказують на низький рівень тривожності.

Анкетування показало, що 71,4% дітей мають середній рівень агресивності (7–14 балів), 14,3% – високий (14–15 балів), 14,3% – низький (4–10 балів).

Опитувальник Басса-Дарки виявив переважання вербальної (4,57) та непрямой (4,00) агресії. Рівні агресивності (78,6% – низький, 21,4% – норма) та ворожості (78,6% – норма, 21,4% – низький) свідчать про контрольовані емоційні прояви.

Таблиця 1

Показники кореляційного аналізу (n=14)

	Індекс агресивності (за колірним тестом)	Індекс гармонії (за колірним тестом)	Рівень агресивності (за анкетуванням)
Негативізм	0,701**		
Підозрілість	0,680**	-0,777**	
Фізична агресія			0,881**
Індекс агресивності (за колірним тестом)			0,570*

Примітка: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

Кореляційний аналіз за коефіцієнтом Пірсона виявив сильні зв'язки між індексом агресивності (тест Люшера) та негативізмом (0,701, $p < 0,01$) і підозрілістю (0,680, $p < 0,01$). Негативна кореляція між індексом гармонії та підозрілістю (-0,777, $p < 0,01$) підтверджує захисну роль позитивних емоцій. Рівень агресивності за анкетуванням корелює з фізичною агресією (0,881, $p < 0,01$) та індексом агресивності (0,570, $p < 0,05$).

Таблиця 2

Порівняння рівня агресивності та ворожості дітей з різними типами порушення мовлення (n=14)

	Група 1 (ЗНМ, n=7)	Група 2 (Алалія, n=7)
ткр.	t0,01 = 3,0545 t0,05 = 2,1788	
Агресивність		
Середнє значення	11,86	12,57
темп.	-0,21116	
Ворожість		
SD	6,57	6,86
темп.	-0,19675	

Аналіз за критерієм Ст'юдента не виявив статистично значимих відмінностей між групами ЗНМ та алалії (темп. = -0,21116 для агресивності, -0,19675 для ворожості), що вказує на схожі емоційні особливості, зумовлені мовленнєвими порушеннями.

На основі результатів розроблено рекомендації для корекційної роботи:

1. Використання ігрових методів (рольові ігри, малювання) для розвитку емоційної саморегуляції.
2. Інтеграція логопедичних і психологічних методів для покращення комунікації та зниження фрустрації.
3. Залучення батьків до тренінгів і домашніх вправ для закріплення навичок.
4. Створення інклюзивного середовища з регулярним моніторингом поведінки та позитивним підкріпленням.

Дослідження показало, що агресія у дошкільників із порушеннями мовлення має помірний характер (71,4% вибірки), з переважанням вербальних і непрямих проявів, зумовлених фрустрацією через мовленнєві бар'єри. Сильні кореляції між агресивністю, негативізмом і підозрілістю підкреслюють необхідність комплексного підходу до корекції. Відсутність відмінностей між групами ЗНМ та алалії вказує на спільні емоційні особливості.

Перспективи подальших досліджень включають розширення вибірки, аналіз впливу соціальних і сімейних факторів, а також оцінку довгострокової ефективності корекційних програм. Важливим є розробка

спрощених методик для закладів із обмеженими ресурсами та підготовка педагогів і батьків.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бовть О. Б. Причини агресивної поведінки дітей молодшого шкільного віку. Педагогіка і психологія. 1997. № 1. С. 94-100.
2. Гаримович Е. Корекційна робота з агресивними дітьми, Дефектолог. №11 (лист.). 2008. С. 55-57.
3. Добровольська Л. П., Лезіна Н. О., Третякова І. С. Особливості та корекція емоційної сфери дошкільників з порушення мови. Діти з особливими потребами в освітньому просторі: зб. матеріалів V міжнар. конгресу зі спеціальної педагогіки, психології та реабілітології, 10-11 жовт. 2019 р. 2019. С. 38-41.
4. Іванов О. М. Вплив агресивної поведінки на соціалізацію дітей молодшого віку. Журнал практичної психології. 2017. № 2. С. 56-60.
5. Іванова А. Психологічні особливості агресивної поведінки дітей дошкільного віку. Магістерський науковий вісник. Випуск № 29. 2018. С. 61.
6. Карпінська Т. С. Ефективність профілактики агресивної поведінки дошкільників засобами рухової ігрової діяльності. Вісник Прикарпатського університету. Серія : Фізична культура. 2010. Вип. 12. С. 66-70.
7. Кононко О. Дитяча агресія: специфіка, причини виникнення, виховання вміння її долати. Нова педагогічна думка. 2019. № 3 (99). С. 80–85.
8. Ляшенко О. А., Остапенко О. В. Особливості вияву агресивної поведінки у дітей старшого дошкільного віку. Габітус. 2022. № 39. С. 118- 125.
9. Мельник І. В. Соціальні умови формування агресивної поведінки дітей. Журнал психологічної науки. 2018. № 4. С. 59-63.
10. Мельник Л. П., Чайковська О. М. Психолого-педагогічні чинники агресивної поведінки девіантних підлітків. Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Серія : Соціально-педагогічна. 2012. Вип. 18. С. 146-153.
11. Смазнова І. С. Агресія і толерантність: філософсько-правовий дискурс : монографія. Одеса : Фенікс, 2019. 378 с.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

УДК 159.922.7:159.942

Способ М.М.

ПСИХОЛОГІЧНІ СКЛАДОВІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ТА ТЕХНІКИ САМОДОПОМОГИ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

У статті розглядаються психологічні складові стресостійкості та техніки самодопомоги у підлітковому віці. Проаналізовані вікові особливості чутливості до стресових факторів у підлітковому віці, та ключові чинники їх виникнення. Особливу увагу приділено ефективним технікам самодопомоги, які допомагають підліткам справлятися зі стресовими ситуаціями, знижувати тривожність, підтримувати

емоційне благополуччя, та формувати позитивний соціальний клімат серед однолітків.

Ключові слова: стресостійкість, саморегуляція, самодопомога.

The article discusses the psychological components of stress resistance and self-help techniques in adolescence/ It analyzes age-related characteristics of sensitivity to stress factors in adolescence and the key factors contributing to their emergence. Particular attention is paid to effective self-help techniques that help adolescents cope with stressful situations, reduce anxiety, maintain emotional well-being, and create a positive social climate among peers.

Key words: stress resistance, self-regulation, self-help.

Постановка проблеми. На сьогоднішній день поняття «стрес» є гострою проблемою для підлітків. Адже їхня вразливість постійно зростає через емоційність, соціальні та фізичні зміни. Щодня підлітки стикаються з численними стресогенними чинниками, такі як навчальні вимоги, соціальний тиск, та не зрозумілість щодо свого подальшого майбутнього. Складнощі у подоланні стресу можуть спричинити серйозні проблеми, а саме: тривожність, апатія, пригніченість, зниження власної самооцінки, депресія, та до змін відносин серед рідних та однолітків. Тому виробіток стресостійкості є дуже важливою навичкою, яка буде завжди допомагати справлятися з труднощами в їхньому житті, та допомагати їм адаптуватися до життєвих змін. Особливе значення має навчання навичок для підлітків саморегуляції та використання доступних технік самодопомоги собі, які можна застосовувати у будь-який момент.

Проблематику стресу активно досліджували українські вчені, як В.П. Булах, Я.М. Омеляченко, С.С. Міщук, так і зарубіжні науковці Г. Сельє, Р. Лазарус, Дж. Шульц, які підкреслювали необхідність інтеграції психологічних, фізіологічних, та поведінкових підходів до подолання стресу, що робить вивчення та розвиток стресостійкості підлітків налзвичайно актуальною, та практичною темою.

Метою статті є розгляд психологічних складових стресостійкості у підлітків, визначення вікових особливостей сприйнятливого до стресу, та технік самодопомоги.

Виклад основного матеріалу дослідження. Підлітковий вік є особливо вразливою категорією, оскільки підлітки дуже часто піддаються впливу стресових чинників. Цей період охоплює приблизно 11-15 років, що відповідає навчальному етапу середньої школи. В.Кеннон пояснив, що термін «стрес» - це, коли організм мобілізує свої сили, щоб захиститися від небезпеки[3]. Також, Г. Сельє виділив два виду стресу: дистрес назвавши його шкідливим, і негативним, та еустрес, що він є позитивним, і стимулюючим[6].

У підлітковому віці стрес часто проявляється через підвищену тривожність, емоційну напругу, та також можуть виникати фізіологічні

реакції організму. Реакція на стрес визначається індивідуальними особливостями організму, адже підліток по-своєму може переживати стрес[35].

Стресостійкість визначається, як особистісна риса, що дозволяє підлітку витримувати навантаження, які можуть бути пов'язані з навчальною діяльністю, та підтримувати ефективну працездатність в умовах різних стресових факторів[32]. Таким чином, стресостійкість у підлітків є важливою якістю, яка допомагає їм справлятися, як з навчальним, так і соціальним навантаженням в умовах стресових факторів.

У вітчизняній психологічній літературі термін «резилієнс» трактується через, таких як життестійкість, життєздатність, стресостійкість, та емоційна рівновага. Численні науковці наголошують, що резильєнтність варто розуміти не лише, як особистісну рису, а й передусім, як сам процес пристосування до стресових обставин[37]. Визначення поняття «резильєнтність» - це вміння людини пристосовуватися до стресових, кризових, чи інших складних життєвих обставин[38]. Отже, резильєнтність можна розглядати, як комплексну характеристику особистості, що поєднує здатність адаптуватися, стійкість до стресу, та емоційну рівновагу, а також ефективне пристосування до складних життєвих ситуацій.

Вправи та техніки самодопомоги – це психологічні методи, які особистість використовує самостійно, без посередньої участі фахівця. На думку, Л.П. Клевака, вона обґрунтовує ефективність застосування комплексу технік на формування стресостійкості у підлітків, що може включати дихальні вправи, арттерапевтичні засоби (малювання, казкотерапія), та тактильні методи, як наприклад: «Кокон», «Обійми метелика»)[29].

Отже, стрес у підлітків сприймається, як природне явище, яке виникає під дією різних факторів, і може проявлятися через фізіологічні та поведінкові реакції, як і можуть мати позитивні, так і негативні наслідки. Стресостійкість визначається здатністю особистості протистояти різним стресовим впливам, зберігати психічну рівновагу, та вміти адекватно реагувати на життєві труднощі. Для подальшого дослідження цієї актуальної теми є реалізація програми на розвиток формування у підлітків стресостійкості, навчання справлятися зі складними ситуаціями, та навчитися усвідомлювати власні емоції.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Басенко О.М. Психологічні особливості прояву стресу та життестійкості у дітей і підлітків в умовах воєнного конфлікту. *Теорія і практика сучасної психології*, 2019, 2.5. С. 14-19.
2. Клевака Л. Вплив війни на психічне здоров'я дітей. *Матеріали VI Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Полтава, Полтавський інститут економіки і права, 19-20 травня 2022 року). С.62-65.
3. Ковальчук, О., Мацієвська, М. Резильєнтність як фактор посттравматичного зростання підлітків. *Вісник гуманітарного наукового товариства*, 2024, 14.2. С. 353.

4. Пухно, С.В. Стресостійкість студентів закладів вищої освіти як психологічна проблема. 2023. С. 46.
5. Сазонов І.В. Психологічна допомога підліткам у подоланні стресу (з досвіду роботи). *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. Том 32 (71). № 4 2021. С. 65-71.
6. Стасюк В.Ю. Українець В. Історико-психологічний аналіз феномену стресу. *Вісник Національного університету оборони України*, 2023. 71(1), С.126-133.
7. Шестакова З.О. Особливості стресотійкості підлітків у період воєнного стану. – Дипломна робота на здобуття освітнього ступеня бакалавра спеціальності «Психологія». Національний авіаційний університет. Київ, 2023. 50 с.

Науковий керівник докторка психологічних наук, професорка Коллі-Шамне А.В.

УДК [316.642.3-053.81:336]:615.851.1

Суслинець О.М.

ПРОГРАМА ЗАСТОСУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ТЕХНІК ВПЛИВУ У ФОРМУВАННІ ФІНАНСОВИХ ПЕРЕКОНАНЬ У МОЛОДІ

У статті представлено програму застосування психологічних технік впливу у формуванні фінансових переконань у молоді. Запропонована модель спрямована на формування стабільних, поведінково релевантних переконань і довгострокову ефективність у фінансових рішеннях.

Ключові слова: фінансові переконання, психологічні техніки, молодь, поведінкова економіка, соціальні норми, когнітивна реконструкція, мотивація

The article presents a program for applying psychological techniques of influence in the formation of financial beliefs in young people. The proposed model is aimed at the formation of stable, behaviorally relevant beliefs and long-term effectiveness in financial decisions.

Key words: financial beliefs, psychological techniques, youth, behavioral economics, social norms, cognitive reconstruction, motivation.

Постановка проблеми. Формування фінансових переконань у молоді відбувається в складному інформаційно-комунікаційному середовищі, де рішення щодо раціонального використання коштів визначаються не лише міркуваннями, але й емоціями, когнітивними упередженнями, соціальними впливами та медійними повідомленнями. Тому молоді особи схильні до імпульсивності та миттєвого задоволення, що ускладнює розвиток усвідомлених фінансових установок.

Мета статті – розробити програму цілеспрямованого формування стійких, внутрішньо прийнятих і поведінково релевантних фінансових переконань у молоді.

Виклад основного матеріалу дослідження. Формування фінансових переконань у молоді відбувається в складному інформаційно-комунікаційній середовищі, де настанови щодо грошей та фінансової поведінки значною мірою детермінуються не лише раціональними міркуваннями, але й емоціями та когнітивними упередженнями. Згідно з теорією економічної психології, соціально-економічне становище підлітків пов'язане з більшою імпульсивністю та схильністю до негайного задоволення [2]. Значну роль відіграють когнітивні спрощення та упередження. Рамки прийняття рішень пояснюють, що люди схильні перебільшувати значущість короткострокових вигод та уникати можливих втрат. Молоді особи в умовах нестабільності схильні фокусуватися на миттєвих результатах, що підсилює їхню ризик-аверсію.

Соціальні впливи є ще одним потужним механізмом, адже батьки й однолітки формують початкові уявлення про гроші через власний приклад і комунікацію. Емпіричні дослідження показують, що родинні фінансові норми сильно корелюють з фінансовою грамотністю та поведінкою дітей: у дослідженні серед молоді / встановлено, що вплив і батьків, і друзів істотно підвищує рівень фінансових знань молодих людей, а той, у свою чергу, сприяє більшій заощадливості [1].

Сучасні медіа і реклама посилюють такі впливи через спеціалізовані техніки переконання, адже у маркетингу широко застосовуються емоційні та інформаційні стратегії маніпуляції. Зокрема, рекламні кампанії можуть викликати у глядачів ностальгію, бажання чи почуття безпеки, асоціюючи ці емоції з певними продуктами або послугами. Одночасно відбувається цілеспрямоване спотворення інформації: наприклад, у рекламі кредиту підкреслюють лише переваги, замовчуючи реальні ризики.

На особливу увагу заслуговує роль інфлюенсерів у соціальних мережах. Сучасні лідери думок у Facebook, Instagram, TikTok тощо мають величезний авторитет серед молодих користувачів. Як показано в дослідженнях, інтенсивні взаємодії з такими фігурами вже вплинули на поведінку, ставлення та вибір молодих людей. Молодь ідентифікує себе з улюбленими блогерами чи знаменитостями і сприймає їх поради як особисте спілкування, що значно підсилює довіру до інформації.

Мета розробленої нами програми полягає у цілеспрямованому формуванні стійких, внутрішньо прийнятих і поведінково релевантних фінансових переконань у молоді віком від 16 до 25 років шляхом інтеграції доказових підходів сучасної психології та поведінкових наук. Концепція спирається на поєднання:

- теорії запланованої поведінки (конструювання переконань щодо наслідків, норм і контролю),

- соціально-когнітивної теорії (спостережне навчання та самоефективність),
- когнітивно-поведінкової терапії (ідентифікація та реконструкція ірраціональних «грошових сценаріїв»),
- теорії самодетермінації (інтерналізація цінностей і автономна мотивація),
- концепцій поведінкової економіки (підштовхування, ментальний облік, інерційність вибору),
- технік саморегуляції звичок (імплементаційні наміри, WOOP, петлі «cue–routine–reward»).

Програма не є інвестиційною порадою; вона спрямована на психологічні детермінанти переконань і вибору.

Розроблена програма застосування психологічних технік впливу у формуванні фінансових переконань у молоді містить ряд модулів, зокрема:

- початкова діагностика, де відбувається профілювання переконань, установок, самоефективності, часових уподобань; збір базових поведінкових метрик; постановка індивідуальних цілей;
- психоедукація, ключовими техніками для якої є когнітивні моделі рішень, упередження, ризик-афект, ментальний облік; мікроексперименти з рефреймінгом;
- когнітивна реконструкція – виявлення «грошових сценаріїв», перевірка доказів, побудова альтернатив; поведінкові експерименти; імплементаційні наміри;
- мотиваційний блок, де відбувається робота з амбівалентністю, автономізація цілей, підтримка самоефективності; самоспівчуття як буфер;
- соціальні норми і моделювання, ключовими техніками для якої є нормативний фідбек без стигми; відеомоделі й рольові спостереження; референтні групи;
- поведінкова архітектура – опції «за замовчуванням», комітування, правила простих рішень, фрикційні бар'єри; цифрові «підштовхування»
- тренування навичок, зокрема бюджетування, аналіз витрат-вигод, ризикограмотність, цифрова гігієна; «лабораторії рішень»;
- закріплення і перенесення та підсумкове оцінювання.

Запропонована програма націлена не на короточасні зміни декларованих установок, а на формування цілісної системи переконань, яка є внутрішньо узгодженою, контекстно стабільною та поведінково ефективною. Саме узгодженість між когнітивними моделями, автономною мотивацією, соціальними нормами та архітектурою середовища забезпечує довготривалі результати у фінансовій поведінці молоді.

Висновок. Сформована програма демонструє інтегрований підхід до формування фінансових переконань у молоді, поєднуючи психологічні, когнітивні та поведінкові методики. Використання модулів діагностики, психоедукації, когнітивної реконструкції, мотиваційної підтримки, соціального моделювання та поведінкової архітектури дозволяє створити

стійкі та внутрішньо прийняті фінансові установки. Відповідно програма може стати ефективним інструментом для університетів, молодіжних центрів та освітніх ініціатив, сприяючи розвитку фінансової грамотності та усвідомленого управління ресурсами серед молодих людей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Горин В. П. Теоретичні засади кредитування як форми фінансового забезпечення суспільного добробуту. Світ фінансів. 2017. Вип. 1 (50). С. 152–165.
2. Карамушка Л. М., Ходакевич О. Г. Психологічні особливості ставлення студентської молоді до грошей: монографія. Київ : КНЕУ, 2017. 200 с.

Науковий керівник докторка психологічних наук, професорка Коллі-Шамне А.В.

УДК 159.922.7:159.944.4

Татаровська Т.С.

ГЕНДЕРНА ІДЕНТИЧНІСТЬ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ОСОБИСТОСТІ

У статті аналізується взаємозв'язок між формуванням гендерної ідентичності та психоемоційним благополуччям особистості. Розглядаються психологічні механізми впливу гендерної самоідентифікації на емоційну сферу, особливості переживання гендерної дисфорії та шляхи психологічної підтримки осіб з нетиповою гендерною ідентичністю. Досліджується роль соціального оточення у формуванні позитивного ставлення до власної гендерної ідентичності.

Ключові слова: гендерна ідентичність, психоемоційний стан, гендерна дисфорія, самоприйняття, психологічне благополуччя.

The article analyzes the relationship between gender identity formation and the psycho-emotional well-being of the individual. The psychological mechanisms of the influence of gender self-identification on the emotional sphere, the peculiarities of experiencing gender dysphoria and ways of psychological support for people with atypical gender identity are considered. The role of the social environment in forming a positive attitude towards one's own gender identity is studied.

Key words: gender identity, psycho-emotional state, gender dysphoria, self-acceptance, psychological well-being.

Сучасні дослідження в галузі психології особистості підтверджують, що гендерна ідентичність є одним із ключових компонентів самосвідомості людини, який безпосередньо впливає на її психоемоційний стан та загальне

благополуччя. Як зазначає Л. В. Помиткіна [3], процес формування гендерної ідентичності включає не лише усвідомлення власної статевої приналежності, але й прийняття відповідних соціальних ролей та очікувань суспільства. Особливої уваги потребують випадки, коли біологічна стать не співпадає з внутрішнім відчуттям гендерної приналежності, що може призводити до розвитку гендерної дисфорії та супутніх емоційних розладів. За даними досліджень О.С. Кочаряна [2], конфлікт між внутрішнім відчуттям гендерної ідентичності та соціальними очікуваннями часто супроводжується підвищеним рівнем тривожності, депресивними станами та зниженням самооцінки. Важливу роль у подоланні цих труднощів відіграє психологічна підтримка та створення толерантного середовища, що сприяє позитивному самоприйняттю особистості незалежно від її гендерної ідентичності.

Виклад основного матеріалу. Гендерна ідентичність — це глибоке особистісне сприйняття кожною людиною свого гендеру, яке може відповідати або не відповідати статі, що їй була призначена при народженні. Це стосується особистого відчуття власного тіла, що включає зміни зовнішності або функцій тіла за допомогою медичних, хірургічних чи інших втручань, здійснюваних за власним бажанням, а також інші вирази гендеру, такі як одяг, манера спілкування та поведінка. Гендерна ідентичність у психологічній науці розглядається як складний багатовимірний конструкт, що відображає внутрішнє відчуття індивіда щодо своєї приналежності до певного гендеру, яке може збігатися або відрізнятися від біологічної статі. Цей феномен формується під впливом біологічних, психологічних, соціальних та культурних факторів, що взаємодіють між собою. Згідно з сучасними підходами, гендерна ідентичність не є статичною, а розвивається протягом життя, зазнаючи трансформацій під впливом особистісного досвіду, соціалізації та контекстуального середовища.

Дослідження Т.В. Бендас [1] розкривають механізми формування позитивної гендерної ідентичності та її зв'язок з психічним здоров'ям особистості. Авторка зазначає, що гармонійне прийняття власної гендерної ідентичності сприяє розвитку адекватної самооцінки, емоційної стабільності та ефективних копінг-стратегій у подоланні життєвих труднощів. Водночас конфлікт між внутрішнім відчуттям гендерної приналежності та зовнішніми очікуваннями може стати джерелом хронічного стресу та психологічного неблагополуччя. Дослідження психології чоловіків і жінок, а також їхніх відмінностей, має значний вплив не тільки на розуміння особистості, але й на суспільство в цілому. Теми, пов'язані з гендерними особливостями та психологічними відмінностями, стають предметом активних обговорень у суспільстві, особливо в контексті значних змін у ролях чоловіків та жінок у громадському житті. Любов, яка є мистецтвом, потребує навичок, інтуїції, зосередженості та розуміння, вимагає навчання та осмислення. За Е. Фроммом, нерозуміння цієї потреби часто впливає з таких причин: більшість людей підходять до любові з

позиції бажання бути коханими, а не з позиції бажання любити; вони вважають, що проблема полягає у самій любові, а не в здатності любити; часто плутають закоханість із справжнім станом любові. Гендерні дослідження у галузі психології в нашій країні є відносно новим і ще недостатньо розвиненим напрямом. До початку 1990-х років вітчизняна психологія майже не знала публікацій, які б лягли в основу гендерних досліджень [5].

Генетичні чинники лягають в основу первинної статевої диференціації людини, визначаючи біологічну стать при народженні через комбінацію хромосом (XX для жінок та XY для чоловіків). Цей етап є критичним, оскільки він встановлює початковий фундамент для подальшого розвитку організму, включаючи формування статевих органів, гормонального фону та інших біологічних характеристик, які мають значний вплив на гендерну ідентичність.

Генетичні механізми не обмежуються лише визначенням статевої приналежності; вони також впливають на розподіл гормонів, таких як естрогени, прогестерон, тестостерон та інші, які активно беруть участь у формуванні поведінкових реакцій, психологічних особливостей та соціальних взаємин. Наприклад, високі рівні тестостерону у чоловіків часто пов'язуються з більш агресивним або домінуючим стилем поведінки, тоді як у жінок домінування естрогенів може сприяти вираженням емоційним та емпатичним реакціям. Ці біологічні предпосилки створюють підґрунтя для того, як особистість сприймає себе у контексті гендеру.

Однак, навіть при всьому важливому значенні генетичних факторів, вони не є єдиними визначальними у формуванні гендерної ідентичності. На цей процес також сильно впливають мозкові структури, які відповідають за розпізнавання статевих ролей та поведінкових моделей. Наприклад, деякі дослідження показують, що мозок чоловіків та жінок можуть мати відмінності у структурі та функціональному організмі, що впливає на когнітивні процеси, емоційну регуляцію та соціальні взаємини. Такі відмінності, хоча й не завжди строгі, можуть впливати на те, як особистість інтерпретує своє місце у гендерному контексті.

Крім біологічних аспектів, гендерна ідентичність формуються під впливом психологічних факторів, таких як самоусвідомлення та емоційні переживання. Самоусвідомлення гендерної ролі починається у ранньому дитинстві, коли діти поступово розуміють, до якої статі вони належать, і починають засвоювати відповідні норми поведінки. Сімейне виховання тут відіграє ключову роль, оскільки саме в родині діти отримують перші приклади гендерних ролей, які потім повторюють у своєму поведінковому стилі. Емоційні переживання, зазнані протягом життя, також значно впливають на розвиток гендерної ідентичності, оскільки вони формують особисті ставлення до власної ролі у суспільстві.

Висновки. Отже, гендерна ідентичність являє собою складний багатовимірний феномен, який формується під впливом комплексної

взаємодії біологічних, психологічних, соціальних та культурних чинників. Дослідження підтверджують, що цей процес не є статичним, а розвивається протягом усього життя людини, зазнаючи трансформацій під впливом особистісного досвіду та соціалізації. Особливо важливим є розуміння того, що гендерна ідентичність може не завжди співпадати з біологічною статтю, призначеною при народженні, що вимагає від суспільства толерантного ставлення та психологічної підтримки.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бачинська Н.В., Забіяко Ю.О., Шуба В.О. Вивчення гендерної ідентифікації особистості студентів вузів 17-22 років. *Науковий журнал «Молодий вчений»*. № 2 (54) лютий, 2018. С. 220-222.
2. Кочарян О.С., Фроліков М.Є. Психологія гендерних відносин: навчальний посібник. Харків: ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2018. 384 с.
3. Помиткіна Л.В. Психологія особистості: навчальний посібник. К., 2020. 456 с.
4. Bem S.L. Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. *Psychological Review*. 2017. Vol. 88. P. 354-364.
5. Butler J. Gender trouble: feminism and the subversion of identity. New York: Routledge, 2018. 272 p.

Науковий керівник докторка психологічних наук, професорка Коллі-Шамне А.В.

УДК 159.9:378.4:331.5

Троян А.Ю.

ОСОБЛИВОСТІ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТІВ ДО МАЙБУТНЬОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ КАР'ЄРИ

Стаття присвячена аналізу психологічної готовності студентів гуманітарних спеціальностей до професійної кар'єри, визначенню ключових чинників та шляхів їх розвитку. На основі кореляційного аналізу виокремлено взаємозв'язки між саморефлексією, мотивацією, лідерськими здібностями, підприємницькими тенденціями та кар'єрними цінностями.

Ключові слова: психологічна готовність, професійна кар'єра, саморефлексія, лідерські здібності, підприємницькі тенденції.

The article is devoted to the analysis of the psychological readiness of students of humanities majors for a professional career, the identification of key factors and ways of their development. Based on the correlation analysis, the relationships between self-reflection, motivation, leadership abilities, entrepreneurial tendencies and career values are identified.

Keywords: psychological readiness, professional career, self-reflection, leadership abilities, entrepreneurial tendencies.

Психологічна готовність до професійної кар'єри є багатокомпонентним конструктом, що охоплює мотиваційні, когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти, які забезпечують здатність особистості адаптуватися до вимог професійного середовища. Вона включає кар'єрну ідентичність, яка відображає асоціацію з обраною професією, кар'єрну інтуїцію як здатність передбачати професійні можливості, саморефлексію та інсайт як метакогнітивні процеси, лідерські здібності, що забезпечують відповідальність і організаційні навички, підприємницькі тенденції, які проявляються в ініціативності та креативності, а також кар'єрні цінності, такі як спеціалізація, незалежність і баланс «робота–життя» [5; 7].

С. Алексєєва вказує: «Готовність учнівської молоді до вибору й реалізації професійної кар'єри визначається її орієнтацією на актуалізацію можливостей особистості як суб'єкта, свідомого професійного самовизначення, саморозвитку, вільного вибору свого життєвого шляху. Формування такої готовності доцільно розглядати в контексті професійного становлення особистості» [1, с. 80].

За визначенням Л. Карамушки, психологічна готовність студентів до здійснення професійної кар'єри є багатограним феноменом, що охоплює мотиваційні, когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти, які забезпечують здатність особистості адаптуватися до вимог професійного середовища, ефективно планувати кар'єру та реалізовувати свій потенціал. Даний феномен формується під впливом різноманітних чинників, які діють на макро-, мезо- та мікрорівнях і взаємодіють між собою, створюючи складну систему, що визначає професійну адаптацію та успіх студентів [3].

Макрорівень включає широкі соціально-економічні, культурні та політичні чинники, які формують загальний контекст професійної діяльності. До них належать стан ринку праці, економічна стабільність, суспільні цінності щодо праці та кар'єри, а також освітня політика [4].

Мезорівень охоплює чинники, пов'язані з освітнім середовищем і соціальними групами, такими як університет, викладачі, однокласники та професійні спільноти. Якість освітніх програм, доступ до кар'єрного консультування, менторська підтримка та можливості для практичного досвіду (наприклад, стажування чи проєктна діяльність) відіграють ключову роль у формуванні лідерських здібностей і підприємницьких тенденцій [4].

Мікрорівень стосується індивідуальних психологічних характеристик студентів, таких як саморефлексія, мотивація, лідерські здібності, підприємницькі тенденції та кар'єрні цінності [4].

Теоретичні моделі підкреслюють важливість самосвідомості та мотивації для формування професійної готовності. Саморефлексія сприяє самопізнанню, що є основою для прийняття кар'єрних рішень, тоді як мотивація, зокрема кар'єрна ідентичність, стимулює залученість до професійної діяльності. Лідерські здібності та підприємницькі тенденції забезпечують ініціативність і адаптивність, необхідні для сучасного ринку праці. Кар'єрні цінності, такі як незалежність, можуть як сприяти, так і

перешкоджати розвитку інших компонентів готовності, залежно від їх гармонізації [2; 6].

Отже, формування психологічної готовності потребує комплексного підходу, який включає рефлексійні практики, кар'єрне консультування та тренінги з розвитку лідерства і підприємництва.

Емпіричне дослідження проведено серед 50 студентів гуманітарних спеціальностей (історія, психологія, соціологія, педагогіка) Херсонського державного університету віком від 19 до 35 років з використанням кореляційного аналізу за коефіцієнтом Пірсона. Для оцінки психологічної готовності використано методики TEG-FIT (адаптація М. Тиченко) для підприємницьких тенденцій, тест діагностики лідерських здібностей (адаптація О. Кокуна), коротку шкалу саморефлексії та інсайту (адаптація М. Тиченко), а також опитувальник кар'єрних цінностей (адаптація Л. Карамушки, М. Тиченко), шкала мотивації до кар'єри (адаптація Л. Карамушки, М. Тиченко).

Результати показали низький рівень ключових показників психологічної готовності: саморефлексія – 56%, кар'єрна ідентичність – 44%, лідерські здібності – 62%, підприємницькі тенденції – 58%. Саморефлексія виявилася центральним чинником, демонструючи помірно-сильні позитивні зв'язки з лідерськими здібностями ($r = 0,589$, $p < 0,001$), підприємницькими тенденціями ($r = 0,548$, $p < 0,001$) і кар'єрною ідентичністю ($r = 0,552$, $p < 0,001$), що свідчить про те, що здатність до самоаналізу сприяє розвитку ініціативності, відповідальності та асоціації з професією.

Кар'єрна ідентичність має позитивні зв'язки з лідерськими здібностями ($r = 0,430$, $p < 0,01$) і підприємницькими тенденціями ($r = 0,446$, $p < 0,01$), що підкреслює її роль у мотивації до кар'єри. Кар'єрна інтуїція показала слабший зв'язок із підприємницькими тенденціями ($r = 0,397$, $p < 0,01$) і лідерськими здібностями ($r = 0,342$, $p < 0,05$), що вказує на менший вплив передбачення можливостей порівняно з ідентичністю.

Лідерські здібності та підприємницькі тенденції тісно пов'язані ($r = 0,536$, $p < 0,001$), що відображає їхню взаємодоповнювальну роль у формуванні ініціативності та креативності. Однак низький рівень цих показників свідчить про необхідність цілеспрямованого розвитку. Цінність спеціалізації має слабкий позитивний зв'язок із лідерськими здібностями ($r = 0,291$, $p < 0,05$), тоді як незалежність демонструє негативні зв'язки з саморефлексією ($r = -0,444$, $p < 0,01$), лідерськими здібностями ($r = -0,350$, $p < 0,05$) і підприємницькими тенденціями ($r = -0,382$, $p < 0,01$), що вказує на конфлікт між високою автономією та якостями, що вимагають співпраці. Баланс «робота–життя» має слабкий негативний зв'язок з інсайтом ($r = -0,347$, $p < 0,05$), що може свідчити про зниження самопізнання у студентів, орієнтованих на гармонію.

Інсайт також має слабкий негативний зв'язок із кар'єрною самоефективністю ($r = -0,286$, $p < 0,05$), що може вказувати на те, що глибоке

усвідомлення власних обмежень знижує впевненість у професійних можливостях.

Отримані результати підтверджують необхідність гармонізації автономії, самопізнання та ініціативності для підвищення психологічної готовності.

Психологічна готовність студентів до професійної кар'єри є багатограним феноменом, що охоплює мотиваційні, когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти, які забезпечують здатність особистості адаптуватися до вимог професійного середовища, планувати кар'єру та реалізовувати свій потенціал. Вона формується під впливом взаємопов'язаних чинників на макро-, мезо- та мікрорівнях, зокрема саморефлексії, мотивації, лідерських здібностей, підприємницьких тенденцій і кар'єрних цінностей.

Проведене дослідження виявило ключову роль саморефлексії у розвитку ініціативності, відповідальності та кар'єрної ідентичності, а також негативний вплив високої незалежності на співпрацю та ініціативність, що вказує на необхідність гармонізації цих якостей.

Практичне значення дослідження полягає у розробці методів і тренінгової програми, які дозволяють подолати бар'єри психологічної готовності, зокрема низький рівень саморефлексії (56%), кар'єрної ідентичності (44%), лідерських здібностей (62%) і підприємницьких тенденцій (58%), сприяючи підготовці студентів до успішної адаптації на ринку праці.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Алексєєва С. В. Формування готовності учнівської молоді до вибору і реалізації професійної кар'єри: від теорії до практики. *Науковий вісник Інституту професійно-технічної освіти НАПН України. Професійна педагогіка*. 2013. № 5. С. 80–85.
2. Гончарова Н. О. Психологічні особливості формування кар'єрних орієнтацій студентів. *Психологія і особистість*. 2020. № 2. С. 223–233.
3. Карамушка Л. М., Канівець Т. М. Когнітивний компонент психологічної готовності студентів вищих навчальних закладів до здійснення майбутньої професійної кар'єри: рівень та чинники розвитку. *Теорія і практика управління соціальними системами*. 2012. № 4. С. 3–13.
4. Карамушка Л. М., Тиченко М. Є. Психологічна готовність працівників сфери креативних індустрій до здійснення професійної кар'єри: зміст, структура, методики дослідження. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. № 3.27. С. 95–102.
5. Кириченко Р. В., Колодяжна А. В. Психологічна готовність студентів до професійної діяльності. *Габітус*. 2023. Вип. 56. С. 217–223.
6. Тиченко М. Є. Аналіз особливостей професійної кар'єри в дослідженнях українських та зарубіжних науковців. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. № 1 (25). С. 102–108.
7. Super D. E. A theory of vocational development. *American Psychologist*. 1953. Vol. 8, № 5. P. 185–190. <https://doi.org/10.1037/h0056049>

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

АДАПТАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ ДО СТРЕСУ ЗАСОБАМИ КАЗКОТЕРАПІЇ.

Стаття, присвячена дослідженню адаптації особистості до стресу засобами казкотерапії. У роботі проведено емпіричне дослідження ефективності застосування казкотерапії, розвитку адаптаційних можливостей особистості.

Ключові слова: казка, казкотерапія, стрес, адаптація, особистість(молодші школярі).

The article is devoted to the study of personality adaptation to stress through the means of fairy tale therapy. The research includes an empirical study of the effectiveness of applying fairy tale therapy in the development of personal adaptive capacities.

Keywords: fairy tale, fairy tale therapy, stress, adaptation, personality.

Постановка проблеми. Зараз ми переживаємо складні часи: військові дії, економічні труднощі. Люди стикаються з численними викликами: стресами, тривожністю, депресією, які потребують ефективних механізмів адаптації. І щоб легше було справитися із емоційними і психологічними проблемами, складними життєвими ситуаціями на допомогу приходить казкотерапія.

Казкотерапії виникла на початку 19 століття на перетині психології, педагогіки, фольклористики та арттерапії. Протягом останніх десятиліть активно розвивається як ефективний метод роботи з емоційними порушеннями.

Казкотерапії- це лікування за допомогою казки.

Казка надає можливість зануритися у чарівний світ, де через символіку, метафори й образи людина може безпечно виразити та прожити свої емоції, також знайти нові підходи до розв'язання життєвих ситуацій, а ще є ефективним способом полегшити адаптацію, краще зрозуміти й прийняти зміни, знайти шляхи пристосування до нових умов.

Казки також сприяють зміцненню впевненості, допомагаючи усвідомити, що герої здатні долати перешкоди і виходити переможцями навіть із найскладніших ситуацій. Це налаштовує людей на позитивний результат у реальному житті та підтримує готовність рухатися вперед навіть якщо зміни здаються складними. В різні часи до казки у своїх дослідженнях зверталися зарубіжні психологи і науковці: З. Фрейд, К. Юнг, Е. Фромм, Е. Берн, Л-М.фон Франц, Д.Аллан. Вони вважали, що казки дають можливість фантазувати, побачити свою проблему, долати труднощі, внутрішні страхи, оминути небезпеку, в кінці вийти переможцем і отримати

позитивні емоції. Методи і форми роботи з казкою, процес її впровадження в роботі можна побачити в роботах українських науковців і психологів, а саме: О.Василевської, О.Вознесенської, Л.Терлецької, О.Мартиненко, Р.Ткач, А.Одінцової, І.Данилюка.

Досліджували казкотерапію, підходи до її використання – Т.Зінкевич-Євсигнеєва, О.Ставицька, Л.Магдисюк, Р.Федоренко.

Варто зазначити, що хоча казкотерапія часто використовується в практиці психологів і психотерапевтів, вона вимагає більш детального наукового обґрунтування і вивчення.

Мета статті: емпіричне дослідження ефективності казкотерапії як засобу адаптація особистості до стресу.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Емпіричне дослідження охопило 30 респондентів (молодших школярів), віком від 9-10 років, адже у цьому віковому періоді діти частіше зустрічаються із стресовими обставинами.

У ході дослідження було використано чотири психодіагностичних методик: Проективна методика А.Прихожан "Діагностика шкільної тривожності". Проектну методику "Кактус" (М.Панфілова), проектна методика "Будиночки" О.Орехової. Колірний тест М.Люшера.

За результатами проектної методики А.Прихожан було визначено у молодших школярів досить високі показники стресу через прояви шкільної тривожності. Так, у 40% досліджуваних дітей виявлено високий рівень тривожності, а це свідчить і про високий рівень стресу. Середній рівень шкільної тривожності виявлено теж у 40% дітей – це свідчить про помірний стрес.

Тобто для 80% діагностованих дітей притаманний підвищений рівень тривожності, яка проявляється у хвилюванні школярів за навчальний процес, під час спілкування з учителями, під час уроків, з однокласниками, а також із батьками, які вимагають позитивних оцінок. Школярі, у яких високий і помірний прояв тривожності, невпевнені у своїх можливостях і мають труднощі в адаптації до шкільного середовища. Низьким рівнем шкільної тривожності і тим самим низькою шкалою стресу володіють тільки 20% школярів. Для них школа не створює такої напруженої ситуації, яка викликає стан постійного хвилювання. Такі учні, як правило, краще адаптовані до навчального процесу.

Згідно із діагностикою особливостей прояву агресивності досліджуваних, яка здійснювалася за проективною методикою "Кактус" (М.Памфілова), було визначено, що крім агресивності, у дітей було виявлено такі особливості поведінки: егоценризм, імпульсивність, невпевненість, відкритість, демонстративність.

У 23% досліджуваних виявлено егоценризм. Для них характерним є невміння прислухатися до думки іншої людини, зосередженість тільки на власних потребах. Агресивність властива для 20% школярів, яка

виявляється у схильності до конфліктів, не дотримання правил, не можливості втримати свої негативні емоції.

Відкритість властива 17% школярам, яка проявляється у дружелюбності, готовності до спілкування, допитливості.

Невпевненість властива 10%школярам, яка проявляється у сумнівом у власних силах, обережність у діях.

Демонстративність властива 10%школярам, яка проявляється прагненням привертати увагу і бажанням виділятися серед інших. На нашу думку, виявлені риси особистості свідчать про емоційну нестабільність дітей та схильність до переживання певних типів емоцій.

Ще однією методикою, яка була проведена для нашої магістерської роботи була методика "Будиночки" (О.Орехової).

Згідно з даними для молодших школярів 4- класів можна виділити такі особливості:

- у більшості дітей (80%)спостерігається оптимальний рівень працездатності на момент проведення дослідження;
- у стані емоційної рівноваги перебувають 70% дітей.
- у 40%дітей переважають позитивні емоції;
- 10%характеризуються. переживанням негативних емоцій;
- 20%дітей перебувають у стані втоми.

З аналізу цих показників видно,що приблизно 10-20% дітей мають труднощі в регуляції емоційних станів, відчувають напруженість, втому та негативні емоції.

Подальший аналіз буде здійснено на основі результатів діагностики ставлення дітей до власних емоційних переживань.

Аналіз вибору кольору для різних емоційних переживань дозволяє зробити такі висновки:

У більшості дітей (80%) щастя оцінюється позитивно, тобто вони сприймають його як зрозумілий та приємний стан.

Переживання горя (40%) дітей має позитивний емоційний характер, тоді як (60%)сприймають його негативно.

Почуття справедливості оцінюється позитивно у (70%) дітей і (30%) негативно.

Переживання образи сприймається як позитивне (30%) дітей та як негативне (70%).

Дружба є позитивним явищем для (80%) дітей, водночас (20%) оцінюють її негативно.

Сварка сприймається позитивно у (10%) дітей, негативно у (90%) дітей.

Доброта оцінюється як позитивна риса у (77%) учнів, у (23%) – негативно.

Злість сприймається позитивно у (23%) дітей, а негативно – (77%).

Нудьга, як стан відсутності інтересу, позитивно оцінюється (37%) дітей, негативно – (63%).

Захоплення позитивно оцінюється (70%) дітей, негативно оцінюється (30%) дітей.

Дослідження особливостей емоційного ставлення до різних сфер діяльності, представлене на рисунку 2.5. дозволяє зробити такі висновки.

Молодші школярі (4-х) класів загалом сприймають різні сфери життя позитивно. Водночас дещо більше незадоволення виявляється при оцінці власних можливостей (37%), під час письма (40%), під час математики (40%).

З метою діагностики рівня емоційної адаптованості дітей до стресових ситуацій було використано колірний тест М.Люшера. Аналіз результатів дозволив виявити як загальні тенденції, так і певні індивідуальні особливості у структурі емоційних переваг дітей.

У результаті дослідження встановлено, що найбільш часто на перше місце учні ставили фіолетовий і синій кольори по (20%). Дещо рідше обирали зелений, червоний і чорний по (16,7%). Жовтий колір виявився наймен популярним (10%).

Популярним серед учнів є фіолетовий і синій кольори по (20%), що свідчить про потребу у гармонійних стосунках і емоційну чутливість. Найменш обраним став жовтий колір (9%), а вибір чорного кольору (16,7%) у частини дітей вказує на підвищений рівень тривожності і наявність внутрішнього протесту. Такий розподіл свідчить про переважання емоційно-чутливих та гармонійно-орієнтованих стратегій адаптації до стресу серед молодших школярів.

Розглянемо співвідношення кольорів, які обрали школярі 4-х класів і відношення їх до стресу.

- Фіолетовий і синій кольори (40%) – відображають потребу в учнів у гармонії, позитивних емоційних контактах та казкових засобах подолання стресу.

- Зелений (16.7%) – демонструє прагнення до контролю та самоствердження, що може виступати адаптивним механізмом у стресових умовах.

- Червоний (16.7%) – свідчить про енергійність, готовність активно долати перешкоди, але може супроводжуватися імпульсивною реакцією на стрес.

- Жовтий (9%) символізує оптимізм, надію на позитивні зміни, що є важливим ресурсом при переживанні стресових ситуацій.

- Чорний (16.7%) – це показник внутрішньої напруги, тривожності, протесту. Це свідчить про підвищену чутливість частини дітей до стресових ситуацій і необхідність у психокорекційній роботі.

Позитивний є той факт, що більшість учнів відкидають "негативні" кольори – сірий, чорний, коричневий. Ці кольори стоять на останніх позиціях. Це говорить про те, що молодші школярі намагаються уникати станів ізоляції, відчуження, дискомфорту.

Наступний етап порівняльного дослідження полягає у проведенні кореляції по Пірсону. Аналіз кореляції за Пірсоном дає глибоке розуміння про взаємозв'язок між рівнем шкільної тривожності та проявами особистісних характеристик, виявленими за допомогою проєктивних методик "Діагностика шкільної тривожності" А.Прихожан. Проєктивна методика "Кактус" А.Панфілова. Тест "Будиночки" О.Орехової. Малюнковий (колірний) тест М.Люшера.

Можемо зробити висновок, що рівень шкільної тривожності позитивно корелює з імпульсивністю, агресивністю, втомою та негативними емоціями, що свідчить про тісний зв'язок стресу з небажаними проявами поведінки.

Існує обернений зв'язок між тривожністю та проявами гармонії, позитивними емоціями та працездатністю, тобто більш емоційно стабільні діти легше адаптуються до стресу.

Найсильніші корелюють прояви імпульсивності між методикою "Кактусом" та Люшером ($r=0.55$), що підтверджує стабільність цієї характеристики у дітей.

Позитивні емоції, гармонія та працездатність виступають факторами, що знижують шкільну тривожність.

Для поглиблення розуміння механізмів адаптації особистості до стресу засобами казкотерапії нами було зроблено кореляцію за Пірсоном зі всіма методика з акцентом на роль казкотерапії.

Шкільна тривожність позитивно корелює з егоценризмом ($r=0.42$), імпульсивністю за "Кактусом" ($r=0.45$) та агресивністю ($r=0.38$). Це свідчить, що діти із вищим рівнем тривожністю частіше проявляють егоцентричні, імпульсивні та агресивні риси.

Негативна кореляція з позитивом та гармонією ($r=-0.52$) та працездатністю ($r=0.48$) показує, що діти у яких виражена тривожність рідше демонструють продуктивність та емоційну стабільність.

Імпульсивність як стабільна характеристика. Тривожність також позитивно корелює з імпульсивністю за Люшером ($r=0.46$). Найсильніший зв'язок серед проявів імпульсивності спостерігається між двома методиками – "Кактус" і Люшера ($r=0.55$), що підтверджує сталість цієї риси у дітей.

Емоційний стан та адаптація. Позитивні емоції у методиці "Будиночки" та гармонія у колірному тесті Люшер позитивно корелюють ($r=0.48$), демонструючи, що діти з більш стабільними емоціями легко адаптуються до шкільного стресу.

Негативні емоції та втома "Будиночки" позитивно корелюють з "Тривожністю" ($r=0.47$, та $r=0.41$), що підкреслює тісний зв'язок зі зниженням емоційного комфорту.

Позитивна кореляція між працездатністю та позитивними емоціями ($r=0.50$) показує, що продуктивні діти демонструють кращий емоційний стан.

Це свідчить про потенційну ефективність казкотерапії для розвитку емоційної рівноваги, підвищення працездатності та зниження тривожності.

Впровадження казкотерапії допомагає дітям усвідомлювати та переживати емоції у безпечному форматі, зменшуючи рівень тривожності та агресивності. Таблиця демонструє, що тривожність та негативні емоції тісно пов'язані між собою, а позитивні риси, гармонія та емоційна рівновага сприяють зниженню тривожності. Дані підтверджують важливість комплексного підходу: робота над емоційним станом через казкотерапію, розвиток позитивних рис і корекція імпульсивності підвищує адаптаційні можливості дітей.

Висновок. Результати проведеного емпіричного дослідження засвідчили особливості адаптації школярів до стресових ситуацій та окреслити основні психологічні труднощі з якими вони стикаються. Загалом, отримані результати демонструють, що значна частина учнів має труднощі з емоційною стабільністю та рівнем тривожності, що ускладнює процес їхньої адаптації до стресу. Тому на основі отриманих результатів основний акцент ми зробили на казкотерапії як ефективного психокорекційного інструменту і перспективним методом психофізіологічної підтримки та адаптації, який спрямований на покращення емоційного стану, підвищення стресостійкості та відновлення внутрішньої гармонії.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Василевська О.І. Сучасні тенденції казкотерапії в роботі практичного психолога. Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки 2014, Випуск 44. С. 246-252.
2. Василевська О.І. Дворніченко Л.Л. Дворніченко. Казкотерапія як засіб психологічної роботи з різними віковими категоріями. Вісник Львівського університету. Серія: Психологічні науки 2020. Випуск 6. С. 24-31
3. Данилюк І.В. Зольникова С.В. Казкотерапія як метод психологічного впливу на особистість. Psychological journal. Vol. 5. Issue 6. 2019. P. 161-173.
4. Казачінер О.С. Бойчук Ю.Б. Галій А.І. Спільні риси та розбіжності між психокорекційною та психотерапевтичною казкою: практика казкотерапії. Журнал "Перспективи та інноваційні науки. 2023. Випуск 1(19). С. 176-189.
5. Одінцова А.М. Психологічний потенціал казки як методу розвитку життєвої ролі. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. Випуск 1. Т. 1. Херсон, 2014. С. 69-73.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

ЦІННІСНІ ОРІЄНТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В ТРАНСФОРМАЦІЙНИХ УМОВАХ СОЦІУМУ.

У статті вивчається вплив трансформаційних умов соціуму на ціннісні орієнтації особистості. Теоретично та емпірично досліджується змістові характеристики ціннісних орієнтацій жінок із родин військовослужбовців в умовах соціальних трансформацій, викликаних війною.

Ключові слова: ціннісні орієнтації, трансформаційні умови, резильєнтність.

The article studies the influence of transformational conditions of society on the value orientations of the individual. Theoretically and empirically, the content characteristics of the value orientations of women from families of military personnel in the conditions of social transformations caused by the war are investigated.

Keywords: value orientations, transformational conditions, resilience.

Сучасний світ характеризується стрімкими соціальними, економічними та політичними змінами, які суттєво впливають на формування ціннісних орієнтацій особистості. У трансформаційних умовах соціуму, коли традиційні норми та цінності зазнають переосмислення, а нові виклики, такі як глобалізація, технологічний прогрес, війни та соціальні кризи, змінюють суспільні структури, дослідження ціннісних орієнтацій набуває особливої актуальності. Цінності виступають основою для прийняття рішень, визначають поведінку людини та її взаємодію з іншими, формуючи як індивідуальну, так і колективну ідентичність. У період суспільних трансформацій, коли стабільність поступається місцем невизначеності, розуміння того, як формуються, трансформуються чи зберігаються цінності, стає ключовим для прогнозування соціальних процесів і підтримки психологічного благополуччя людини.

У психологічному дослідженні ціннісні орієнтації розглядаються як комплексне явище, що перебуває на межі мотиваційної сфери та світоглядних структур свідомості. Вони є важливим психологічним конструктом, оскільки поведінка людини значною мірою залежить від її установок, цілей і переконань. Ціннісні орієнтації тісно пов'язані з потребами та мотивами, які формують інтереси індивіда. Потреби є основою для виникнення інтересів, тоді як ціннісні орієнтації визначають їхній зміст і спрямованість [1].

А. Петров вважає: «Ціннісні орієнтації є частиною внутрішнього світу особистості, яка водночас спрямовує і регулює її дії. Цінності – це ідеї,

ідеали, цілі, до яких прагне людина і суспільство. Цінністю для людини є все, що має для неї певне особистісне чи суспільне значення. Цінність – це уявлення про те, що є святим для людини, групи, суспільства в цілому» [2].

На думку О. Савенко, у сучасному розумінні ціннісні орієнтації являють собою насамперед вибір або відкидання певних смислів, які виступають організуючим принципом життя людини. Вони відображають готовність чи неготовність діяти відповідно до цих смислів, визначаючи напрям поведінки та життєвих виборів, тобто, ціннісні орієнтації формують загальну спрямованість інтересів і прагнень особистості, створюючи ієрархію її уподобань, зразків для наслідування та цільових установок [3].

Особливу увагу в контексті цього дослідження привертають ціннісні орієнтації жінок із родин військовослужбовців. Дана група перебуває в унікальних умовах, адже їхнє життя часто ускладнене не лише загальними соціальними трансформаціями, а й специфічними викликами, пов'язаними з війною. Постійна тривога за близьких, які перебувають у зоні бойових дій, необхідність адаптації до нових соціальних ролей, економічні труднощі та психологічний тиск формують особливий контекст, у якому цінності цих жінок можуть зазнавати значних змін. Дослідження ціннісних орієнтацій цієї групи дозволяє не лише зрозуміти, як війна впливає на їхню свідомість, але й розробити ефективні стратегії психологічної підтримки, спрямовані на підвищення резилієнтності та адаптації до стресових умов.

Емпіричне дослідження на вибірці з 62 жінок показало, що ціннісні орієнтації жінок із родин військовослужбовців характеризуються домінуванням цінності безпеки, що відображає потребу в стабільності в умовах війни. Високі показники стимуляції, досягнення та доброзичливості свідчать про прагнення до активної адаптації та підтримки соціальних зв'язків. Проте більшість цінностей, таких як активне життя, свобода і творчість, є важкодоступними, що вказує на ціннісні конфлікти. Резилієнтність переважно низька, а психологічне благополуччя обмежене за шкалами самоприйняття і управління середовищем. Спрямованість на себе є домінуючою, що відображає фокус на особистих потребах.

Ціннісні орієнтації жінок із родин військовослужбовців є динамічною системою, яка відображає їхню адаптацію до війни. Низька доступність цінностей і обмежене психологічне благополуччя вказують на потребу в цілеспрямованій підтримці, а програма рефлексії є ефективним інструментом для підвищення резилієнтності та гармонізації ціннісної сфери. Дослідження цього питання може слугувати основою для розробки соціальних програм, спрямованих на підтримку вразливих груп населення, зокрема жінок із родин військовослужбовців, які потребують особливої уваги через їхню унікальну ситуацію.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Самойленко Л. В. Ціннісні орієнтації в структурі особистості. Теоретичні та практичні аспекти розвитку науки та освіти (частина I): матеріали III Міжнародної науково-

- практичної конференції, Львів, 10–11 квітня 2021 р. Львів : Львівський науковий форум, 2021. С. 37–40.
2. Петров А. О. Ціннісні орієнтації особистості. Матеріали III Всеукраїнської науково-практичної конференції, Дніпро, ВВПЗ ДГУ, 30 листопада 2022 р. Дніпро, 2022. С. 99–102.
 3. Савенко О. Ціннісні орієнтації у сучасній науковій думці. Актуальні проблеми формування ціннісно-моральних орієнтацій студентів як детермінанта освітньої діяльності закладів фахової передвищої освіти: збірник матеріалів. 2022. Т. 2. С. 84–86.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Тьор Л.В.

УДК: 159.942:316.4

Ференц Д.В.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ

Стаття присвячена аналізу психологічних особливостей саморегуляції емоційного стану особистості в умовах соціальних трансформацій. На основі емпіричного дослідження визначено ключові аспекти саморегуляції, їх зв'язок із психічним здоров'ям та інтернальністю, а також розроблено рекомендації для підвищення адаптивності.

Ключові слова: саморегуляція, емоційний стан, соціальні трансформації, психічне здоров'я, інтернальність.

The article is devoted to the analysis of the psychological features of self-regulation of the emotional state of the individual in the conditions of social transformations. Based on empirical research, key aspects of self-regulation, their connection with mental health and internality are identified, and recommendations for increasing adaptability are developed.

Keywords: self-regulation, emotional state, social transformations, mental health, internality.

Постановка проблеми. Соціальні трансформації, зокрема викликані воєнними подіями, економічною нестабільністю чи міграційними процесами, створюють значне психоемоційне навантаження, що впливає на здатність особистості ефективно регулювати свій емоційний стан. У таких умовах зростає потреба у формуванні адаптивних механізмів саморегуляції, які дозволяють зберігати психологічну стабільність і благополуччя. Проблема полягає у недостатньому розумінні того, як саме соціальні зміни впливають на емоційну саморегуляцію, які психологічні ресурси сприяють

адаптації та як можна посилити ці механізми для підтримки населення в кризових умовах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання саморегуляції емоційного стану активно досліджується в сучасній психології. І. Євченко [4] визначає емоції як психічні стани, що відображають ставлення людини до себе та світу. О. Фірстова [8] підкреслює, що емоційний стан – це сукупність емоційних характеристик, що визначають самопочуття людини в певний момент. Ю. Александров [1] акцентує на зовнішніх (вираз обличчя, жести) та внутрішніх (суб'єктивні переживання) аспектах емоційних станів, що формують основу саморегуляції. С. Белякова та І. Злотнікова [3] класифікують емоційні стани на збуджуючі, пригнічуючі та гармонізуючі, зазначаючи їхній вплив на поведінку та фізіологічні реакції.

А. Руденок [7] розглядає саморегуляцію як цілісний процес, що включає рефлексію та моделювання реальності. О. Яцина [9] виділяє операційно-технічний та мотиваційний рівні саморегуляції, які забезпечують ефективне управління діяльністю. Л. Березовська та М. Бекар [2] підкреслюють вплив внутрішніх (темперамент) і зовнішніх (досвід, середовище) факторів на саморегуляцію. О. Паламарчук і Ю. Короцінська [6] наголошують на ролі переживань, уваги, пам'яті, досвіду та самооцінки в психоемоційній саморегуляції. Н. Мангер [5] визначає саморегуляцію як комплекс процесів, що включають прогнозування, контроль емоцій, планування та баланс між бажаннями й соціальними нормами.

Вказані дослідження створюють теоретичну основу для аналізу саморегуляції, але потребують емпіричного підтвердження в контексті соціальних трансформацій.

Формулювання цілей статті. Метою статті є дослідження психологічних особливостей саморегуляції емоційного стану особистості в умовах соціальних трансформацій, зокрема воєнного контексту. Завдання включають: визначення рівня саморегуляції, психічного здоров'я та інтернальності; аналіз кореляційних зв'язків між цими параметрами; порівняння груп із різним досвідом соціальних змін (ВПО та осіб без переміщення); розробка рекомендацій для підвищення емоційної саморегуляції.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження проводилося на вибірці з 50 осіб віком 20-39 років (38 жінок, 12 чоловіків). Використано методики: «Стиль саморегуляції поведінки» (В. Моросанова), «Діагностика сформованості емоційної саморегуляції» (С. Поліщук), «Стабільність психічного здоров'я – коротка форма» (Е. Носенко, А. Четверик-Бурчак) та методика рівня суб'єктивного контролю (Дж. Роттер). Дані оброблялися за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона та t-критерію Ст'юдента.

Результати показали, що 54% учасників мають високий рівень саморегуляції, що відображає розвинену здатність до свідомого контролю поведінки. За шкалами саморегуляції (планування, моделювання,

програмування, оцінювання результатів, гнучкість, самостійність) переважають помірні (34-38%) та високі (24-38%) показники, за винятком програмування, де 38% учасників мають низький рівень, що вказує на труднощі у створенні стратегій дій в умовах нестабільності.

Емоційна саморегуляція була низькою у 16% учасників, які демонструють хаотичну поведінку та залежність від зовнішньої підтримки. Середній рівень (32%) характеризується періодичною потребою в комфорті, а рівень вище середнього (24%) та високий (28%) вказують на розвинену здатність створювати комфортні умови та контролювати емоції. Психічне здоров'я досягло рівня процвітання у 40% учасників, помірному рівню – у 34%, а пригнічення – у 26%. Інтернальність була високою у 94% учасників, особливо в сімейних відносинах (96%) та досягненнях (90%).

Кореляційний аналіз виявив помірний позитивний зв'язок між стабільністю психічного здоров'я та моделюванням ($r=0,363$, $p<0,01$) і емоційною саморегуляцією ($r=0,381$, $p<0,01$), а також слабкий негативний зв'язок із гнучкістю ($r=-0,325$, $p<0,05$). Інтернальність у сімейних відносинах корелювала з гнучкістю ($r=0,488$, $p<0,001$) та прогнозуванням ($r=0,374$, $p<0,01$).

Порівняльний аналіз показав, що соціальні трансформації, пов'язані з війною, не створюють значущих відмінностей у саморегуляції емоційного стану між ВПО та особами без переміщення. Обидві групи демонструють порівняльний рівень психологічної стійкості, що підкреслює універсальність адаптивних механізмів у кризових умовах. Високий рівень інтернальності (94% учасників) та значна частка осіб із високою саморегуляцією (54%) і станом психічного процвітання (40%) вказують на потужний адаптаційний потенціал вибірки. Отримані результати можуть бути основою для розробки універсальних психологічних програм підтримки, які будуть ефективними незалежно від статусу переміщення.

Відсутність значущих відмінностей у рівнях саморегуляції, емоційної саморегуляції, психічного здоров'я та інтернальності між групами внутрішньо переміщених осіб (ВПО) та осіб, які залишилися на місці проживання, є важливим результатом, що потребує детального аналізу. Всупереч очікуванням, що ВПО, які зазнали значного стресу через втрату звичного середовища, соціальних зв'язків, роботи чи житла, матимуть нижчі показники психологічної адаптивності, обидві групи демонструють порівняльний рівень адаптивних механізмів.

Отримана схожість може пояснюватися універсальним впливом воєнного контексту, який створює спільний психоемоційний фон для всіх учасників, незалежно від їхнього статусу переміщення. Особи, які залишилися на місці проживання, також відчувають психологічний тиск через загрози безпеці, економічну нестабільність і обмеження соціальних контактів, що зрівнює їхнє емоційне навантаження з ВПО. Водночас переміщення, попри свою травматичність, може стимулювати розвиток адаптивних стратегій у ВПО. Активний пошук нових способів організації

життя, такі як облаштування нового житла чи встановлення соціальних зв'язків, сприяє формуванню гнучкості, моделювання умов і емоційного контролю, зміцнюючи навички саморегуляції.

Отже, порівняння груп ВПО та осіб без переміщення за t-критерієм Ст'юдента не виявило значущих відмінностей у саморегуляції ($t=0,22213$), емоційній саморегуляції ($t=0,3281$) та психічному здоров'ї ($t=0,31811$), що свідчить про універсальність психологічних механізмів у воєнному контексті.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Дослідження показало, що більшість учасників мають високий рівень саморегуляції та інтернальності, що сприяє адаптації до соціальних трансформацій. Позитивні кореляції між психічним здоров'ям, моделюванням та емоційною саморегуляцією підкреслюють їхню роль у забезпеченні стабільності. Відсутність відмінностей між ВПО та особами без переміщення вказує на універсальність адаптивних механізмів. Рекомендації включають тренінги з розвитку гнучкості, практики усвідомленості та групові програми для зміцнення соціальних зв'язків.

Перспективи подальших досліджень охоплюють розширення вибірки, аналіз впливу окремих компонентів саморегуляції та застосування якісних методів для вивчення суб'єктивного досвіду.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Александров Ю. В. Теоретичні аспекти дослідження гендерних особливостей емоційних станів в юнацькому віці. *Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки фахівців в умовах сучасного освітнього простору: матер. V наук.-практ. інтернет-конф.* (Харків, 26 квіт. 2019). Харків: ХДАФК, 2019. С.5-9.
2. Березовська Л., Бекар М. Саморегуляція та міжособистісні стосунки в молоді: емпіричний ракурс. *Вісник Національного університету оборони України*. №5 (75). 2023. С. 12-19.
3. Белякова С. М., Злотнікова І. Г. Особливості емоційних переживань жінок середнього дорослого віку. *Перспективи та інновації науки. Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»*. 2022. №9(14). С. 504-516.
4. Євченко І. М. Емоційний стан українців під час російсько-української війни. *Психологічні виміри особистісної взаємодії суб'єктів освітнього простору в контексті гуманістичної парадигми : збірник тез V Міжнародної науково-практичної конференції* (Київ, 22 квітня 2022 р.). Київ, 2022. С. 45-49.
5. Мангер Н. Концепція індивідуального стилю саморегуляції як засобу підвищення соціально-психологічної адаптації. *Матеріали XXII Міжнародної науково-практичної конференції. «Політ. Сучасні проблеми науки». Секція: Управління та адміністрування в авіаційній галузі.* (м. Київ, 13 трав. 2022 р.). 2022. С. 54-57.
6. Паламарчук О. М., Короцінська Ю. А. Технології розвитку емоційної саморегуляції в осіб юнацького віку. *Scientific Bulletin of Mukachevo State University. Series «Pedagogy and Psychology»*, Vol. 6, № 1. 2020. С. 176-187.
7. Руденок А. І., Антонова З. О., Петяк О. В. Особливості саморегуляції студентів під час дистанційного навчання. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. Том 33 (72). № 2. 2022. С. 166-171.

8. Фірстова О. Емоційні стани особистості: теоретичне дослідження феномену. *Psychology Travelogs*. №2. 2023. С. 41-50.
9. Яцина О. В. Емоційна саморегуляція: огляд проблеми в досвіді переживання пандемії COVID-19. *Професійні компетентності фахівців фізичної терапії та ерготерапії: інноваційні підходи: матеріали II науково-практична конференція з міжнародною участю* (м. Ужгород 21 – 22 жовтня 2021 р.). Ужгород: ДВНЗ «УжНУ», 2021. С.105-107.

Науковий керівник докторка психологічних наук, професорка
Коллі-Шамне А.В.

УДК 159.944.4:159.955

Чарнецька М.Г.

ПРОГРАМА КОРЕКЦІЇ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ЗАСОБАМИ МЕТАФОРИ

У статті подано механізм формування стресостійкості як важливої складової для виживання особистості та необхідності адаптації до умов перебування в постійному стрес-факторі сучасного суспільства; наведено приклади вправ та технік, які доцільно використовувати як при індивідуальних консультаціях, так і при груповій терапії.

Ключові слова: стресостійкість, метафора, терапія.

The article presents the mechanism of stress resistance formation as an important component for personal survival and the need to adapt to the conditions of living in the constant stress factor of modern society; examples of exercises and techniques are given that are useful for both individual consultations and group therapy.

Keywords: stress resistance, metaphor, therapy.

Формування стресостійкості є необхідним фактором, що впливає на психологічне та фізичне здоров'я особистості. У сучасних умовах люди щоденно стикаються з потужними стресовими навантаженнями, що негативно позначаються на повсякденній діяльності та загальному самопочутті. Застосування метафори як різновиду методів атр-терапії для корекції рівня стресостійкості може стати ефективним підходом, який допоможе населенню розвинути навички емоційної саморегуляції та знизити рівень тривожності.

Стрес вже є невід'ємна складова частина життя сучасної людини. Що, з одного боку, є своєрідним лакмусовим папірцем особистісного розвитку і зростання, з другого – фактором розвитку дезадаптивних станів, фізичних, поведінкових, психологічних розладів.

При стресові відбувається система фізіологічних та психологічних реакцій організму у відповідь на дію неспецифічного подразника, тобто стресора, і це відповідь організму на реальну чи уявну загрозу, що сприяє формуванню адаптаційних реакцій [4].

Всесвітня організація охорони здоров'я стрес визначає як відчуття перенапруження через життєві проблеми та загрози.

Слід відзначити, що помірний стрес сприяє особистісному зростанню, не є шкідливим для людини, розвиває адаптаційні можливості. Навпаки сильний стрес (дистрес) може бути руйнівним для психіки та організму людини, більш того, призводить до виснаження, зниження продуктивності діяльності, емоційної нестабільності, формуванню шкідливих звичок [3].

В умовах сьогодення, на жаль, повністю уникнути впливу негативних стресових чинників, ми не можемо, однак, можемо розвинути і сформувати в собі якість, яка дозволить переносити стресові події та ситуації більш легко та допоможе мінімізувати руйнівні наслідки дистресу. І ми маємо на увазі стресостійкість. Це інтегративна властивість особистості, що забезпечує необхідну здатність до соціальної адаптації, успішної самореалізації, збереження значимих міжособистісних стосунків, досягнення важливих цілей, збереження здоров'я та працездатності. Стресостійкість розглядаємо як здатність людини адекватно переносити досить напружену чи нестандартну ситуацію.

Рівень стресостійкості особистості є нестійкою характеристикою, яка залежатиме від індивідуальних особливостей людини, від потужності стресору, від особливостей стресової ситуації, від можливості зберегти власну систему цінностей, фізичну та психічну цілісність та гідність [5].

Саме стресостійкість є набутою якістю, яку не тільки можна, а й потрібно розвивати. Чинники, що допоможуть розвинути стресостійкість, яких потрібно дотримуватись: забезпечувати задоволення базових потреб та турбота про фізичний стан, це і повноцінний сон, і фізична активність, і збалансоване харчування; відслідковувати та розуміти власні стресори, знаючи, що саме може спровокувати та викликати потужну стресову реакцію, це вірогідність уникнення або мінімізації контакту зі стресорами; знати та вміти застосовувати методи саморегуляції при гострому стресі, це дихання, заземлення; напрацьовувати найбільш ефективні способи поведінки саме в стресових ситуаціях; намагатися мислити позитивно; усвідомлювати та проговорювати власні емоції та стани, що є корисною навичкою, яка дозволить уникати емоційного перенапруження та уникати домінування емоцій негативних; приймати ситуацію у випадку, коли немає можливості вплинути на неї, спробувати вийти за межі ситуації та подивитися на неї збоку; зберігати та реалізовувати власні цінності та дотримуватися своїх сталих життєвих принципів; приймати підтримку соціальну, у разі необхідності, треба звертатись за допомогою; займатися суспільно та соціально корисною роботою, при цьому, отримувати задоволення від процесу та і від результату [1].

Резильєнтність є схожим терміном зі стресостійкістю. Термін запозичений з науки фізика, що означає здатність твердих тіл відновлювати свою форму після механічного тиску. Майже «пружність». У «психологічному» трактуванні термін резильєнтність означає збереження стабільного рівня психологічної а також фізичної діяльності в несприятливих ситуаціях та відсутність стійких порушень та адаптацію до несприятливих змін.

Виникає припущення, що власну резильєнтність можна сформувати та навіть підсилити. Використовуючи такі засоби: створюючи ефективні зв'язки; уникаючи схильності всі кризи сприймати як непереборні проблеми; приймаючи те, що всі зміни є природною та закономірною частиною життя; маючи чітко окреслені власні реалістичні цілі і рухаючись до них щодня; ухвалюючи рішення, які допоможуть стати сильнішими, піклуючись максимально про себе[6].

Над розвитком стресостійкості та резильєнтності рекомендується працювати як самостійно, так і індивідуально з психологом або у груповому форматі.

Наведемо декілька технік та вправ, якими можна користуватися для розвитку та посилення власної стресостійкості.

Зменшення рівня стресу та подолання його впливу та наслідків можливе за допомогою усвідомленого використання психологічних захисних механізмів, розвитку адаптивних технік та роботи над емоційною регуляцією. Застосування таких рекомендацій дозволить знизити рівень стресу та підвищить психологічне благополуччя особистості.

У роботі зі стресовими станами ефективною є арт-терапія. Саме завдяки її екологічності вона підходить для застосування дітям, підліткам, дорослим, людям різної статі. Саме метафора дозволяє доторкнутись до самих потаємних місць підсвідомості. Арт-терапевтичні заняття – це малюнок, танець, спів, ліплення, застосування музики, піску, прослуховування легенд та створення історій героя та казок. Саме арт-терапія дозволяє людині допомогти відчувати емоції, стан, допомагає ці емоції проявити та висловити, і в цьому процесі людина може для себе самостійно обрати засіб самозцілення [2].

Відповідно до отриманих результатів дослідження важливим є розробка тренінгових занять, спрямованих на використання механізмів для зменшення стресу.

Тривалість тренінгової програми 10-12 занять по 1,5-2 години, формат – груповий тренінг, оптимальна кількість учасників 8-12 осіб, цільова аудиторія – особи з підвищеним рівнем тривоги.

При проведенні індивідуальних чи групових занять необхідно встановити довірливу атмосферу психолог-клієнт та безпечне середовище між учасниками групи, проговорити правила групи. Організований таким чином простір дасть можливість зняти напруження та розкриватись, вивільнятись та зцілюватись. Саме групові заняття дають більший

лікувальний ефект, оскільки клієнт отримує і відчуває підтримку та розуміння від більшої кількості людей. Прояв емпатії між учасниками групи дає зцілюючий вплив в обидві сторони. Важливо про кожний наступний вид діяльності інформувати та пояснювати, що зараз відбуватиметься.

Атр-терапевтична сесія має структуру: налаштування, підготовка до самої творчості; актуалізація відчуттів станом на зараз; робота творчої діяльності; комунікація та її активізація – пояснити чи розповісти про малюнок, фігуру, образ; рефлексія та аналіз. На завершення слід підкреслити успіх від виконаної саме сьогодні роботи.

Перелік занять запропонованої психокорекційної програми:

- Тренінг-знайомство «Пошук ресурсного стану».
- Діагностичне заняття – опитув-к У.Д. Спілберга, Ю.Л. Ханіна.
- Дихальні техніки: «Квадрат», «Долонька», «Квітка-Свічка».
- Техніки заземлення. Такі техніки входять до переліку технік першої психологічної допомоги, вони добре працюють у стані гострого стресу, допомагаючи переключитися з емоційних процесів до раціональних.
- Техніка «Усвідомлене ходіння»
- Техніка заземлення «Сила землі»
- Техніка сенсорної активації 5-4-3-2-1
- Візуалізація «Я і стрес» МАК
- Техніка «Каракулі та метаморфози»
- Техніка «Драбинка емоцій»
- Техніка «Мої ролі»
- Вправа «Безпечне місце»
- Вправа «Шлях героя»

Дихання як фізіологічний процес забезпечується саме роботою нервових центрів та пов'язане з активацією окремих частин вегетативної нервової системи. Регулюючи фази вдиху чи видиху можна регулювати активність власної вегетативної нервової системи. Наприклад, заспокійливе – глибоке з подовженим видихом – дихання можна використовувати для зниження надмірного збудження і нервової напруги, наприклад при спалаху люті та агресії; зняття негативних психоемоційних наслідків життєвих ситуацій, розслаблення перед сном, для покращення процесу засинання.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Вельбрехт О.О., Тавровецька Н.І. Шкала сприйняття стресу (PSS-10): адапт. та апробація в умовах війни. Пробл. сучасної психології. №3(25). 2022. С.16-27.
2. Доровська І.О. Арт-терапія як засіб розвитку стресостійкості у студентської молоді. Київ: ПВНЗ «Європейський університет», 2024. 93с.
3. Пилипака Ю.І., Романюк В.Л. Стрес як загальний адаптаційний синдром та пс.здоров'я особистості. Психологія: реальність і перспективи. 2016. Вип. 6. С. 177-178.
4. Молчанова О.М. Арт-терапія в роботі психолога: інноваційні підходи: збірник матеріалів Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції, м. Кропивницький, 20–27 квітня 2021 року. КЗ «КОІППО імені Василя Сухомлинського», 2021. 150 с.

5. Позднякова І.С. Арт-терапевтичні можливості видів мистецтва. Наукові праці. Вип. 95. Том 108. С. 36 – 42.
6. Опанасенко Л.А. Психодіагностика психічних розладів та їх реабілітація. Миколаїв: Ліон, 2018. 153 с.

Інформаційні ресурси:

1. <http://psyfactor.org/lybr.htm>
2. <http://psylib.kiev.ua/>

Науковий керівник – кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

УДК 159.923.2-029:3:316.621-055.2

Чермошенцева Н.М.

**АКТУАЛЬНИЙ СТАН ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО
ПОРТРЕТУ ГРОМАДСЬКОЇ АКТИВІСТКИ
В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

У статті увагу приділено аналізу стану дослідження громадянськості як однієї з базових складових психологічного портрету активістки. Громадянськість розглядається як сукупності характеристик соціокультурного середовища, історичної ситуації та індивідуально-психологічних особливостей. Основну увагу приділено роботам, опублікованим під час воєнного стану.

Ключові слова: громадянськість, активізм, ціннісні орієнтири.

The article is devoted to the analysis of the state of research on citizenship as one of the main components of the psychological portrait of an activist. Citizenship is considered as a set of characteristics of the sociocultural environment, historical situation, and individual psychological traits. The main focus is on works published during martial law.

Keywords: civic engagement, activism, values

Постановка проблеми. Громадянське суспільство стало тією силою, на початку повномасштабного вторгнення російської федерації в Україну, яка дала можливість витримати перший період гуманітарної кризи, у той час коли державні інституції та міжнародні організації перебудовували свою діяльність. Тож, жіночі організації, активістки, як й інші громадські організації, ініціативні групи, волонтери й волонтерки, використовуючи власні ресурси, навички, здійснювали гуманітарне реагування та підтримку війську. Після трьох з половиною років від початку широкомасштабної війни громадські організації та ініціативні групи продовжують свою діяльність в умовах системних бойових дій, обстрілів, ракетних ударів по

цивільно-промисловій інфраструктурі, перебоїв з електропостачанням тощо. Рівень довіри суспільства до громадських організацій залишається високим (ОГС – 60,5%; волонтерські організації – 80%) [1]. Отже, важливо зрозуміти, які складові громадянськості та що підтримує її такий високий рівень. Адже громадянська активність є одним з факторів виживання та розвитку нашої Держави.

Вивчення проблеми громадянської активності сягає ще XVII ст., робіт Джона Лока, Жана-Жака Руссо та є предметом зацікавленості протягом всього історичного періоду. Утім, незважаючи на те, що громадянська активність достатньо обговорюється науковцями, загальноприйнятого її визначення немає.

Формулювання цілей статті. Метою статті є аналіз стану дослідження такої складової психологічного портрету активісток, як громадянськість, громадських активізм.

Виклад основного матеріалу. Існує декілька підходів до визначення громадянської активності: філософський, історичний, соціальний, політико-правовий та психологічний. У психологічному словнику поняття «активність» є ширшим, ніж поняття «діяльність». Активність визначається як загальна характеристика живих істот, їх власна динаміка як джерело перетворення, зміни чи підтримки ними життєво значущих зв'язків з оточуючим світом. Активність характеризує, в більшій мірі, обумовленість зроблених дій специфікою внутрішніх станів суб'єкта безпосередньо в момент діяльності, довільність, надситуативність, значна стійкість діяльності по відношенню до поставленої мети [2].

У рамках психологічного підходу Т. Саврасова-В'юн виділяє такі підходи як: діяльнісний, особистісно-орієнтований та аксіологічний. На думку авторки, громадянська активність – це якість особистості, яка складається та розвивається на основі власних внутрішніх особистісних характеристик, враховуючи норми, вимоги суспільства та держави, спрямовує людину на ефективне здійснення громадянської діяльності. Громадянська активність обумовлена чинниками особистісного, соціального, історичного характеру, враховуючи ритм соціального життя певного, конкретного суспільства. Все це набуває важливого значення у розумінні реальних проявів активності та можливостях її утримання та розвитку [3].

Л. Снігур розглядає громадянськість як психологічне утворення – інтегративну психологічну якість. Саме вона визначає ставлення людини до своїх громадянських прав та обов'язків, підвищує саморегуляцію особистості та знаходить свій вияв у процесах самовдосконалення [4].

Особливо в умовах воєнного стану важливо зважати на розгляд громадянської активності людини як соціальний факт, розвиток якого залежить від сукупності характеристик: соціокультурне середовище, історична ситуація та індивідуально-психологічні особливості. Тобто громадянська активність є багатоконпонентним станом, який об'єднує

одночасно якості людини та її зв'язок з навколишньою дійсністю, створення сукупності відносин, в яких реалізуються особливі форми громадянської активності.

У цьому контексті важливим є аксіологічний підхід. У рамках цього підходу науковці основну увагу приділяють загальнолюдським, громадянським цінностям, які значною мірою визначають громадянську діяльність. Саме від цінностей, на думку таких дослідників, як М. Боришевський та Л. Корінна, залежить реальний стан громадянських відносин і перспективи подальшого розвитку громадянського суспільства та держави. Такий контекст дуже актуалізується під час таких екзистенційних та ціннісних викликів як війна.

Під час війни жінки проявляють себе у всіх ролях: військові, волонтерки, лідерки громад тощо. Відмічено високий рівень мобілізації жінок для надання гуманітарної допомоги. Уся ця діяльність виконується із додатковим навантаженням у зв'язку з виконанням гендерних ролей жінками, адже вони часто виконують свої обов'язки на додаток до догляду за своїми сім'ями, виконання своєї основної роботи та суспільних ролей.

За період лютий 2022 р.-серпень 2024 р. у відкритому доступі наявні декілька досліджень та аналітичних звітів, які тематично присвячені оцінці становища, діяльності та розвитку саме жіночих організацій та діяльності жінок активісток.

Наявні дослідження та матеріали зосереджують увагу на таких основних напрямках: виклики та проблеми з якими стикаються громадські організації, які очолюються жінками; аналіз їх інституційної спроможності, включаючи дії у відповідь на широкомасштабне вторгнення; аналіз цільових груп з якими працюють організації, які очолюють жінки в рамках гуманітарної діяльності; мережування та співпраця; потреби організацій, які очолюються жінками [5].

Утім, навіть серед тематичних досліджень не вистачає спеціалізації. У більшості випадків організації, які очолюються жінками та громадські активістки сприймаються як однорідна група. Виключенням є дослідження Л. Гуляєвої, що присвячене аналізу участі жінок з інвалідністю та матерів дітей з інвалідністю в ініціативах громадянського суспільства в умовах широкомасштабної війни в Україні, їх мотивації, викликів та бар'єрів [6].

У тематичних дослідженнях недостатньо приділено уваги причинам які можуть або вже заважають жінкам активісткам брати участь у громадській діяльності. Більшість факторів, що обмежують участь громадських активісток в ініціативах громадянського суспільства, пов'язані з високим фізичним та психічним навантаженням жінок, емоційним вигоранням та виснаженням, а також потребою у відпочинку. Але дана сфера потребує додаткових досліджень.

Тематичних досліджень присвячених потребам та викликам жіночих організацій недостатньо, особливо за 2024-2025 рр. Хоча вони залишаються актуальними, зважаючи на зміну контексту та тривалості війни. Також

відсутні дослідження щодо стану та потреб індивідуальних жінок активісток та неформалізованих ініціатив, які очолюються жінками. Недостатньо приділено уваги причинам, які можуть або вже заважають жінкам активісткам брати участь у громадській діяльності або взагалі призупиняють таку діяльність.

Дослідження загальні по становищу громадянського суспільства не виділяють окремо увагу висвітленню досвіду організацій, які очолюються жінками. Це не дає можливість використовувати їх як основу для роботи в психологічній площині. До того ж у таких загальних дослідженнях розвитку організацій громадянського суспільства жінки окремо виділяються серед отримувачок допомоги (об'єктний підхід), але не виділяються як активні акторки сектору (суб'єктний підхід).

Висновки та перспективи. Наразі не існує окремого дослідження, присвяченого вивченню психологічного досвіду проживання війни громадськими активістками та загалом визначення їх психологічного стану та психологічного портрету в умовах війни. Стосовно жінок з високим рівнем громадянськості є важливим розуміння індивідуальних перспектив їх розвитку та можливих бар'єрів та викликів, які можуть знижувати рівень такої активності. Дані дослідження є важливими та необхідними зокрема й для розвитку нашої Держави в умовах воєнного стану.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Оцінка ситуації в країні, довіра до соціальних інститутів, політиків, посадовців та громадських діячів, ставлення до виборів під час війни, віра в перемогу (лютий–березень 2025р.). Розумков Центр: вебсайт. URL: <https://razumkov.org.ua/napriamky/sotsiologichni-doslidzhennia/otsinka-sytuatsii-v-kraini-dovira-do-sotsialnykh-instytutiv-politykiv-posadovtsiv-ta-gromadskykh-diiachiv-stavlennia-do-vyboriv-pid-chas-viiny-vira-v-peremogu-liutyiberezen-2025r> (дата звернення: 25.09.2025)
2. Психологічний словник /Авт.-уклад. В. В. Синявський, О. П. Сергєєнкова / За ред. Н. А. Побірченко. Київ : Науковий світ, 2007. 27 с.
3. Саврасова-В'юн Т. О. Психологічні характеристики чинників розвитку громадянської активності старшокласників / Т. О. Саврасова-В'юн // Вісник післядипломної освіти. 2011. № 3. С. 452-457. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vpo_2011_3_75 (дата звернення: 25.09.2025)
4. Снігур Л. Психологія становлення громадянської особистості: автореф. дис. ... докт. психол. наук. Київ : Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України, 2005. 32 с.
5. The Role of Ukrainian Women-led Organisations in Humanitarian Action in Ukraine and Poland in 2022-2024 / Chermoshentseva Natalia, Zaviyska Maryana, Benjamin Cope others. URL: <https://openspace.works/portfolio/wlo-study> (дата звернення: 25.09.2025)
6. Гуляєва Л. Дослідження про участь жінок з інвалідністю та матерів дітей з інвалідністю в ініціативах громадянського суспільства в умовах широкомасштабної війни в Україні URL: <https://home.ednannia.ua/analytics/data-catalog/288> (дата звернення: 25.09.2025).

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

ЧИННИКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ: РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Психологічне благополуччя є важливою складовою загального здоров'я людини, що безпосередньо впливає на її адаптаційні можливості, продуктивність та якість життя. Вивчення факторів, які сприяють покращенню психологічного стану особистості, дозволяє не лише глибше зрозуміти умови, що підтримують її внутрішню гармонію, але й сприяти формуванню практичних стратегій збереження і розвитку цього стану. У сучасних умовах психологічне благополуччя особистості є однією з основних умов до подолання стресу та можливість жити повноцінно. Останнім часом питання позитивного психологічного функціонування особистості все більше приваблює увагу науковців, у психології з'явилося поняття «психологічне благополуччя». У 1969 році була опублікована книга Н. Бредбурна «Структура психологічного благополуччя», в якій було вперше застосовано це поняття. Треба зазначити, що з поняттям «психологічне благополуччя» відносять цілу низку споріднених понять: «психічне здоров'я», «якість життя» та «емоційний комфорт», ще такі, як «позитивний стиль життя» та «зріла особистість».

У статті представлено результати емпіричного дослідження, спрямованого на вивчення стратегій подолання стресу, рівня сприйнятого та травматичного стресу у дорослих респондентів. Використано стандартизовані психодіагностичні методики: Brief-COPE, PSS-10 та опитувальник травматичного стресу І. Котеньової. Отримані дані свідчать, що домінуючими у вибірці є адаптивні копінг-стратегії (активне подолання, планування, звернення по соціальну підтримку), тоді як дезадаптивні (заперечення, вживання психоактивних речовин) проявляються на низькому рівні. Водночас значна частина учасників має середній і високий рівень сприйнятого стресу, що поєднується з ознаками посттравматичного стресу, зокрема підвищеним збудженням та емоційною напруженістю. Результати підкреслюють необхідність комплексних програм психологічної підтримки та розвитку стресостійкості.

Ключові слова: психологічне благополуччя, стресостійкість, копінг-стратегії, сприйнятий стрес, травматичний стрес.

Psychological well-being is an important component of overall human health, directly affecting a person's ability to adapt, productivity, and quality of life. Studying the factors that contribute to improving a person's psychological state allows us not only to gain a deeper understanding of the conditions that support their inner harmony, but also to contribute to the formation of practical

strategies for maintaining and developing this state. In modern conditions, psychological well-being is one of the main conditions for overcoming stress and living a full life. Recently, the issue of positive psychological functioning has attracted increasing attention from scientists, and the concept of “psychological well-being” has appeared in psychology. In 1969, N. Bradburn's book “The Structure of Psychological Well-Being” was published, in which this concept was first applied. It should be noted that the concept of “psychological well-being” encompasses a number of related concepts: “mental health,” “quality of life,” and “emotional comfort,” as well as “positive lifestyle” and “mature personality.” The article presents the results of an empirical study aimed at investigating coping strategies, perceived stress, and traumatic stress among adult respondents. Standardized psychodiagnostic tools were used: Brief-COPE, PSS-10, and I. Koteniova's Traumatic Stress Questionnaire. The findings indicate that adaptive coping strategies (active coping, planning, seeking social support) dominate in the sample, while maladaptive strategies (denial, substance use) are at a low level. At the same time, a significant proportion of participants demonstrate medium and high levels of perceived stress combined with symptoms of post-traumatic stress, particularly hyperarousal and emotional tension. The results highlight the need for comprehensive psychological support programs and resilience development.

Keywords: *psychological well-being, resilience, coping strategies, perceived stress, traumatic stress.*

Сучасні умови життя, позначені соціальною нестабільністю та воєнними викликами, значно підвищують рівень стресового навантаження на особистість. Це актуалізує питання дослідження психологічного благополуччя, яке безпосередньо залежить від стресостійкості, а також від того, які саме стратегії копіngu застосовує людина [1]. Високий рівень адаптивних копінг-стратегій забезпечує емоційну рівновагу та продуктивну поведінку, тоді як дезадаптивні реакції спричиняють ризик психоемоційного виснаження.

Наукові джерела (Т. Яблонська, О. Верник, Г. Гайворонський; О. Вельдбрехт, Н. Тавровецька; І. Котеньова) підтверджують, що адекватний вибір стратегій подолання стресу та рівень суб'єктивного його сприйняття безпосередньо впливають на збереження внутрішньої рівноваги. Зокрема, застосування активного подолання та планування вважається індикаторами психологічної стійкості, тоді як уникання проблем чи заперечення їхньої наявності пов'язане з ризиком формування посттравматичних симптомів [2-4, 10].

Метою проведеного емпіричного дослідження стало вивчення копінг-стратегій, рівня сприйнятого стресу та проявів травматичного стресу серед дорослих респондентів. У дослідженні взяли участь 60 осіб віком від 18 до 62 років (М = 36). Учасники заповнювали опитувальники в онлайн-форматі, участь була добровільною та анонімною.

Для діагностики було використано:

- **Brief-COPE** (українська адаптація Т. Яблонської та ін., 2023) – для визначення стратегій подолання стресу;
- **PSS-10** (українська адаптація О. Вельдбрехт, Н. Тавровецької) – для оцінки рівня суб'єктивного стресу;
- **Опитувальник травматичного стресу І. Котеньової** – для виявлення симптомів посттравматичних реакцій.

За результатами Brief-COPE встановлено, що найбільш вираженими стратегіями є **активне подолання** ($M = 2,9$; $\sigma = 0,6$), **планування** ($M = 2,8$; $\sigma = 0,7$) та **звернення по соціальну підтримку** ($M = 2,7$; $\sigma = 0,5$). Це свідчить про орієнтацію більшості респондентів на конструктивні способи подолання труднощів і використання ресурсів соціального оточення. До стратегій середнього рівня належать **позитивна переоцінка** ($M = 2,6$), **уникнення** ($M = 2,0$) та **гумор** ($M = 2,1$). Найнижчі показники продемонстрували дезадаптивні стратегії – **заперечення** ($M = 1,8$) та **вживання психоактивних речовин** ($M = 1,4$).

Шкала **PSS-10** показала, що 16,7 % респондентів мають низький рівень стресу, 46,6 % – середній, а 36,7 % – високий. Це свідчить про значну психоемоційну напруженість у частини вибірки, яка може впливати на їхню ефективність і стан благополуччя [8, 9].

За опитувальником І. Котеньової середні значення становили: **нав'язливі спогади** – $M = 2,5$; **уникання** – $M = 2,2$; **підвищене збудження** – $M = 2,8$. Загальний індекс травматичного стресу дорівнює $M = 2,5$, що відповідає **середньо-високому рівню**. Це свідчить про наявність у респондентів симптомів посттравматичного стресу, які можуть негативно впливати на їхнє психологічне благополуччя.

Комплексний аналіз результатів дозволяє стверджувати, що респонденти загалом орієнтовані на адаптивні форми подолання стресу, проте високий рівень сприйнятого та травматичного стресу відображає недостатність внутрішніх і зовнішніх ресурсів. Це узгоджується з висновками сучасних дослідників (С. Забаровська, 2024; В. Шевчук, 2024), які зазначають, що поєднання конструктивних стратегій з високим рівнем емоційної напруженості вимагає впровадження цілеспрямованих програм психологічної підтримки [6, 7].

Таким чином, результати дослідження підтверджують необхідність розробки практичних заходів, спрямованих на розвиток стресостійкості та підвищення психологічного благополуччя, особливо в умовах воєнного стану та соціальної невизначеності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. АБРАМЮК О. О., ЛИПЕЦЬКА, А. С. Концептуальна структура феномену «суб'єктивне благополуччя» та особливості його вимірювання. Психологія: реальність і перспективи, 2018, 11: 10-17.

2. ВЕЛЬДБРЕХТ О. О.; ТАВРОВЕЦЬКА Н. І. Шкала сприйнятого стресу (PSS-10): адаптація та апробація в умовах війни. Проблеми сучасної психології, 2022, 2.25: 16-27.
3. ВОЛИНЕЦЬ Н. В. Структурні, рівневі та типологічні моделі психологічного благополуччя особистості. Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: Психологічні науки, 2017, 3: 21–42-21–42.
4. ВОТЕРМЕН А., et al. Щастя, задоволення життям, психологічне благополуччя: співвідношення понять. Редакційна колегія, 2017, 160.
5. ДУМЕНКО Марія Вікторівна. Стресостійкість як складова психологічного благополуччя особистості.
6. ЗАБАРОВСЬКА С. М. Психологічне благополуччя та якість життя українців в умовах повномасштабної війни. Психологія та соціальна робота, 2024, 1: 111-120.
7. ШЕВЧУК В. В. Еволюція наукових поглядів на поняття «психологічне благополуччя». 2024.
8. MADDI S. ВПЛИВ ПЕРІОДУ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ НА ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ THE IMPACT OF A PERIOD OF UNCERTAINTY ON THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF A PERSON.
9. PARTYKO T. Вікові зміни психологічного благополуччя у середній та пізній дорослості. Психологія і особистість, 2016, 1.2: 83-96.
10. YABLONSKA Tetiana; VERNYK Oleksiy; HAIVORONSKYI Hlib. Українська адаптація опитувальника Brief-COPE. Insight: the psychological dimensions of society, 2023, 10: 66-89.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

УДК 159.923.2:314.151.3-058.833

Шлома О.С.

СПЕЦИФІКА ТРАНСФОРМАЦІЇ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ВНУТРІШНЬО-ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

У статті проаналізовано специфіку трансформації ціннісних орієнтацій внутрішньо-переміщених осіб (ВПО) в Україні в умовах повномасштабного збройного конфлікту після 2022 року. Досліджено динаміку змін від індивідуалістичних (самотійність, досягнення) до колективістських і захисних (безпека, доброта) цінностей як адаптивного механізму психосоціальної стійкості. Проаналізовано вплив соціальних факторів, таких як втрата дому та ізоляція, на основі теорії Ш. Шварца та емпіричних даних з вибірки ВПО з південних і східних регіонів. Виявлено гендерні, вікові та регіональні відмінності в цих трансформаціях, що підтверджує гетерогенність адаптаційних процесів. Запропоновано рекомендації для психосоціальних програм, спрямованих на інтеграцію та зниження стресу.

Ключові слова: трансформація цінностей, ВПО, психологічна адаптація, колективізм, безпека, стійкість

The article analyzes the specifics of the transformation of value orientations of internally displaced persons (IDPs) in Ukraine in the conditions of a full-scale armed conflict after 2022. The dynamics of changes from individualistic (independence, achievements) to collectivist and protective (security, kindness) values as an adaptive mechanism of psychosocial stability have been studied. The influence of social factors, such as loss of home and isolation, was analyzed based on the theory of Sh. Schwartz and empirical data from a sample of IDPs from the southern and eastern regions. Gender, age and regional differences in these transformations are revealed, which confirms the heterogeneity of adaptation processes. Recommendations for psychosocial programs aimed at integration and stress reduction are offered.

Key words: transformation of values, IDPs, psychological adaptation, collectivism, security, sustainability

Постановка проблеми. Внутрішньо-переміщені особи (далі – ВПО) в Україні, особливо після повномасштабного вторгнення 2022 року, зазнають значних психологічних і соціальних змін, серед яких трансформація ціннісних орієнтацій є ключовою. Цінності, як стійкі переконання щодо бажаних цілей і поведінки, визначають індивідуальну ідентичність і стратегії адаптації до нових умов [1]. У контексті вимушеної міграції, зумовленої війною, ціннісні орієнтації ВПО зазнають змін, переходячи від індивідуалістичних (наприклад, самотійність, досягнення) до колективістських і захисних (безпека, доброта), що сприяє їхній психосоціальній стійкості та інтеграції в нові громади [2]. Ця трансформація є відповіддю на втрату домівки, соціальних зв'язків і стабільності, що посилює психоемоційний стрес і потребу в переосмисленні життєвих пріоритетів [3].

Мета статті – дослідження є аналіз специфіки трансформації ціннісних орієнтацій ВПО, визначення ключових факторів, що впливають на ці зміни, та їхнього значення для адаптації. Дослідження спирається на теоретичні моделі Ш. Шварца, В. Франкла та емпіричні дані, отримані з українських контекстів, що дозволяє розкрити як універсальні, так і локальні аспекти цього процесу [4, 5].

Виклад основного матеріалу. Ціннісні орієнтації, за Ш. Шварцем, формують універсальну структуру, що включає десять базових типів (самотійність, безпека, доброта тощо), які групуються в чотири вищі категорії: відкритість до змін, збереження, самопосилення та самоперевершення [4]. У кризових умовах, таких як війна, цінності зазнають динамічних змін, що відображають конфлікт між протилежними мотиваційними типами, наприклад, між прагненням до автономії та потребою в безпеці [2]. В. Франкл наголошує, що в екстремальних

ситуаціях, подібних до війни, пошук сенсу стає основою психологічної стійкості, сприяючи переоцінці цінностей від матеріальних до духовних [5].

Для ВПО в Україні ці зміни зумовлені соціальними факторами, такими як руйнування інфраструктури (понад 10 000 будинків зруйновано) та масова міграція, що призводять до втрати соціального статусу й ізоляції [3]. Емпіричні дані вказують на зростання захисних цінностей (безпека) і просоціальних (доброта, універсалізм), що відображає адаптацію до нестабільності через солідарність і підтримку громади [6]. Наприклад, дослідження студентів-ВПО виявило «вакуум» у ціннісній сфері, спричинений невизначеністю, що стимулює перехід до самозалежності та колективізму [2].

Емпіричні дослідження, проведені в 2024–2025 роках, підтверджують трансформацію ціннісних орієнтацій ВПО. За Шкалою Шварца, у вибірках ВПО (переважно з південних і східних регіонів) спостерігається зростання безпеки (з 4,1 до 6,5) і доброти (з 4,6 до 5,9), тоді як самостійність знижується (з 5,8 до 3,2) [3]. Ці зрушення відображають перехід від індивідуалістичних до колективістських пріоритетів, що допомагає ВПО адаптуватися до нових умов через соціальну підтримку.

Гендер і вік впливають на інтенсивність змін: молоді жінки (21–35 років) демонструють сильніше зростання доброти (+1,5), зумовлене емоційною адаптацією через турботу, тоді як чоловіки старшого віку (40–65 років) акцентують на конформності та традиціях (+1,0) як опорі для збереження ідентичності [4]. Регіон походження також відіграє роль: ВПО з півдня та сходу посилюють традиції, тоді як з центральних регіонів — універсалізм, що відображає культурні відмінності [7]. Нарративний аналіз життєвих історій ВПО виявив типову структуру: «втрата–криза–відновлення», де евакуація виступає переломним моментом, а емоційний спектр еволюціонує від відчаю до стійкості через нові ролі, такі як волонтерство [5].

Трансформація цінностей ВПО має важливе значення для розробки психосоціальних програм. Посилення колективістських цінностей, таких як доброта та безпека, сприяє соціальній згуртованості, але може супроводжуватися «вакуумом» — тимчасовою дезорієнтацією, що вимагає підтримки через групову терапію, нарративні практики чи волонтерські ініціативи [6]. Для молодших жінок рекомендуються програми самореалізації через альтруїзм, для старших чоловіків — стабілізаційні групи, орієнтовані на традиції. Такі інтервенції можуть знизити тривожність на 20–30%, сприяючи інтеграції та зменшенню ризику вторинної травматизації [7].

Отже, трансформація ціннісних орієнтацій ВПО є адаптивним механізмом, що відображає перехід від індивідуалістичних до колективістських і захисних цінностей, зумовлений втратами та кризою. Емпіричні дані підтверджують зростання безпеки та доброти, з гендерними, віковими та регіональними відмінностями, що підкреслюють гетерогенність

адаптації. Ці зміни слугують ресурсом для психологічної стійкості, але потребують адресної підтримки через психосоціальні програми, які враховують специфіку груп, для забезпечення ефективної інтеграції та зниження стресу.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Society Transformed by War | National Institute for Strategic Studies. 2025. URL: <https://niss.gov.ua/en/publikacii/analitichni-dopovidi/society-transformed-war>
2. Changes in the national identity of Ukrainians during the war. 2025. URL: https://www.researchgate.net/publication/391471056_Changes_in_the_national_identity_of_Ukrainians_during_the_war
3. The Problematics of Value Orientations in the Discourse of Contemporary Ukraine. 2025. URL: https://www.researchgate.net/publication/390277871_The_Problematics_of_Value_Orientations_in_the_Discourse_of_Contemporary_UkraineAs_Problematicas_das_Orientacoes_de_Valor_no_Discurso_da_Ucrania_Contemporanea
4. Schwartz S. H. An overview of the Schwartz theory of basic values. Online Readings in Psychology and Culture. 2012. Vol. 2 (1). P. 1–20. URL: <https://scholarworks.gvsu.edu/orpc/vol2/iss1/11/>
5. Франкл В. «Людина в пошуках справжнього сенсу». 2016. 160 с.
6. Internal displacement and subjective well-being: The case of Ukraine. 2023. URL: https://www.cpc.ac.uk/docs/WP99_Internal_displacement_and_well-being_in_Ukraine.pdf
7. (Re)shaping politics: displaced people from Ukraine in Prague. 2024. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13621025.2024.2418612>

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Тьор Л.В.

УДК 159.944--022.258:616.891.6]:615.851

Яковенко О.В.

ПСИХОКОРЕКЦІЯ ТРИВОЖНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ЗАСОБАМИ ПСИХОТЕХНІК

У статті розглядається важливість психокорекції тривожності жінок засобами психотехнік. Розглянуто основні аспекти, зокрема особистісна тривожність, генералізований стресовий розлад та тривожність за опитувальником Тейлора в умовах хронічного стресу під час воєнного стану в Україні.

Ключові слова: тривожність, психокорекція, стрес, війна, жінки.

The article examines the importance of psychocorrection of women's anxiety using psychotechnics. The main aspects are considered, in particular,

personal anxiety, generalized stress disorder, and anxiety according to the Taylor questionnaire in conditions of chronic stress during martial law in Ukraine.

Keywords: anxiety, psychocorrection, stress, war, women.

У теперішньому суспільстві рівень тривожності у населення значно зріс через численні фактори, такі як економічні кризи, соціальна нестабільність, пандемія, війна, а також загальний темп життя. Хронічний стрес став звичайним явищем для багатьох людей, і його негативні наслідки позначаються на фізичному і психічному здоров'ї. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, тривожні розлади входять до числа найбільш поширених психічних захворювань, що вимагає термінового втручання.

Причини тривожності поділяються на соціальні (порушення у спілкуванні), психологічні (конфліктна самооцінка, внутрішні конфлікти) та психофізіологічні (особливості нервової системи). Виділяються зовнішні джерела тривожності (тривала стресова ситуація) та внутрішні (особистісні й фізіологічні чинники).

Тривожність проявляється у двох формах:

- мобілізуючого типу (активізація, підвищена енергія),
- демобілізуючого типу (апатія, безсилля).

Високий рівень особистісної тривожності негативно впливає на адаптацію, комунікацію, самооцінку, мотивацію, професійну діяльність та загальне психічне здоров'я, сприяючи розвитку передневротичних станів. Тривожність часто маскується під агресію, залежність, гіперактивність або соматичні симптоми.

Підвищена тривожність потребує психологічної корекції, оскільки вона впливає на розвиток особистості, рівень упевненості та міжособистісні стосунки [2].

Отже, в умовах сучасної реальності, що характеризується зростанням рівня тривожності серед населення внаслідок тривалих бойових дій, соціально-економічної нестабільності та загального стану невизначеності, питання психоемоційного стану людини набуває особливої важливості. Актуалізація використання психотехнік як одного з перспективних напрямів роботи з тривожністю відкриває нові можливості для формування стійкості, розвитку емоційної саморегуляції та зміцнення психологічного здоров'я людини. Це особливо важливо для українського суспільства, яке продовжує адаптуватися до умов війни та її наслідків.

Психотехніки дозволяють людині не лише знижувати рівень тривожності в конкретний момент, а й формувати стійкі стратегії подолання стресу, покращувати контакт із власними емоціями та тілом, знаходити внутрішні ресурси підтримки. Вони можуть бути як активними (тілесні, дихальні практики, арт-терапія, техніки візуалізації), так і рефлексивними (усвідомлення емоцій, ведення щоденника почуттів, робота з когнітивними установками). Психокорекція тривожності є критичним чинником для

зниження тривожності серед жінок у кризових умовах, зокрема для внутрішньо переміщених осіб.

Дослідження показали, що війна суттєво впливає на психічне здоров'я українців. Вона сприяє зростанню рівня тривожності, депресії та інших емоційних розладів. Постійні загрози для життя, втрати близьких, руйнування житла та економічні труднощі змінюють емоційний стан, когнітивні функції та соціальну взаємодію людей. Особливо вразливими є діти, жінки, літні люди та військові, які зазнають найбільших психічних травм [1].

Певний рівень тривожності нормальний і потрібний для адаптації до реальності, однак її високий рівень свідчить про порушення особистісного розвитку, спричиняє емоційну нестабільність і перешкоджає нормальній життєдіяльності.

Метою цієї статті є дослідити психологічні аспекти психокорекції та її вплив на стан тривожності жінок.

Психокорекція сприяє повноцінному функціонуванню й розвитку особистості через розв'язання її конкретних психологічних проблем, через вплив на окремі психологічні структури людини, виконуючи завдання не тільки зміни, а й навчання, формування, розвитку тих чи інших сторін психологічної реальності людини.

Психокорекція є цілеспрямованим впливом психолога на окремі характеристики внутрішнього світу людини — бажання, емоції, цінності, установки, поведінку — для подолання психологічних труднощів і забезпечення повноцінного розвитку особистості. Попри роботу з окремими проблемами, психологічна корекція завжди впливає на особистість у цілому.

Одним із важливих завдань психокорекції є не лише допомога у вирішенні окремих труднощів, а й сприяння формуванню навичок рефлексії, саморегуляції та відповідальності за свій психоемоційний стан. Успіх корекційного процесу значною мірою залежить від активності самої людини [3].

Отримані результати дослідження свідчать про те, що більшість жінок незалежно від віку та статусу проживання характеризуються підвищеним рівнем тривожності. Тривожність може проявлятися у вигляді, однак найбільш виражені появи зафіксовано серед жінок середнього віку (41-60 років) та тих, хто має статус внутрішньо переміщених осіб (ВПО). За методикою Тейлора: у ВПО переважають середні (з тенденцією до високих) та високі рівні тривожності (понад 80%), тоді як у місцевих жінок — трохи менші показники. За шкалою Спілбергера-Ханіна: найвищий рівень ситуативної тривожності (67%) також властивий ВПО. За тестом GAD-7: серед ВПО 18% жінок продемонстрували високий рівень генералізованої тривожності, у той час як серед місцевих жінок таких випадків не виявлено.

Таким чином, результати дослідження підтверджують, що умови воєнного стану, досвід втрати стабільності та вимушеного переселення

істотно впливають на психоемоційний стан жінок, провокуючи підвищений рівень тривожності. Це визначає необхідність у цілеспрямованій психологічній допомозі з акцентом на розвиток ресурсних стратегій подолання тривожних станів, особливо серед жінок ВПО.

Отож, проведене дослідження підтвердило, що тема є актуальною та потребує подальшого опрацювання. Отримані результати дають змогу глибше зрозуміти особливості використання психотехнік в корекції тривожності особистості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бегунова Г.Ю. Вплив війни на рівень стресу та психічне здоров'я українців. Одеський національний університет імені І.І. Мечникова. Одеса, 2024. 256 с.
2. Кузікова С.Б. Теорія і практика вікової психокорекції. 2020. 300с.
3. Ясточкіна Ірина. Особистісна тривожність як соціально-психологічна проблема. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2020. Випуск 6. С. 165-170.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Тьор Л.В.

УДК [355.01-057.36.058.835-055.2:616.891]:615.851

Яремчук М.Я.

ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ДРУЖИН ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ВНАСЛІДОК ВТРАТИ

У статті висвітлюється проблема психологічної реабілітації дружин військовослужбовців, які пережили втрату. Проаналізовано особливості психоемоційних станів жінок у період горя, окреслено фактори, що впливають на процес адаптації, а також визначено найбільш ефективні підходи та стратегії психологічної допомоги. Окрема увага приділена значенню соціальної підтримки, групових форм роботи та психотерапевтичних методів, спрямованих на відновлення ресурсного стану особистості.

Ключові слова: психологічна реабілітація, горе, втрата, дружини військовослужбовців, соціальна підтримка.

The article highlights the problem of psychological rehabilitation of military wives who have experienced loss. The features of women's psycho-emotional states during grief are analyzed, the factors influencing adaptation are outlined, and the most effective approaches and strategies of psychological support are determined. Special attention is paid to the role of social support, group work, and psychotherapeutic methods aimed at restoring personal resources.

Key words: psychological rehabilitation, grief, loss, military wives, social support.

Постановка проблеми. Повномасштабна війна в Україні зумовила значне зростання кількості випадків втрат серед військових родин. Особливо вразливою категорією є дружини загиблих військовослужбовців, які стикаються не лише з особистим горем, але й з новими соціальними та життєвими викликами. Втрата партнера призводить до глибоких психологічних травм, зниження рівня адаптації та підвищення ризику розвитку посттравматичних розладів. Її складність зумовлена взаємодією кількох рівнів: особистісного (переживання горя, трансформація смисло-життєвої сфери, криза ідентичності), сімейного (зміна ролей, виховання дітей, підтримка сімейної системи) та соціального (інтеграція жінки у суспільство, формування нових соціальних ролей, вплив на суспільну стійкість у воєнний період). У зв'язку з цим виникає потреба в науковому осмисленні та розробці комплексних психологічних підходів до реабілітації дружин військовослужбовців з урахуванням їхніх життєвих орієнтацій, ресурсів посттравматичного зростання та потреб соціальної інтеграції. Розв'язання цієї проблеми має як наукове, так і практичне значення, адже сприятиме розвитку психологічної теорії горя та втрати, а також створенню ефективних програм підтримки жінок у сучасному українському суспільстві. Тому питання психологічної реабілітації дружин військових внаслідок втрати є одним із пріоритетних напрямів сучасної психологічної науки та практики.

Мета статті: визначити особливості психологічної реабілітації дружин військовослужбовців після втрати та окреслити найбільш ефективні підходи до відновлення їхнього психоемоційного стану.

Виклад основного матеріалу. Психологічна реабілітація дружин військовослужбовців після втрати є складним і багаторівневим процесом. В наукових дослідженнях наголошується, що переживання втрати має комплексний характер виявляється на різних рівнях:

Емоційний – втрата провокує порушення уваги, пам'яті, здатності до концентрації, а також зміни у сприйнятті часу й майбутнього. Часто виникають нав'язливі думки про померлу людину та відчуття нереальності події туга, відчай, провина, агресія, страх, почуття безпорадності. Вони можуть мати як гострий (шоковий) характер, так і затяжний перебіг, що трансформується у депресивні та тривожні стани. Когнітивний – втрата провокує порушення уваги, пам'яті, здатності до концентрації, а також зміни у сприйнятті часу й майбутнього. Часто виникають нав'язливі думки про померлу людину та відчуття нереальності події. Фізіологічний – доведено, що горювання супроводжується психосоматичними реакціями: безсонням, втратою апетиту, підвищеною втомлюваністю, зниженням імунітету, серцево-судинними симптомами. Соціальний – втрата змінює міжособистісні ролі та зв'язки, може призвести до ізоляції, конфліктів у родині, втрати інтересу до соціальної активності. Особливо гостро це виявляється у випадках, коли смерть є наслідком війни або насильницьких обставин. Екзистенційний – стан втрати часто актуалізує кризу

смісложиттєвих орієнтирів: людина ставить під сумнів власні цінності, відчуває «втрату ґрунту під ногами», але водночас може шукати нові смисли та духовні ресурси .

Модель подвійного процесу передбачає циклічний процес горювання, в якому особа осцилює між орієнтацією на втрату та орієнтацією на відновлення, що дозволяє інтегрувати переживання втрати з відновленням повсякденних функцій і ролей [8].

Дослідження Ю. Кузьменко вказують на те, що жінки, які пережили втрату в умовах війни, часто стикаються з гострими реакціями, такими як плач, агресія, страх і апатія, що вимагає своєчасної психологічної підтримки [2]. О. Пінчук акцентує увагу на важливості психоедукації та психосоціальної підтримки родинам, що пережили утрату, зокрема жінкам, дітям і підліткам [3].

М. Стробе та Х. Шут у своїй моделі подвійного процесу підкреслюють, що горювання відбувається через чергування двох станів: фокусування на втраті (печаль, думки про померлого) та повернення до повсякденних завдань і соціальних функцій. Таким чином, процес адаптації постає як коливальний і циклічний, а не прямолінійний [11].

І. Сингаївська та А. Берестовська підкреслюють необхідність індивідуальних підходів до жінок, які втратили близьких, оскільки в цій категорії ризик розвитку депресивних і тривожних розладів особливо високий [5]. Ю. Карпенко наголошує на важливості психосоціальної допомоги постраждалим від травми та втрати, підкреслюючи роль найближчого соціального оточення у процесі відновлення [1]. Т. Титаренко розглядає втрату як кризовий стан, що може призвести до посттравматичного зростання, якщо у процесі реабілітації акцент зробити на пошуку смислів та ресурсів особистості [6]. Н. Семенюк вказує на психологічні механізми адаптації після втрати, серед яких: копінг – стратегії, перебудова життєвих цілей і включення в нову соціальну реальність [4]. О. Самара та І. Сухомлинська акцентують на необхідності індивідуальних підходів до жінок, які втратили близьких, оскільки в цій категорії ризик розвитку депресивних і тривожних розладів особливо високий. Переживання втрати близької людини детермінує глибокі зміни у психоемоційному стані особистості, що потребує комплексної психологічної підтримки.

Емпіричні дослідження свідчать, що ефективність реабілітаційних заходів значною мірою залежить від рівня соціальної підтримки. Зокрема, багатовимірна шкала соціальної підтримки (MSPSS) дозволяє оцінити сприйняту підтримку від сім'ї, друзів та значущих інших. Високий рівень соціальної підтримки корелює зі зниженням симптомів депресії та ускладненого горювання .

Для оцінки депресивного стану учасниць використовувалась шкала депресії Бека (BDI-II), що дозволяє визначити рівень депресивної симптоматики та виявити потребу у додатковій психологічній підтримці [1].

Симптоми ускладненого горювання оцінювались за допомогою опитувальника ускладненого горювання (ICG), що дозволяє ідентифікувати респонденток із високим ризиком порушеної адаптації.

Для виявлення статистичних зв'язків між досліджуваними показниками було проведено кореляційний аналіз із застосуванням коефіцієнта лінійної кореляції Пірсона на вибірці з 39 дружин військовослужбовців. Було виявлено прямий позитивний зв'язок середньої сили між загальним показником за шкалою ускладненого горя (ICG) та загальним показником за шкалою депресії Бека (BDI-II), $r = 0.480$, $p = 0.002$. Це свідчить про те, що вищий рівень проявів ускладненого горя тісно пов'язаний із вищим рівнем депресивної симптоматики. Також встановлено обернений статистично значущий зв'язок між показником «Підтримка від значущої іншої особи» (субшкала MSPSS) та рівнем ускладненого горя ($r = -0.317$, $p = 0.049$), а також між цією ж субшкалою та рівнем депресії ($r = -0.345$, $p = 0.032$). Отримані дані свідчать, що жінки, які відчують вищий рівень підтримки з боку значущих інших, демонструють нижчий рівень як ускладненого горя, так і депресії. Водночас загальний показник MSPSS, а також підтримка з боку сім'ї та друзів не виявили статистично значущих зв'язків, що підкреслює особливу роль саме емоційної підтримки від найближчої довіреної особи у процесі психологічної реабілітації.

Висновки. Психологічна реабілітація дружин військовослужбовців після втрати є комплексним, багаторівневим процесом. Модель подвійного процесу забезпечує коректне розуміння циклічної динаміки горя. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на адаптацію онлайн – програм підтримки та створення національної моделі психологічної реабілітації дружин військовослужбовців з урахуванням культурних, соціальних та індивідуальних особливостей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Карпенко Ю. Психосоціальна допомога постраждалим. Київ: Психобук. 2022. С. 10–60.
2. Кузьменко Ю. Психологічні особливості переживання втрати під час війни. Київ: Прагма. 2022. С. 5–45.
3. Пінчук О. Багатовимірна теорія горя: адаптивні та дезадаптивні реакції. Львів: Наукова думка. 2021. С. 15–68.
4. Семенюк Н. Механізми адаптації після втрати. Одеса: Астропринт. 2020. С. 25–90.
5. Сингаївська І., Берестовська, А. Психологічна допомога жінкам після втрати. Психологічний журнал. Харків: Уманський ДПУ ім. Панаса Тичини. 2022. С.214–226.
6. Титаренко Т. Втрата як кризовий стан. Київ: Наука. 2018. С. 10–160.
7. Beck A.T., Steer R.A., Brown, G.K. Beck Depression Inventory-II. San Antonio. TX: Psychological Corporation. 1996. С. 38.
8. Boss P. Ambiguous loss: Learning to live with unresolved grief. Cambridge, MA: Harvard University Press. 1999. С. 1–176.
9. Melnyk Y. B., & Stadnik, A. B. Багатовимірна шкала соціальної підтримки (MSPSS). Методичний посібник. Харків : Харківська обласна громадська організація Культура Здоров'я. 2023. С.12.

10. Prigerson H. G., et al. Inventory of Complicated Grief. *Psychiatry Research*. 1995. Vol. 59. No. 1–2. P. 65–79.
11. Stroebe M., Schut H. The dual process model of coping with bereavement: Rationale and description. *Death Studies*, 1999. Vol. 23. № 3. P. 197–224.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Білоус Р.М.

УДК 001.892:005.216:[615.851:616.891.6]

Яценко К.О.

ТАТУЮВАННЯ ЯК ПРОЄКЦІЯ ТРАВМАТИЧНОГО ДОСВІДУ ТА СПОСІБ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ

У статті розглядається психологічний аналіз татуювання як проєкції травматичного досвіду та механізму адаптації. Спираючись на вітчизняні й міжнародні емпіричні дослідження та соціально-історичні джерела, обґрунтовується, що татуювання може регулювати афект, підтримувати реконструкцію ідентичності та трансформувати образ тіла, зокрема у випадку наявності шрамів. Поряд з адаптивними функціями (емоційне полегшення, почуття контролю, соціальне позиціонування) враховано можливі дезадаптивні прояви (тенденції до самоушкодження, компульсивність/адиктивність). Синтезовано висновки досліджень різних дизайнів (перетинні, змішані, якісні; медичне та декоративне татуювання) й окреслено механізми, результати та контекстні модератори. Обговорено клінічні наслідки та прогалини знань.

Ключові слова: татуювання; травма; адаптація; ідентичність; образ тіла; емоційна регуляція.

This article offers a psychological account of tattooing as both a projection of traumatic experience and a mechanism of adaptation. Drawing on domestic and international empirical studies as well as socio-historical and aesthetic perspectives, we argue that tattoos can regulate affect, support identity reconstruction, and transform body image, especially in the presence of scars. While adaptive functions (emotional relief, mastery, social positioning) are prominent, potential maladaptive patterns (self-harm tendencies, compulsive/addictive use) are also acknowledged. We synthesize findings across cross-sectional, mixed-methods, and qualitative research—including medical and decorative tattooing—to outline mechanisms (regulation, control, symbolization), outcomes (self-esteem gains, reduced anxiety/depression), and contextual moderators (social legitimacy, artist–client trust). Clinical implications and research gaps are discussed.

Keywords: tattoos; trauma; adaptation; identity; body image; emotional regulation.

За останні десятиліття татуювання перейшло шлях від маргінального маркера до соціально прийнятої практики, ставши одночасно формою мистецтва, самовираження та тілесної комунікації. Ця культурна нормалізація розширила психологічні функції татуювання: воно дедалі частіше використовується не лише з естетичною метою, а як спосіб опрацювання складних ситуацій та переживань, включно з травмою. Соціально-історичні огляди підкреслюють, що значення татуювання істотно змінювалися разом із трансформацією норм і влади, ідентичності та моди; від «знака відторгнення» у минулому до інструмента видимості та приналежності сьогодні [1]. Глобальний зріз показує універсальність практики й різноманіття символіки — від ритуалів переходу до естетичних експериментів — що підтверджує її потенціал як засобу інтеграції досвіду в життєвий наратив [2].

У теоретичному сенсі татуювання доречно розуміти як творчий акт. За Р. Рубіном [3], творчість — це спосіб буття, через який особа надає сенс тому, що з нею відбулося. У цій оптиці тату виступає матеріалізацією символу: воно переводить афект у фізичну форму, приватний досвід у спільнодоступний знак, а внутрішній хаос — у впізнаваний образ. Саме символізація виступає містком між травмою та адаптацією, даючи змогу одночасно зберегти пам'ять і «переписати» її значення.

Емпіричні дані свідчать, що однією з провідних функцій татуювання є емоційна регуляція. У дослідженні Калька Н. М. та колег [4] серед осіб із татуюваннями відзначено зниження емоційної напруги, підвищення самооцінки та використання татуювань як засобу самовираження і соціального позиціонування (N=30; 72% жінок; 19–55 років, переважно 19–21; мешканці Львова; методи: опитування, інтерв'ю, психологічні тести за Рокичем і Додоновим). Паралельно, у роботі Макарової та Тищенко [5] окреслено спектр функцій — від контролю та «перенесення» емоцій до маскуванню внутрішніх станів; автори також звертають увагу на ризики самоушкодження та потенційну адиктивність у частини людей. Ця діалектика адаптивних і дезадаптивних проявів наголошує на потребі клінічної нюансованості в інтерпретації татуювань.

Другим ключовим виміром є відновлення ідентичності. Після травми порушується цілісність образу «Я»; у відповідь людина шукає способи повернути контроль над собою та подіями, зокрема через роботу із зовнішністю. Якісні інтерв'ю жінок із художніми тату після мастектомії виявляють мотиви «повернення тіла собі», зменшення сорому й уникання, конструювання нового, узгодженого образу особистості [6] (якісний дизайн; N=8; теми: тілесна автономія, довіра до митця, переосмислення шрамів). Дослідження ветеранів також описують тату як ресурс осмислення бойового досвіду, меморіалізації втрат і підтримки почуття майстерності/контролю (Cohen-Louck et al. [7]). У цих наративах символ перестає бути лише оздобою: він стає носієм сенсу, який «скріплює» розірвану історію та підтримує суб'єктивне відчуття безпеки й самоконтролю.

Третій, тілесний, вимір стосується образу тіла. Для осіб зі шрами татуювання може трансформувати сприйняття власного тіла, «вписуючи» рубець у художню композицію. Огляд і змішані дослідження медичного татуювання демонструють покращення показників благополуччя, зростання впевненості та зменшення тривоги/депресії після камуфляжу рубців або ареолярного татуювання [8; 9; 10]. Зокрема, за даними [10], у пацієнток після реконструкції молочної залози показники за шкалою BREAST-Q суттєво зростали. У прикладних роботах підкреслюється значення технічних аспектів (робота зі зміненою шкірою вимагає спеціальних знань і навичок) та комунікативних чинників: визначитися з дизайном і кольорами, узгодити очікування; вирішальними є контакт і довіра між клієнтом і митцем, що підсилює психологічний ефект (див. також [11]).

Водночас на популяційному рівні фіксуються асоціації між дитячими травмами та ймовірністю тілесних модифікацій [12]. Хоча ці зв'язки не доводять причинності (перетинний дизайн), вони вказують на те, що татуювання може виконувати роль спонтанного самодопоміжного механізму в груп із підвищеною вразливістю, і тому потребує уважного, нестигматизуючого клінічного підходу. У практиці психолога це означає: замість інтерпретувати тату як «ознаку патології», варто дослідити його суб'єктивну функцію — що саме символізує зображення, який досвід воно утримує, коли було зроблено, як змінює відчуття контролю та приналежності.

Узагальнюючи наведені дані, можна окреслити низку механізмів дії татуювання у контексті травми: (1) афективна регуляція (зовнішнє «якоріння» емоцій, ритуалізація болю, тимчасове полегшення), (2) відновлення контролю/майстерності (усвідомлене прийняття тілесного рішення, прогнозований результат), (3) символізація та наративізація (переклад досвіду у стійкий образ, який структурує історію), (4) соціальна валідація (зміна реакцій оточення завдяки соціальній легітимності татуювань). Вихідні умови — культурний контекст, якість відносин «клієнт–митець», попередній психічний стан — суттєво модифікують ці механізми, зумовлюючи спектр результатів від позитивних до нейтральних чи амбівалентних.

Практичні наслідки для психологічної допомоги включають: обережну оцінку ризиків дезадаптивності (самоушкодження, компульсивність процесу), підтримку автономії клієнта у виборі символів, співпрацю з дерматологами/тату-майстрами у випадках медичного/камуфляжного татуювання, а також роботу з тілесним образом у терапії. Доцільно документувати зміни у самооцінці, тривозі/депресії та соціальному функціонуванні до і після татуювання, щоби накопичувати дані для подальших лонгітюдних досліджень.

Обмеження наявної доказової бази очевидні: домінують перетинні дизайни й малі вибірки; частина публікацій має описовий характер; рідко зустрічаються контрольні групи й стандартизовані протоколи втручання. Перспективи майбутніх робіт — лонгітюдні дослідження, рандомізовані

порівняння камуфляжних/реконструктивних технік, культурно чутливі дизайни та метааналітичні узагальнення, зокрема із залученням об'єктивних психофізіологічних індикаторів стресу та благополуччя.

Висновки. Татуювання постає як багатовимірний феномен, у якому поєднано творчість, тілесність та соціальний смисл. Як проєкція травматичного досвіду та спосіб психологічної адаптації, воно може водночас полегшувати афективний стан, відновлювати ідентичність, трансформувати образ тіла й посилювати суб'єктивне відчуття контролю. Визнання цієї складності дозволяє уникати редукціонізму і вибудовувати індивідуально чутливі підходи у психологічній практиці.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кастеллані А. Соціальна історія татуювань / пер. з італ. Г. Залевська. Львів–Київ: Видавництво Анетти Антоненко; Ніка-Центр, 2024. 184 с. ISBN 978-617-553-042-9.
2. Friedman A. F. *The World Atlas of Tattoo*. New Haven; London: Yale University Press, 2015. 400 p. ISBN 978-0300210484.
3. Rubin R. *The Creative Act: A Way of Being*. New York: Penguin Press, 2023. 432 p. ISBN 978-0593652886.
4. Калька Н. М., Козира П. В., Гапчич К. В. Особливості психологічного профілю осіб з татуюваннями. *Молодий вчений*. 2021;1(89):152–157.
5. Макарова Е. А., Тищенко И. А. Психология нанесения татуировок как адаптивное и аддитивное поведение. *Инновационная наука: психология, педагогика, дефектология*. 2022;5(5):23–34. doi:10.23947/2658-7165-2022-5-5-23-34.
6. Newlan T.-M., Greig J. The marked body: Exploring experiences of post-mastectomy scarring, body image and change through artistic tattooing. *Journal of Health Psychology*. 2024;29(5):382–395. doi:10.1177/13591053231215050.
7. Cohen-Louck K., Iluz Y. Tattooing Among Combat Soldiers as a Coping Resource With Their Military Service Experiences. *Stress and Health*. 2025;41(1):e70018. doi:10.1002/smi.70018.
8. Yeates R., Rospigliosi E., Thompson A. R. A mixed methods evaluation of medical tattooing for people who have experienced a burn injury. *Scars, Burns & Healing*. 2018;4:2059513118784721. doi:10.1177/2059513118784721.
9. Becker S. J., Cassisi J. E. Applications of Medical Tattooing: A Systematic Review of Patient Satisfaction Outcomes and Emerging Trends. *Aesthetic Surgery Journal Open Forum*. 2021;3(3):ojab015. doi:10.1093/asjof/ojab015.
10. Smallman A., Crittenden T., Yip J. M., Dean N. R. Does nipple-areolar tattooing matter in breast reconstruction? A cohort study using the BREAST-Q. *JPRAS Open*. 2018;16:61–68. doi:10.1016/j.jpra.2018.01.003.
11. Пугач В. В. Науковий аналіз впливу татуювань на психологічний стан клієнтів із шрами. *Молодий вчений*. 2024;7(131):145–150. doi:10.32839/2304-5809/2024-7-131-44.
12. Ernst M., Borkenhagen A., Fegert J. M., Brähler E., Plener P. L. The association of childhood abuse and neglect with tattoos and piercings in the population: evidence from a representative community survey. *BMC Psychology*. 2022;10:105. doi:10.1186/s40359-022-00811-x.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, доцентка Шелестова О.В.

ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ

ЛОГОПЕДИЧНИЙ СУПРОВІД ДІТЕЙ ІЗ АУТИЧНИМ РОЗЛАДОМ: КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ ПОНЯТТЯ

У статті концептуалізовано поняття «логопедичний супровід дітей із аутичним розладом». Логопедичний супровід дітей із аутичним розладом визначено як цілісний, системний і безперервний процес професійної допомоги, спрямований на виявлення, корекцію та розвиток її мовленнєвих якостей, з урахуванням індивідуальних особливостей. В його складі виділено діагностичну, корекційно-розвивальну та консультативну роботу, спрямовану на формування у дитини з РАС мовленнєвої діяльності, розвиток розуміння мовлення, удосконалення комунікативних навичок і забезпечення соціальної адаптації в освітньому середовищі.

Ключові слова: супровід, логопедичний супровід, дитина із аутичним розладом, концептуалізація.

The article conceptualizes the notion of «speech therapy support for children with autism spectrum disorder». Speech therapy support for children with autism spectrum disorder is defined as a holistic, systematic, and continuous process of professional assistance aimed at identifying, correcting, and developing the child's speech abilities, taking into account individual characteristics. It encompasses diagnostic, corrective-developmental, and consultative activities, focused on the formation of speech activity, the development of speech comprehension, the improvement of communicative skills, and the facilitation of social adaptation within the educational environment for children with ASD.

Keywords: support, speech therapy support, child with autism spectrum disorder, conceptualization.

Постановка проблеми. В умовах істотного зростання кількості дітей з аутичним розладом особливої актуальності набуває забезпечення їх всебічного і гармонійного розвитку, соціалізації та успішної інтеграції в освітнє середовище. Одним із вагомих напрямів такої підтримки виступає логопедичний супровід, спрямований не лише на корекцію мовленнєвих порушень, а й на розвиток комунікативної, когнітивної та емоційно-вольової сфер дитини з РАС. Однак ефективність логопедичної допомоги залежить від чіткого розуміння сутності цього процесу, його структурних компонентів і функціональних особливостей. Тому обґрунтування та концептуалізація поняття «логопедичний супровід дітей із аутичним розладом» є необхідною передумовою розроблення системи корекційно-розвивальної роботи, що відповідає потребам дітей з аутизмом і забезпечує реалізацію принципів та закономірностей інклюзивної освіти.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вивчення наукових джерел показує, що проблема логопедичного супроводу дітей із аутичним розладом вивчалася різноаспектно. Зокрема, В. Кисличенко розглядала логопедичний супровід сім'ї в умовах груп корекції мовлення [1], А. Король трактувала дистанційно-інтерактивні форми взаємодії логопеда з батьками і педагогами [2], Л. Мороз, Л. Стахова, І. Кравченко вивчали логопедичний супровід як складову супроводу дітей із порушенням психофізичного розвитку [3], Ю. Пінчук обґрунтовувала сутність логопедичного супроводу в системі професійної компетентності учителя-логопеда [5], та ін. Деякі джерела присвячені вивченню корекційно-розвиткової роботи з дітьми із аутизмом (К. Островська [4], Х. Сайко [6], Т. Скрипник [7], В. Тарасун [8], Д. Шульженко [9] та ін.). Проте комплексно категорія логопедичного супроводу дітей із аутичним розладом не розглядалася.

Формулювання цілей статті. Мета статті – концептуалізація поняття «логопедичний супровід дітей із аутичним розладом».

Виклад основного матеріалу дослідження.

Сучасна освіта орієнтована на створення умов для розвитку кожної дитини незалежно від її індивідуальних особливостей і потреб. Особливої уваги в цьому контексті потребують діти з аутичним розладом, для яких характерні труднощі у спілкуванні, соціальній взаємодії та мовленнєвому розвитку. Оскільки мовлення є важливим засобом пізнання дитиною світу, формування мислення й емоційного контакту з оточенням, тому його порушення суттєво впливають на її загальний розвиток. У зв'язку з цим логопедичний супровід дітей із аутичним розладом постає як складова комплексної допомоги, спрямованої на формування комунікативних навичок, корекцію мовленнєвих і когнітивних порушень, а також підтримку їх адаптації в інклюзивному освітньому середовищі.

Зазначимо, що поняття «супровід» у науковій літературі трактується як цілеспрямований процес забезпечення розвитку особистості через створення сприятливих умов для подолання труднощів і реалізації індивідуального потенціалу. Зокрема, супровід визначають як системну діяльність спеціалістів, спрямовану на своєчасне виявлення проблем, надання підтримки і формування внутрішніх ресурсів дитини [1]; як вид професійної діяльності, спрямований на створення відповідних психолого-педагогічних, соціальних і корекційних умов, які допомагають дитині ефективно функціонувати в освітньому середовищі [3]; як моніторинг розвитку, надання консультативної допомоги, корекцію поведінкових чи емоційних відхилень, а також координацію зусиль усіх учасників освітнього процесу, даючи змогу забезпечити комплексний характер допомоги [9].

Поняття «логопедичний супровід» у наукових джерелах трактується як цілісний і безперервний процес професійної допомоги, спрямований на виявлення, подолання та профілактику мовленнєвих порушень у дітей. За словами В. Кисличенко, сутність такого супроводу полягає у створенні сприятливих умов для мовленнєвого розвитку дитини. Такий супровід

передбачає не тільки індивідуальну корекційну роботу, а й системну взаємодію логопеда з педагогами, батьками та іншими фахівцями [1].

Л. Мороз, Л. Стахова, І. Кравченко розглядають логопедичний супровід як організовану систему психолого-педагогічних і корекційно-розвивальних заходів, спрямованих на забезпечення своєчасної допомоги дітям із мовленнєвими труднощами. На їх думку, цей супровід передбачає як комплексну діагностику мовленнєвого розвитку, так і розроблення індивідуальних програм корекції, моніторинг результатів і координацію дій усіх учасників освітнього процесу, а його основна мета – формування мовленнєвої активності, розвиток артикуляційної моторики та усунення бар'єрів у спілкуванні [3]. Логопедичний супровід у цьому контексті забезпечує неперервність і послідовність корекційного впливу.

Логопедичний супровід А. Король визначає як індивідуалізований процес педагогічної взаємодії, що враховує особливості психофізичного розвитку дитини та її освітні потреби. У межах цього процесу логопед не лише проводить корекційні заняття певного спрямування, а й виступає посередником між дитиною, родиною та освітнім колективом. Завданням такого супроводу є формування внутрішньої мотивації до мовленнєвої діяльності, розвиток навичок саморегуляції та емоційного контакту, а його результат – не тільки покращення мовлення, а й підвищення рівня самостійності та готовності дитини до взаємодії з оточенням [2].

Ю. Пінчук підкреслює, що логопедичний супровід – це інтегрований процес, що поєднує діагностичну, корекційно-розвивальну, консультативну та профілактичну діяльність логопеда, реалізується в тісній співпраці з іншими фахівцями з метою створення оптимального освітнього простору для розвитку мовлення і уможливлює своєчасне виявлення ризиків мовленнєвих відхилень, коригування їх проявів та запобігання вторинним порушенням у пізнавальній і соціальній сферах [5].

Важливим завданням нашого дослідження є психолого-педагогічна характеристика дітей з аутичним розладом, специфічні особливості розвитку яких виявляються у сфері спілкування, соціальної взаємодії, поведінки та емоційного реагування. Найпомітнішою рисою дітей з РАС є труднощі у встановленні соціальних контактів – їм складно розуміти наміри, емоції та невербальні сигнали інших людей, що зумовлює обмеженість або своєрідність міжособистісних стосунків [9]. У мовленнєвому розвитку в них часто спостерігається затримка, яскраво проявляється відсутність потреби у вербальній комунікації, практикується використання мовлення з незвичною інтонацією, ехोलаліями, шаблонними фразами [4]. Пізнавальна діяльність також має нерівномірний характер: поруч із високим розвитком окремих функцій (наприклад, пам'яті, зорового сприймання) можуть спостерігатися значні труднощі в узагальненні, абстрактному мисленні та гнучкості пізнавальних процесів [7]. Крім того, їх поведінка часто стереотипна – схильність до повторюваних дій, ритуалів, дотримання незмінного порядку

забезпечує відчуття безпеки, а будь-які зміни в оточенні або розкладі можуть викликати у них тривогу, дратівливість чи агресивні реакції [8].

Як зазначає Х. Сайко, мовлення дітей з аутичним розладом має низку своєрідних особливостей. Насамперед для них характерне пізнє формування мовлення або повна його відсутність у ранньому віці, що зумовлено недостатньою потребою у спілкуванні та слабкою мотивацією до вербальної взаємодії. Навіть за наявності сформованого мовлення дитина використовує слова не для встановлення контакту, а для вираження власних потреб або емоцій. Мовлення може бути фрагментарним, без контекстного зв'язку, із порушеннями граматичної структури, інтонації, ритму та ін. Однією з характерних ознак є ехололія – автоматичне повторення почутого слова або фрази без розуміння їхнього змісту. Часто спостерігається використання стереотипних фраз, цитат з мультфільмів, мовлення дорослих. Крім того, діти з аутичним розладом часто мають труднощі з розумінням мовлення інших, особливо складного за змістом і емоційно насиченого [6].

Виявлені специфічні особливості мовленнєвого розвитку дітей з РАС уможливають виокремлення завдань їх логопедичного супроводу:

1. Діагностична робота – полягає у всебічному вивченні особливостей мовленнєвого, комунікативного та когнітивного розвитку дитини. Логопед здійснює аналіз рівня сформованості компонентів мовлення. Результати такої діагностики стають підґрунтям для побудови індивідуальної програми логопедичного супроводу, що враховує як темп розвитку, так і інтереси та комунікативні можливості дитини.

2. Корекційно-розвивальна робота – спрямована на формування та вдосконалення мовленнєвих умінь, розвиток комунікативної активності й подолання стереотипних форм поведінки. Логопед використовує спеціально підібрані вправи для розвитку артикуляційної моторики, звуковимови, розширення словникового запасу та побудови граматично правильних висловлювань. Особлива увага приділяється розвитку розуміння мовлення, навичок діалогічного спілкування, емоційного реагування й здатності підтримувати контакт із співрозмовником. Важливим є також використання альтернативних засобів комунікації – жестів, карток, піктограм та ін.

3. Підтримка батьків – відіграє ключову роль у забезпеченні сталого позитивного результату корекційної роботи. При цьому логопед здійснює консультування батьків щодо особливостей мовленнєвого розвитку дитини, ефективних методів стимулювання комунікації в домашніх умовах. Важливим є формування у батьків адекватного розуміння природи аутизму, терпимості та готовності до тривалої підтримки дитини.

Отож логопедичний супровід дітей із аутичним розладом визначимо як цілісний, системний і безперервний процес професійної допомоги, спрямований на виявлення, корекцію та розвиток її мовленнєвих якостей, з урахуванням індивідуальних особливостей. Такий супровід охоплює як діагностичну, так і корекційно-розвивальну та консультативну роботу, спрямовану на формування у дитини з РАС мовленнєвої діяльності,

розвиток розуміння мовлення, удосконалення комунікативних навичок і забезпечення соціальної адаптації в освітньому середовищі. Важливою складовою цього супроводу є взаємодія з батьками та педагогами, що дозволяє створити узгоджений корекційно-розвивальний простір і сприяє гармонійному особистісному становленню дитини з аутичним розладом.

Висновки. Отже, логопедичний супровід дітей із аутичним розладом є комплексним та системним процесом, який поєднує діагностичну, корекційно-розвивальну і консультативну діяльність й спрямований на розвиток їх мовленнєвих і комунікативних навичок, формування соціальної адаптації та створення сприятливих умов для всебічного розвитку. Важливим аспектом супроводу є взаємодія з батьками та педагогами, що забезпечує узгодженість дій усіх учасників освітнього процесу та підвищує ефективність корекційної роботи. Логопедичний супровід є необхідною умовою підтримки індивідуального розвитку дитини з аутизмом, її успішної інтеграції в освітнє середовище та реалізації внутрішнього потенціалу, даючи змогу своєчасно виявляти та коригувати мовленнєві порушення, запобігаючи їх поглибленню. Системна та цілеспрямована робота логопеда створює умови для гармонійного особистісного розвитку дітей із аутичним розладом і забезпечує їх соціалізацію та посильну участь у житті соціуму.

Перспективами подальших розвідок є розробка системи роботи з логопедичного супроводу дітей з

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кисличенко В. А Логопедичний супровід сім'ї в умовах груп корекції мовлення. *Актуальні питання корекційної освіти (педагогічні науки)*. 2016. Т. 2, вип. 7. С. 176-185.
2. Король А. Дистанційно-інтерактивні форми взаємодії логопеда з педагогами і батьками як умова підвищення результативності корекційно-розвиткового процесу. *Молодий вчений*. 2018. №5.2 (57.2). С. 54-58.
3. Мороз Л., Стахова Л., Кравченко І. Логопедичний супровід як складова комплексного супроводу дітей із порушенням психофізичного розвитку. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2019. № 8 (92). С. 401-411.
4. Островська К. Засади комплексної психолого-педагогічної допомоги дітям з аутизмом: монографія. Львів: Тріада плюс, 2012. 520 с.
5. Пінчук Ю. В. Система професійної компетентності учителя-логопеда: дис. ... канд. пед. наук. Київ, 2005. 242 с.
6. Сайко Х.Я. Особистісна готовність корекційного педагога до виховання дітей з аутизмом. Львів : Тріада плюс, 2017. 248 с.
7. Скрипник Т. В. Діти з аутизмом в інклюзії : сценарії успіху : монографія. Київ : Ун-т ім. Б. Грінченка, 2019. 208 с.
8. Тарасун В. В. Аутологія : теорія і практика : монографія. Київ: Вадекс, 2018. 590 с.
9. Шульженко Д. І. Основи педагогічної корекції аутистичних порушень у дітей : монографія. Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2009. 385 с.

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, доцентка Кабельнікова Н.В.

ПОТЕНЦІАЛ АДАПТИВНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ТА ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ФОРМУВАННІ ОСВІТНЬОЇ ТРАЄКТОРІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

У статті висвітлено можливості застосування адаптивних технологій і штучного інтелекту для створення персоналізованих освітніх траєкторій учнів початкової школи. Розкрито сучасні підходи до цифрової трансформації освіти та роль учителя у впровадженні інноваційних інструментів.

Ключові слова: адаптивні технології, штучний інтелект, персоналізація, освітня траєкторія, початкова школа.

The article highlights the potential of adaptive technologies and artificial intelligence for developing personalized learning trajectories of primary school students. It reveals modern approaches to digital transformation in education and the teacher's role in implementing innovative tools.

Keywords: adaptive technologies, artificial intelligence, personalization, learning trajectory, primary school.

У сучасних умовах цифровізації освіти відбувається трансформація системи початкової школи, що зумовлена потребою врахування індивідуальних особливостей учнів. Новий Державний стандарт та концепція НУШ акцентують індивідуальний підхід до кожного учня, який передбачає врахування його розвитку, когнітивного стилю, темпу засвоєння матеріалу та навчальних потреб. Саме в цьому контексті актуальним є впровадження адаптивних освітніх технологій, що дають змогу реалізувати індивідуальні освітні траєкторії на основі постійного зворотного зв'язку та гнучкого налаштування навчального процесу під поточні результати й можливості школяра. Питання ефективного використання таких технологій набуває сьогодні особливої актуальності: для цього необхідні розвиток цифрових компетентностей учителів, оновлення методичної бази та створення технологічного середовища, що підтримує персоналізоване навчання.

Метою цієї статті є розкрити потенціал адаптивних технологій та ШІ у формуванні освітньої траєкторії молодших школярів. Для цього аналізуються сучасні дослідження та практичні приклади, а також синтезуються рекомендації щодо використання цих інструментів в початковій освіті. Згідно з метою, стаття розглядає моделі персоналізації, можливості ШІ у діагностиці знань, роль учителя та обмеження, пов'язані з впровадженням таких технологій.

Сучасні адаптивні освітні системи (наприклад, міжнародні платформи Khan Academy та Duolingo) пропонують учням персоналізований контент: інструктивні відео, інтерактивні вправи та адаптивні тести, які автоматично змінюють складність завдань залежно від успішності школяра [4; 5]. Як показано в українських дослідженнях, цифрові освітні платформи з елементами персоналізованого контенту й алгоритмами машинного навчання дозволяють коригувати навчальний процес під потреби кожного учня. Така персоналізація дає можливість формувати індивідуальні маршрути опанування матеріалу з урахуванням темпу сприйняття та поточного рівня знань дитини. У попередніх дослідженнях ми дійшли висновку, що «найбільший потенціал мають адаптивні системи, рекомендаційні сервіси та генеративний ШІ, проте їхнє впровадження потребує комплексного підходу з урахуванням етичних норм, ролі педагога та розвитку цифрових компетентностей» [2, с.57].

Штучний інтелект відкриває нові можливості для діагностики та адаптації навчання. Системи з елементами ШІ аналізують результати учня, відстежують помилки та пропонують завдання відповідно до рівня знань і потреб дитини. Це дозволяє дітям рухатися у власному темпі: уникати перевантаження за надто складним матеріалом або нудьги від занадто простих завдань. Крім того, ШІ-аналіз успішності дає змогу створювати детальні звіти для вчителів і батьків про сильні та слабкі сторони учня, що сприяє більш обґрунтованій побудові освітнього маршруту.

У цій парадигмі роль учителя змінюється: він виступає фасилітатором процесу навчання і координатором персоналізованого контенту. Автоматизація рутинних завдань (перевірка робіт, складання тестів, ведення журналів) за допомогою ШІ вивільняє ресурси вчителя для творчої роботи з учнями, глибшого опанування матеріалу, розвитку критичного мислення і мотивації школярів. Українські дослідження підтверджують: за допомогою ШІ вчитель може делегувати системі частину своєї рутинної діяльності і зосередитися на індивідуальній підтримці учнів [3, с.97-98]. Водночас фахівці наголошують, що педагоги мають володіти базовими знаннями про ШІ і бути готовими використовувати його як асистента – це стосується як впровадження інструментів штучного інтелекту в професійну діяльність вчителя, так і передачі знань про ШІ учням [3, с.97-98]. Серед переваг адаптивних технологій і ШІ у навчанні виділяють підвищення мотивації учнів, зростання ефективності навчального процесу та розвиток автономності дитини. Використання персоналізованого контенту сприяє кращій залученості і успішності учнів, оскільки кожен учень отримує завдання, максимально оптимізовані під його рівень. Адаптивне навчання відповідає на потреби дитини в її особистісному темпі пізнання, що призводить до вищої академічної успішності. Крім того, робота в індивідуальних траєкторіях формує у школярів навички самоорганізації, саморефлексії й відповідальності за власне навчання. Загалом, за результатами українського експериментального дослідження, адаптивні технології в початковій школі показують позитивний педагогічний ефект,

оскільки допомагають учневі вчитися за своїм темпом і отримувати своєчасний зворотний зв'язок.

Водночас існують певні виклики та обмеження. Одним із них є цифрова нерівність: не всі школи та учні мають однаковий доступ до інтернету та сучасних девайсів. До того ж використання ШІ піднімає етичні питання: алгоритми можуть містити упередження і призводити до дискримінації або нерівного ставлення до учнів [1]. Збір і обробка персональних даних для адаптації навчання пов'язані з ризиком порушення конфіденційності [1]. Необхідно розробляти чіткі етичні стандарти та правила використання ШІ в освіті, щоб гарантувати справедливість для всіх учнів [1]. Нарешті, успіх впровадження залежить від підготовки вчителів: потрібно активніше розвивати їх цифрову компетентність і проводити методичні тренінги з персоналізації навчання [3, с.98-99].

Таким чином, адаптивні освітні технології та штучний інтелект є потужними інструментами персоналізації навчання в початковій школі. Вони дозволяють будувати гнучкі індивідуальні траєкторії відповідно до потреб кожного учня і сприяють підвищенню мотивації та успішності дітей. Застосування таких інструментів упроваджує у навчальний процес елементи самоорганізації і саморефлексії учнів. Водночас для ефективного використання адаптивних технологій необхідно забезпечити належну інфраструктуру, розвивати цифрову компетентність педагогів і вирішувати етичні питання, пов'язані з ШІ. Перспективи подальших досліджень полягають у розробці локалізованих педагогічних моделей та методичних рекомендацій з впровадження адаптивного навчання з урахуванням українського контексту, апробації різних моделей інтеграції ШІ в освітні процеси та вивченні їх впливу на мотивацію і результати навчання школярів. Такі кроки допоможуть закріпити позитивні практики та усунути бар'єри, забезпечивши кожному учню можливість навчатися відповідно до власних здібностей і потреб.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Використання штучного інтелекту в освіті: можливості та ризики. *Всеосвіта*. 2023. URL: <https://vseosvita.ua/blogs/vykorystannia-shtuchnoho-intelektu-v-osviti-mozhlyvosti-ta-ryzyky-107262.html> (дата звернення: 30.09.2025).
2. Данилюк В.І. Використання штучного інтелекту для створення індивідуальних освітніх траєкторій здобувачів початкової школи. *Концептуальні шляхи розвитку науки та освіти: матеріали XV Міжнародної науково-практичної конференції м. Львів, 15-16 серпня 2025 року*. Львів : Львівський науковий форум, 2025. С.56-57
3. Морзе Н. В., Варченко-Троценко Л. О., Терлецька Т. С., Смирнова-Трибульська Є. М. Штучний інтелект у ролі асистента вчителя початкової школи. *Open educational e-environment of modern University*. 2023. № 15. С. 97–115. DOI: 10.28925/2414-0325.2023.158. URL: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/47913/1/Morze_Varchenko-Trotsenko_Terletska_OpenEdu.pdf (дата звернення: 30.09.2025).
4. Duolingo. URL: <https://www.duolingo.com> (дата звернення: 30.09.2025).
5. Khan Academy. URL: <https://www.khanacademy.org> (дата звернення: 30.09.2025).

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, доцентка Горлова А.В.

ІНТЕГРОВАНІЙ ПІДХІД ДО ПОДОЛАННЯ ЗАЇКАННЯ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У статті розглядається проблема заїкання у дітей дошкільного віку як одного з найбільш поширених порушень плавності мовлення. Проаналізовано сучасні теоретичні підходи до пояснення причин і механізмів розвитку заїкання, включаючи нейропсихологічну, психогенну та мультифакторну концепції. Особлива увага приділяється методам корекції цього порушення, зокрема логоритміці та кінезітерапії, які забезпечують комплексний розвиток мовних, рухових та емоційних компонентів. Описано практичні аспекти застосування логоритмічних вправ, включаючи пальчикову гімнастику, музично-ритмічні ігри, артикуляційну та мімічну гімнастику, а також дихальні вправи. Висвітлено роль музичного супроводу та ігрових елементів у стимуляції активності дітей і формуванні плавності, ритмічності та виразності мовлення. Стаття підкреслює важливість комплексного та індивідуалізованого підходу до корекції заїкання, що дозволяє досягати стійких результатів у формуванні мовленнєвих навичок та зниженні психоемоційного напруження у дітей.

Ключові слова: заїкання, дошкільний вік, логоритміка, кінезітерапія, корекція мовлення, ритміка, пальчикова гімнастика, музично-ритмічні ігри, дихальна гімнастика, розвиток мовлення.

The article considers the problem of stuttering in preschool children as one of the most common disorders of speech fluency. Modern theoretical approaches to explaining the causes and mechanisms of stuttering development are analyzed, including neuropsychological, psychogenic and multifactorial concepts. Special attention is paid to methods of correcting this disorder, in particular logorhythmics and kinesitherapy, which provide a comprehensive development of speech, motor and emotional components. Practical aspects of the use of logorhythmic exercises are described, including finger gymnastics, musical-rhythmic games, articulation and mimic gymnastics, as well as breathing exercises. The role of musical accompaniment and game elements in stimulating children's activity and forming fluency, rhythm and expressiveness of speech is highlighted. The article emphasizes the importance of a comprehensive and individualized approach to the correction of stuttering, which allows achieving sustainable results in the formation of speech skills and reducing psycho-emotional stress in children.

Keywords: stuttering, preschool age, logorhythmics, kinesitherapy, speech correction, rhythmics, finger gymnastics, musical-rhythmic games, respiratory gymnastics, speech development.

Одним із найпоширеніших порушень мови в дітей дошкільного віку є заїкання. Це розлад мовленнєвої діяльності, у якому порушується плавність мовного потоку. Воно проявляється судомними запинками, що виражаються у повторенні окремих звуків, складів або слів, подовженому виголошенні звуків, а також раптових зупинках мовлення.

За даними різних досліджень, на заїкуватість страждає близько 2,5% дітей-дошкільнят, а майже в половині випадків воно зберігається і в дорослому віці. Найчастіше це порушення виникає у дітей віком від 2 до 5 років, що збігається з періодом активного оволодіння засобами мови. У хлопчиків заїкуватість зустрічається у 4 рази частіше, ніж у дівчаток.

З появою перших ознак заїкання у дошкільному віці підвищується ризик переходу розладу у стійку форму, що найчастіше потребує тривалого та цілеспрямованого корекційного втручання [1, 2].

Причини та механізми формування заїкання в дітей дошкільного віку залишаються предметом інтенсивного вивчення та обговорення серед фахівців у галузях логопедії, неврології та психології. Сучасні визначення заїкуватості як патологічного явища не повною мірою відображають всю клінічну картину і враховують комплексність цього розладу.

В сучасних логопедичних дослідженнях науковці виділяють кілька основних підходів до пояснення виникнення заїкуватості:

1. Нейропсихологічна теорія розглядає заїкання як наслідок порушень координації мовних процесів лише на рівні центральної нервової системи. Сюди відносяться дисфункції моторних зон мозку, особливості роботи нейронних мереж, які забезпечують узгодження дихання, артикуляції та голосоутворення.

2. Психогенна теорія пов'язує появу заїкуватості з емоційними та психічними факторами, такими як тривожність, стресові ситуації, емоційна нестійкість або конфліктні переживання. Відповідно до цієї теорії, заїкуватість виникає як реакція на складні емоційні чи комунікативні обставини.

3. Мультифакторна (комплексна) теорія передбачає, що заїкуватість формується під впливом поєднання нейрофізіологічних, психоемоційних та соціальних факторів. Відповідно до цього підходу, розлад мовлення виникає при взаємодії вродженої схильності із зовнішніми впливами, такими як мовленнєві навантаження, неправильне мовленнєве оточення або стресові події в період активного оволодіння мовою.

Таким чином, заїкання розглядається як судомний мовленнєвий розлад, що проявляється в процесі мовної взаємодії і включає комплекс нейрофізіологічних та психоемоційних порушень. Сучасний погляд на заїкання наголошує на необхідності комплексного підходу до його корекції, що включає логопедичну роботу, психологічну підтримку і, при необхідності, медичне спостереження [4].

Процес заїкання пов'язаний із недостатньою координацією рухів, в процесі промовляння звуків. На думку численних дослідників, цей розлад

розвивається за механізмом системного мовнорухового неврозу, що включає в себе два рівні симптоматики.

1. Первинний рівень проявляється власне в мовних порушеннях, включаючи судомні зупинки, повторення звуків, складів і слів, і навіть подовження вимови звуків або раптові зупинки мови.

2. Вторинний рівень охоплює психо-вегетативні порушення, що виявляються в емоційних та фізіологічних реакціях, які супроводжують мовлення, таких як напруга, тривожність, прискорене серцебиття або почервоніння обличчя [3].

Провідні науковці, такі як Світлана Скляр, Ольга Літовченко та Людмила Бегас, розглядають заїкання як багатофакторний розлад, при якому судомні порушення мови є лише однією зі складових клінічної картини. Вони наголошують, що у дітей дошкільного віку заїкання проявляється через мовленнєві труднощі, тоді як у дорослих частіше спостерігаються емоційні та вегетативні реакції, що супроводжують мовлення. На їх думку, ефективна корекція цього стану потребує комплексного лікувально-корекційного підходу, що включає роботу над артикуляцією, диханням, темпоритмікою мови, а також психологічну підтримку у зниження тривожності і мовної напруги [1, 2, 5].

Симптоматика заїкуватості найчастіше проявляється у період активного формування фразової мови, коли мовна функція особливо вразлива. У цей час порушення мови можуть супроводжуватися як суто моторними так і психоемоційними проявами, що потребує індивідуалізації в корекційній роботі.

Виникнення заїкання пов'язано з впливом надмірного подразника, який викликає гальмування у мовних центрах мозку і призводить до дезорганізації мовної діяльності. Цей механізм наголошує на необхідності системного підходу до корекції, що включає поступове відновлення координації мовних рухів та зниження впливу стресових факторів на процес мовлення.

Корекція заїкання у дошкільнят є пріоритетним завданням логопедичної практики. Саме при переході до шкільного навчання такі діти нерідко потрапляють до групи ризику успішності. Особлива значущість належить вивченню механізмів розвитку цього порушення та формуванню рекомендацій щодо його корекції.

Рання корекція заїкання є необхідною умовою для успішного подолання порушення мовлення, оскільки згодом воно фіксується, а процес виправлення може затягнутися і не завжди призвести до позитивного результату. У цьому своєчасне визначення ступеня сформованості мовних навичок стає основою для науково обгрунтованої побудови корекційної логопедичної роботи [2].

Серед сучасних методів корекції заїкання у дітей, які застосовуються в логопедичній практиці, особливе місце займає логопедична ритміка. Цей метод заснований на спільному використанні мовної та рухової активності,

що сприяє координації моторних функцій з мовними процесами та формуванню плавного мовного потоку.

Особливе місце в логоритміці займає пальчикова гімнастика, що виконується одночасно з декламацією віршів або виконанням пісень. Такі вправи розвивають дрібну моторику, покращують слухове сприйняття та мовленнєву пам'ять, а також сприяють плавності та ритмічності вимови.

Широке застосування знаходять і музично-ритмічні ігри, які спрямовані на розвиток почуття ритму, уваги, координації рухів і мовних навичок. Інтеграція мовних та музично-ритмічних елементів дозволяє дітям краще контролювати інтонацію, темп і виразність мови, знижуючи прояви заїкуватості.

Таким чином, логоритміка є комплексним методом, що поєднує мовну, рухову та музично-ритмічну діяльність, що забезпечує гармонійний розвиток мови та моторних навичок у дітей з порушеннями плавності мовного потоку. Дослідження підтверджують, що даний метод має виражений і стійкий терапевтичний вплив, сприяючи вирішенню освітніх, корекційних та оздоровчих завдань [2, 7].

У системі логопедичної корекції важливого значення також набувають методи кінезіотерапії, які спрямовані на розвиток мовних та рухових функцій. До основних напрямків відносяться дихальні вправи, артикуляційна гімнастика, розвиток дрібної моторики та елементи логопедичної ритміки.

Особливе місце займає дихальна гімнастика, яка є фундаментальним етапом корекції. Основна мета таких вправ - розвиток контрольованого, рівномірного та тривалого видиху, який необхідний для правильного голосоутворення та чіткої вимови звуків.

Крім мовного аспекту, дихальні вправи позитивно впливають на фізичний стан дитини, сприяють зниженню рівня напруги і формують готовність до мовної активності. Таким чином, кінезіотерапевтичні методи створюють основу для формування більш плавної, чіткої та виразної мови у дітей.

Провідну роль у логоритмічних заняттях займає музика. Вона спрямовує мовну та рухову активність дитини, позитивно впливаючи на емоційну сферу. Музичний супровід полегшує засвоєння матеріалу та сприяє формуванню правильної, плавної та виразної мови [2, 6].

Отже, логопедична ритміка є комплексною методикою, що інтегрує логопедичні, музично-ритмічні та рухові компоненти. На заняттях використовуються різноманітні вправи, включаючи ходьбу, біг, танцювальні рухи, виконання пісень та віршів, артикуляційну та мімічну гімнастику, а також пальчикові та музично-мовні ігри. Додатково застосовуються елементи масажу та релаксації, які спрямовані на зниження м'язового та психоемоційного напруження. Включення у заняття ігрових атрибутів та музичних інструментів підвищує інтерес дітей, стимулює активну участь та сприяє більш ефективній корекції мовних порушень [5].

Таким чином, логоритміка створює комплексне середовище, в якому мовні, моторні та емоційні компоненти розвиваються синхронно, забезпечуючи гармонійне формування навичок мовлення у дітей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бегас Л. Д. Комплексні системи реабілітації заїкання у старших дошкільників / Л. Д. Бегас // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 19. Корекційна педагогіка та спеціальна психологія : зб. наук, праць. - К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2009. - № 14. - С. 6-9.
2. Літовченко О. В. Заїкання у дітей: профілактика і корекція: навчальний посібник. Одеса: Видавництво ТОВ Лерадрук, 2021. 248 с.
3. Літовченко О.В. *Шляхи профілактики та корекції затяжних форм заїкання у дітей.* Корекційна педагогіка. Випуск 25. Т. 1. 2020. С.138-143.
4. Рібцун Ю.В. Формування міжпівкульної взаємодії у дітей із заїканням. Interdisciplinary research: scientific horizons and perspectives: collection of scientific papers «SCIENTIA» May 6, 2022. С.121-125
5. Скляр Світлана. Особливості корекції заїкання в дітей дошкільного віку. *Актуальні питання гуманітарних наук.* Вип 19, том 1, 2018. С. 219-222.
6. Сильченко В.В. Проблема корекції заїкання у дітей дошкільного віку. *Логопедія.* 2015. № 7. С. 85–90.
7. Тарасун В.В. Основи теорії і практики логодидактики: підручник. Київ : «Каравела», 2017. 316 с.

Науковий керівник кандидатка психологічних наук, старший викладач
Дрозд Л.В.

УДК 37.026:373.3:004.774.2

Халова А.О.

МОТИВАЦІЙНИЙ ПОТЕНЦІАЛ YOUTUBE-КОНТЕНТУ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

У тезах досліджено роль YouTube-контенту у формуванні мотивації здобувачів початкової школи до навчання. Розглянуто конкретні приклади використання відео для підвищення зацікавленості та активності дітей у навчальному процесі. Встановлено, що інтеграція цифрових платформ сприяє розвитку самостійності, критичного мислення та ключових компетентностей учнів.

Ключові слова: мотивація, початкова школа, навчальна діяльність, мультимедійні технології, цифрові платформи, інтерактивні уроки.

The theses explore the role of YouTube content in shaping the motivation of primary school students to study. Specific examples of using video to increase children's interest and activity in the learning process are considered. It is

established that the integration of digital platforms contributes to the development of independence, critical thinking and key competencies of students.

Key words: motivation, primary school, educational activities, multimedia technologies, digital platforms, interactive lessons.

Сучасний освітній процес у початковій школі перебуває під впливом глобальної цифрової трансформації, що охоплює всі сфери суспільного життя. Одним із найбільш популярних і доступних джерел інформації для дітей молодшого шкільного віку є YouTube, який завдяки поєднанню відео та аудіо-контенту виконує не лише розважальну, а й освітню функцію. Однак використання цього ресурсу у навчально-виховному процесі має як значні можливості, так і потенційні ризики.

З одного боку, YouTube-контент здатний підвищувати мотивацію учнів до навчання завдяки інтерактивності, наочності, динамічності подачі матеріалу та доступності до різноманітних освітніх ресурсів. Він може слугувати засобом розвитку пізнавального інтересу, формування критичного мислення та навичок самостійної роботи з інформацією. З іншого боку, відсутність чітких методичних підходів до добору й інтеграції відеоматеріалів у навчальний процес може призвести до зниження освітньої цінності контенту, поверхневого засвоєння знань чи навіть відволікання учнів.

Таким чином, постає проблема наукового обґрунтування мотиваційного потенціалу YouTube-контенту в освітньому процесі початкової школи та розробки практичних рекомендацій щодо його ефективного застосування. Це завдання набуває особливої актуальності у зв'язку з необхідністю модернізації шкільної освіти, пошуку нових форм взаємодії з «цифровим поколінням» і підвищення конкурентоспроможності вітчизняної освіти у глобальному середовищі.

Питання мотиваційного потенціалу сучасних технологій активно розглядається в працях як вітчизняних, так і зарубіжних педагогів та психологів. Особливу увагу приділено впливу цих технологій на мотивацію учнів початкової школи. Так, А. Волянюк [1] наголошує, що мотивація безпосередньо впливає на навчальну успішність молодших школярів і виступає важливим чинником у забезпеченні високого рівня засвоєння знань. Л. Дубровська, А. Горянська, В. Пісоцький та В. Король доводять, що інтерактивні методи та нестандартні педагогічні підходи значно підвищують інтерес учнів до навчання та сприяють активнішій участі в освітньому процесі. О. Мойко [3] зазначає, що інтеграція відео, анімації та інтерактивних презентацій у навчальний процес сприяє формуванню пізнавальної мотивації, підвищенню концентрації уваги та кращому засвоєнню матеріалу. С. Паламар та О. Линник [5] підкреслюють, що використання сучасних технологій дозволяє створювати більш цікаві та різноманітні уроки, підвищує активність учнів і сприяє розвитку критичного мислення та креативності.

Таким чином, сучасні дослідження підтверджують, що використання інтерактивних платформ і нетрадиційних форм уроків створює умови для активного залучення учнів, підвищення їх навчальної активності та формування стійкої пізнавальної мотивації.

Метою статті є дослідження мотиваційного потенціалу використання YouTube у навчальному процесі початкової школи.

Успішність навчальної діяльності дитини значною мірою визначається рівнем її мотивації. Навчання – це двосторонній процес, що включає діяльність учителя, спрямовану на організацію та подання навчального матеріалу та активність учня, який засвоює знання і формує власні компетенції.

Обов'язковим компонентом будь-якої діяльності, зокрема навчальної виступає мотивація. Адже від спрямованості та рівня сформованості навчальної мотивації безпосередньо залежить ефективність навчального процесу та успішність учня [1, с. 243].

Мотивація до навчання включає різні взаємопов'язані елементи, які постійно змінюються та трансформуються. До них належать потреби учня, прагнення, інтереси, переконання, ідеали та світогляд, а також цілі, визначені вчителем або обрані самостійно. Ці елементи формують напрям дій учня, дозволяючи задовольнити пізнавальні потреби та надати процесу навчання особистісної значущості.

Мотивований учень здатен бачити перспективу власного розвитку, вірить у свої можливості та сприймає навчання як захопливий процес, що відкриває шляхи до позитивних змін у житті. Таким чином, формування пізнавальної мотивації є не лише розвитком позитивного або негативного ставлення до навчання, а й ускладненням структури мотиваційної сфери учня шляхом включення нових її елементів [2, с. 67].

Ураховуючи, що мотивація є ключовим фактором ефективності навчальної діяльності, сучасні педагогічні дослідження звертають особливу увагу на використання мультимедійних засобів для її стимулювання. У сучасних умовах мультимедійні засоби є одними з найпопулярніших інструментів у навчальному процесі, оскільки вони об'єднують різні форми подання інформації на одному носії: текст, графіку, аудіо, цифрові дані, анімацію, відео, а також рухомі чи нерухомі зображення [4, с. 378].

Відео, зокрема, відіграє важливу роль у формуванні пізнавальної мотивації молодших школярів, адже забезпечує наочність навчального матеріалу, активізує увагу та сприяє кращому засвоєнню складних понять. Головною перевагою відео є можливість демонструвати інформацію наочно, що полегшує її сприйняття та прискорює засвоєння [5, с. 71].

Сьогодні цифрові платформи займають важливе місце у житті дітей і підлітків. Найпопулярнішими серед них в Україні є YouTube, Instagram, Facebook та TikTok [3]. Особливу увагу варто приділити YouTube, де учні можуть отримувати цікаві, яскраво оформлені та інтерактивні освітні матеріали. Використання цієї платформи у навчальному процесі дозволяє

поєднувати розважальний і навчальний контент, що підвищує зацікавленість учнів та сприяє розвитку внутрішньої мотивації до вивчення нових тем.

Відмітимо, що YouTube має ряд особливостей, що роблять його ефективним інструментом для мотивації учнів:

1. Візуалізація навчального матеріалу. Відео дозволяє перетворити абстрактні поняття на наочні образи. Наприклад, складні наукові явища, процеси у природі або математичні задачі стають зрозумілими через демонстрацію та анімацію.

2. Інтерактивність та емоційне залучення. Багато відео включають інтерактивні елементи: питання, вікторини, завдання на кмітливість. Це активізує дітей, підтримує їх увагу та стимулює до самостійної діяльності.

3. Доступність та різноманітність контенту. На YouTube можна знайти матеріали з будь-якої теми та будь-якого рівня складності, що дозволяє адаптувати навчання до індивідуальних потреб учнів.

4. Можливість самостійного навчання. Діти можуть переглядати відео повторно у зручний час, що сприяє закріпленню знань та розвитку самостійності в навчанні.

Таким чином, використання YouTube у початковій школі сприяє досягненню наступних позитивних ефектів: підвищенню інтересу до предметів завдяки яскравому та наочному поданню матеріалу, розвитку самостійності та критичного мислення, формуванню творчих здібностей і мотивації до активної участі в навчальному процесі.

У табл. 1 наведено приклади використання YouTube-контенту та пояснено його мотиваційний потенціал.

Таблиця 1

Мотиваційний потенціал YouTube-контенту в освітньому процесі
початкової школи

№	Приклад використання	Пояснення мотиваційного потенціалу
1	Відео-демонстрації наукових експериментів	Учні бачать, як відбуваються процеси, що допомагає зрозуміти складні явища і робить навчання наочним та захопливим.
2	Математичні анімації та інтерактивні задачі	Візуалізація задач та їх покрокове розв'язання стимулює інтерес до предмета та сприяє кращому засвоєнню матеріалу.
3	Навчальні пісні та римовані уроки	Мелодійні та ритмічні матеріали покращують запам'ятовування та створюють позитивну емоційну атмосферу.
4	Вікторини та інтерактивні завдання	Активізують увагу, мотивують до самостійної діяльності та розвитку критичного мислення.
5	Відео-уроки з іноземних мов	Допомагають формувати мовну компетентність, тренують сприйняття на слух і заохочують до практики через інтерактивні вправи.

6	Креативні майстер-класи (малювання, аплікації, конструювання)	Стимулюють творчість, розвиток дрібної моторики та самовираження, а також мотивують до активної участі.
7	Відео-екскурсії та подорожі	Розширюють кругозір учнів, формують інтерес до світу та спонукають до обговорення та пізнання нового.

Джерело: сформовано автором самостійно

Отже, YouTube є потужним інструментом для мотивації молодших школярів, дозволяючи зробити навчання більш наочним, інтерактивним та цікавим. За умови грамотного педагогічного підходу його використання сприяє підвищенню внутрішньої мотивації, розвитку пізнавальної активності та формуванню ключових компетентностей учнів початкової школи. Інтеграція мультимедійних ресурсів у навчальний процес відповідає сучасним вимогам освіти та відкриває нові можливості для розвитку кожної дитини.

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на вивчення впливу інтерактивного YouTube-контенту на розвиток конкретних компетентностей учнів та довгострокову пізнавальну мотивацію.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Волянчук А. Мотивація як фактор підвищення навчальної успішності молодших школярів. *Актуальні питання гуманітарних наук: міжвузівський збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка*. 2020. Том 1, № 27, С. 241–245. DOI: <https://doi.org/10.24919/2308-4863.1/27.203423>
2. Дубровська Л., Горянська А., Пісоцький В., Король В. Формування мотивації до навчання в учнів початкової школи засобами нетрадиційних форм уроків. *Наукові записки. Серія «Психолого-педагогічні науки»*. 2025. № 1. С. 64–73. DOI: <https://doi.org/10.31654/2663-4902-2025-PP-1-64-73>
3. Кафтан М. Instagram, TikTok, Youtube. Що дивляться підлітки та як використати це на користь навчанню. *Всеосвіта: офіційний сайт*. URL: <https://vseosvita.ua/c/pedagogy/post/59125>
4. Мойко О. Особливості стимулювання навчальної діяльності учнів початкової школи засобами мультимедійних технологій. *Грааль науки*. 2023. № 28. С. 377–380. DOI: <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.09.06.2023.60>
5. Паламар С., Линник О. Впровадження медіазасобів в початковій школі на уроках гуманітарного циклу. *Молодий вчений*. 2021. №8 (96). С. 69–73. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2021-8-96-15>

Науковий керівник докторка філософії пед. наук, доцентка Бальоха А.С.

РОЗДІЛ II

ПРИРОДНИЧО-МАТЕМАТИЧНІ
НАУКИ

**ФАКУЛЬТЕТ БІОЛОГІЇ,
ГЕОГРАФІЇ ТА ЕКОЛОГІЇ**

БІОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ ТА СТРАТЕГІЇ ПРОТИДІЇ ЯВИЩУ АНТИБІОТИКОРЕЗИСТЕНТНОСТІ

У статті розглядаються основні біологічні механізми формування антибіотикорезистентності у мікроорганізмів, а також сучасні стратегії протидії цьому явищу в глобальному масштабі. Проаналізовано роль генетичних мутацій, горизонтального перенесення генів, біоплівок та надмірного застосування антибіотиків у медицині й сільському господарстві. Особливу увагу приділено розвитку нових підходів до терапії — антимікробним пептидам, фаготерапії, комбінованим препаратам і системам контролю застосування антибіотиків. Зазначено важливість міждисциплінарного підходу, що об'єднує біологічні, медичні та екологічні аспекти.

Ключові слова: антибіотикорезистентність, мікроорганізми, гени резистентності, фаготерапія, антимікробні стратегії.

The article examines the main biological mechanisms of the development of antibiotic resistance in microorganisms and modern strategies to counter this phenomenon globally. The role of genetic mutations, horizontal gene transfer, biofilms, and the overuse of antibiotics in medicine and agriculture is analyzed. Special attention is paid to the development of new therapeutic approaches such as antimicrobial peptides, phage therapy, combination drugs, and systems for monitoring antibiotic use. The importance of an interdisciplinary approach combining biological, medical, and ecological perspectives is emphasized.

Key words: antibiotic resistance, microorganisms, resistance genes, phage therapy, antimicrobial strategies.

Антибіотикорезистентність є одним із найсерйозніших викликів сучасної біології, медицини та охорони здоров'я загалом, адже вона підриває основу одного з найважливіших досягнень людства — здатність ефективно контролювати інфекційні захворювання. ВООЗ попереджає, що якщо не вжити негайних заходів, то до 2050 року стійкі до антибіотиків інфекції можуть стати причиною смерті понад 10 мільйонів людей щорічно, перевищивши смертність від онкологічних хвороб. Витоки цієї проблеми криються в надмірному та нераціональному застосуванні антибіотиків як у медицині, так і в тваринництві, харчовій промисловості й побуті. Зловживання антимікробними засобами створює потужний селекційний тиск, унаслідок чого виживають лише найбільш стійкі бактерії, які з часом стають домінантними у своїй екосистемі [3, с. 3-16]. Такий еволюційний процес відбувається природним шляхом, проте його швидкість значно прискорюється під впливом людської діяльності, що й робить

антибіотикорезистентність однією з головних глобальних загроз XXI століття.

Біологічна основа антибіотикорезистентності полягає у здатності мікроорганізмів адаптуватися до дії антимікробних препаратів через різноманітні механізми, серед яких ключову роль відіграють генетичні мутації та горизонтальне перенесення генів. Мутації в генах-мішенях змінюють структуру білків, з якими взаємодіє антибіотик, роблячи його неефективним. У той час як горизонтальний перенос генів — через плазміди, транспозони або бактеріофаги — дозволяє бактеріям різних видів обмінюватися фрагментами ДНК, що кодують антибіотикорезистентність. Найбільш поширеними є гени, які кодують ферменти β -лактамази, карбапенемази, ацетилтрансферази та метилтрансферази. Ці ферменти руйнують молекулу антибіотика або змінюють його мішень дії, унаслідок чого препарат втрачає ефективність [3]. Зокрема, ферменти β -лактамази розщеплюють β -лактамне кільце пеніцилінів і цефалоспоринів, тоді як карбапенемази здатні інактивувати навіть найсильніші антибіотики останнього покоління.

Особливо небезпечним аспектом є поширення генів резистентності через плазміди — автономні кільцеві молекули ДНК, які можуть легко передаватися між різними бактеріями, у тому числі між патогенними і непатогенними формами. Це створює своєрідний «генетичний резервуар» стійкості, з якого нові штами швидко отримують необхідні гени для виживання в умовах антибіотичного тиску. Внаслідок цього виникають мультирезистентні мікроорганізми (MDR), проти яких звичайні лікарські засоби виявляються безсилими. Прикладами є *Staphylococcus aureus*, *Klebsiella pneumoniae*, *Acinetobacter baumannii*, *Pseudomonas aeruginosa* та *Mycobacterium tuberculosis*, резистентність яких призводить до значних ускладнень лікування і підвищення рівня смертності. Таким чином, антибіотикорезистентність — це не лише мікробіологічна проблема, а комплексне еволюційне явище, що відображає здатність живих систем до виживання, і водночас вимагає комплексних біологічних, фармакологічних та соціальних рішень на глобальному рівні.

Важливу роль у стійкості відіграють біоплівки — складні мікробні спільноти, оточені позаклітинним матриксом, який ускладнює проникнення антибіотиків. Саме біоплішкові форми бактерій часто стають причиною хронічних і внутрішньолікарняних інфекцій. Дослідження показали, що клітини всередині біоплівки мають у десятки разів вищий рівень резистентності порівняно з planktonic-формами. Такий механізм природного захисту вимагає пошуку альтернативних способів впливу на мікроорганізми. Серед сучасних стратегій боротьби з антибіотикорезистентністю виділяють три основні напрями. Перший — зниження нераціонального використання антибіотиків. Це передбачає створення національних програм контролю, обмеження безрецептурного продажу препаратів та запровадження моніторингу в лікарнях і

фермерських господарствах. Другий — розробка нових протимікробних агентів, зокрема антимікробних пептидів, фаготерапії, CRISPR-технологій для цілеспрямованого знищення генів резистентності. Третій — мультидисциплінарний підхід, який поєднує біотехнологію, молекулярну генетику та імунологію з метою створення комплексних рішень [1, с. 282-286].

Перспективним напрямом у боротьбі з антибіотикорезистентністю є використання бактеріофагів — вірусів, що вибірково уражають бактерії, проникають у клітину, розмножуються в ній та викликають її лізис, тим самим повністю знищуючи патоген. Їхня головна перевага полягає у вузькій специфічності: фаги впливають лише на певний вид або навіть штам бактерій, не порушуючи природну мікрофлору організму, що робить фаготерапію значно безпечнішою порівняно з традиційними антибіотиками. Такий підхід не сприяє формуванню нових резистентних штамів, оскільки бактеріофаги еволюційно пристосовуються до змін своїх мішеней, зберігаючи ефективність навіть за наявності мутацій у бактерій. Крім того, фаготерапія має менше побічних ефектів, не викликає алергічних реакцій та не впливає негативно на печінку чи нирки, що є характерним недоліком антибіотиків. Сьогодні розробляються комплексні фагові коктейлі, що поєднують кілька різновидів бактеріофагів для розширення спектра їхньої дії. Вони вже довели свою ефективність у лікуванні інфекцій, викликаних *Staphylococcus aureus*, *Klebsiella pneumoniae*, *Pseudomonas aeruginosa*, *Escherichia coli* та іншими мультирезистентними збудниками [6, с. 4-10]. У клініках Європи, США та України проводяться клінічні випробування фаготерапії для лікування гнійно-запальних процесів, післяопераційних інфекцій, уражень шкіри, дихальних шляхів, сечостатевої системи та опікових ран. Отримані результати свідчать про те, що бактеріофаги можуть стати реальним інструментом у терапії там, де антибіотики вже безсилі.

Водночас сфера застосування бактеріофагів виходить далеко за межі клінічної медицини. Сьогодні фаги активно використовуються у ветеринарії для профілактики та лікування інфекцій у тварин без ризику потрапляння антибіотичних залишків у продукти харчування. У харчовій промисловості бактеріофаги виступають як біобезпечна альтернатива хімічним консервантам, ефективно знижуючи рівень бактеріального забруднення м'яса, молока та овочевої продукції. В аграрному секторі вони застосовуються для захисту рослин від бактеріальних хвороб, що дозволяє зменшити використання агрохімікатів і зберегти біорізноманіття ґрунтів. У хірургії та стоматології тривають дослідження щодо поєднання фагів з полімерними матеріалами для створення антимікробних покриттів імплантатів та шовних матеріалів [2, с. 3-16]. Перспективним напрямом є й синергія бактеріофагів з антибіотиками — так званий комбінований підхід, який дозволяє одночасно посилювати дію антибіотика і запобігати розвитку резистентності. Таким чином, бактеріофаги відкривають нову еру в антимікробній терапії, поєднуючи високу специфічність, біологічну

безпечність і потенціал для широкого застосування у різних галузях медицини, екології та промисловості.

Паралельно з фаготерапією активно розвиваються й інші альтернативні антимікробні технології, що покликані зменшити залежність від традиційних антибіотиків. Серед них — наночастинки срібла, цинку та міді, які мають здатність руйнувати клітинні стінки бактерій, дестабілізувати мембрани та блокувати ферментні системи. Такі наноматеріали демонструють широкий спектр антимікробної активності, включно з дією проти мультирезистентних штамів. Водночас триває вивчення природних екстрактів рослин — поліфенолів, алкалоїдів, терпенів — що проявляють виражену антимікробну та антиоксидантну дію, підсилюючи ефект традиційних препаратів. Важливим напрямом є також використання пробіотичних культур, здатних конкурувати з патогенами за поживні ресурси та місця адгезії, а також продукувати речовини з антибактеріальними властивостями, наприклад, бактеріоцини [5, с. 380]. Поєднання фагів, наночастинок, фітокомпонентів і пробіотиків у комплексних біопрепаратах може стати фундаментом нової генерації антимікробних засобів які забезпечать тривалий захист без ризику розвитку резистентності. Таким чином, майбутнє антимікробної терапії формується на стику молекулярної біології, нанотехнологій і мікроекології, що відкриває шлях до створення ефективних і безпечних стратегій протидії антибіотикорезистентності.

Загалом ефективна протидія антибіотикорезистентності можлива лише за умов глобальної співпраці між науковими установами, медичними закладами, урядами та громадськістю, адже це явище виходить далеко за межі окремих країн чи континентів. Вирішення проблеми потребує системного підходу, який охоплює не лише розробку нових лікарських засобів, але й удосконалення політики їхнього застосування. Особливу роль відіграють міжнародні ініціативи, такі як Глобальний план дій ВООЗ, що спрямований на скорочення випадків безконтрольного використання антибіотиків, посилення інфекційного контролю та підвищення обізнаності медичних працівників і населення. Біологічний аспект цієї проблеми полягає не лише у глибокому розумінні механізмів формування резистентності, а й у створенні культури відповідального ставлення до антибактеріальної терапії, коли кожен пацієнт усвідомлює наслідки самовільного прийому препаратів [4, с. 115-120]. Необхідно інтегрувати освітні програми у навчальні заклади, удосконалити систему моніторингу антибіотикорезистентних штамів та впроваджувати програми антимікробного стюардшипу в лікарнях. Важливим є розвиток глобальних баз даних для відстеження епідеміологічних тенденцій і швидкого реагування на появу нових резистентних патогенів. Лише такий комплексний підхід, що поєднує профілактику, дослідження, міжнародне партнерство та інноваційні терапевтичні рішення, здатен зупинити

зростання цього небезпечного явища і зберегти ефективність антибіотиків як одного з найважливіших досягнень сучасної медицини.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Harris, J. C., Cottrell, S. L., Plummer, S., & Lloyd, D. (2021). Antimicrobial properties of *Allium sativum* (garlic). *Applied Microbiology and Biotechnology*, 57(3), 282–286.
2. Williams, J. S., & Cooper, R. M. (2023). Elemental sulphur is produced by diverse plant families as a component of defence against fungal and bacterial pathogens. *Physiological and Molecular Plant Pathology*, 63(1), 3-16.
3. Антибіотикорезистентність – що це? URL: <https://kh.cdc.gov.ua/news/antybiotykorезystentnist-shho-tse/> (дата звернення 06.10.2025)
4. Гарифуліна М.А. Характеристика стафілококів та їх роль у патології дітей / М.А. Гарифуліна, О.С. Воронкова, А.І. Вінніков // Вісник Дніпропетровського університету. Серія: Біологія. Медицина. – 2024. – № 5 (2). – С. 115-120.
5. Салманов А.Г. Стратегічний план дій України з профілактики інфекцій, пов'язаних з наданням медичної допомоги та антимікробної резистентності / А.Г. Салманов. – К.: Аграр Медіа Груп, 2016. – 380 с.
6. Фещенко Ю.І. Антибіотикорезистентність мікроорганізмів. Стан проблеми та шляхи вирішення / Ю.І. Фещенко, М.І. Гуменюк, О.С. Денисов // Український хіміотерапевтичний журнал. – 2020. – № 1-2 (23). – С. 4-10.

Науковий керівник кандидат біологічних наук, доцент Гасюк О.М.

УДК 37.015.3:91

Бондар О.Ю.

ГЕОМОРФОЛОГІЧНІ БЕРЕГОВІ СИСТЕМИ УКРАЇНИ В ГЕОГРАФІЇ СЕРЕДНЬОЇ ШКОЛИ: ЗМІСТ ТА МЕТОДИЧНІ ЗАВДАННЯ

У статті було розглянуто методичні завдання вивчення геоморфологічних берегових систем України в курсі географії в шкільному курсі географії. Важливість використання краєзнавчого підходу, де під час вивчення теми берегових систем України можна використовувати ГІС-технології та інші цифрові технології, що сприяють формуванню просторового, критичного мислення та екологічної відповідальності учнів і формування практичних навичок з сучасними цифровими інструментами.

Ключові слова: берегові системи, географія України, методика навчання, краєзнавчий підхід, екологічна компетентність.

The article examines the methodological tasks of studying the geomorphological coastal systems of Ukraine within the school geography

course. The importance of applying a local history approach is emphasized, where GIS technologies and other digital tools can be used in the study of Ukraine's coastal systems. Such an approach contributes to the development of spatial and critical thinking, ecological responsibility among students, as well as the formation of practical skills with modern digital instruments.

Keywords: coastal systems, geography of Ukraine, teaching methodology, local history approach, ecological competence.

В сучасній географічній освіті набуває актуальність на те, щоб учні не просто запам'ятовували інформацію, а розуміли взаємозв'язки та особливості складних природних систем. Однією з ключових є берегові системи України, які мають значний екологічний, соціально-економічний та рекреаційний потенціал. В умовах зміни клімату та інтенсивного економічного освоєння узбережжя особливого значення набуває екологічно орієнтована освіта, яка поєднує наукову точність з практичним значенням і використанням інформаційно-комунікаційних технологій (ІКТ) та інтеграція їх в навчальний процес під час вивчення даної теми. Дослідження має на меті розробити методологічні принципи формування цілісного розуміння особливостей прибережних систем України в учнів у процесі вивчення географії.

Теоретико-методологічні основи вивчення даної теми базуються на формуванні географічних уявлень та принципах конструктивізму, який наголошує на активній взаємодії учня в процесі навчання та засвоєнні знань через практичну діяльність і перевірку знань де основних форм організації навчальної діяльності включають фронтальні уроки — це класична форма організації навчального процесу, під час якої вчитель систематично викладає теоретичний матеріал з використанням наочних засобів. Дослідження в галузі психології та педагогіки підтверджують, що просторові уявлення найефективніше розвиваються при поєднанні словесних методів з візуальними (карти, схеми, мультимедійні матеріали) та практичними завданнями. Особливу роль відіграє краєзнавчий підхід, який інтегрує приклади з місцевого середовища, забезпечуючи тісний зв'язок освітнього змісту з життєвим досвідом учнів. Краєзнавчий підхід у навчанні географії, зокрема при вивченні берегових систем України, має особливе значення, оскільки він орієнтований на дослідження природних і культурних особливостей рідного краю, що забезпечує безпосередній зв'язок між навчальним матеріалом і реальним досвідом учнів особливо що втрата природної стійкості берегів стала серйозною загрозою не лише для екологічного балансу, а й для соціально-економічного розвитку українських прибережних регіонів таким чином, берегові системи України не лише є природним багатством, але й основою для сталого розвитку та екологічної безпеки, що вимагає подальших наукових досліджень і впровадження збалансованих екологічних стратегій. Краєзнавство розглядається як тривимірна система, що поєднує простір (географію), час (історичний

розвиток) і людину (соціум), що дає змогу розглянути берегові системи не лише з природознавчої точки зору, а й у контексті перспективи розвитку регіону, особливостей господарської діяльності та культурної спадщини [1]. Дослідницька діяльність при вивченні геоморфологічної берегової системи що включає в себе:

1. Берегову лінію — умовну лінію, що позначає межу, де поверхня води зустрічається із сушею. Через зміну рівня води ця межа не є постійною і залежить від середніх багаторічних показників.

2. Берег — смугу суші, що примикає до берегової лінії, рельєф якої формується під дією морських процесів. Це пляжі, пляжні уступи, дюни, берегові схили та інші форми.

3. Підводний береговий схил — частина морського дна, розташована вздовж берега, де хвилі й течії здатні активно змінювати морське дно, розмивати його чи акумулювати наносний матеріал.

Типологія геоморфологічних берегових систем базується на характері морфодинамічних процесів і домінуючих формах рельєфу, тобто на тому, які природні процеси (абразія, акумуляція, тектонічні рухи тощо) переважають у формуванні узбережжя, а також на вигляді рельєфних форм, що там утворюються. Основні типи беруть до уваги два ключові природні підходи до формування узбережжя, зокрема: абразійний тип берегів та акумулятивний тип берегів.

Для її вивчення використовується робота з картографічними матеріалами (картами, схемами, геоінформаційними системами), польові спостереження, аналіз геоморфологічних процесів на прикладі місцевості. Учні вчаться встановлювати причинно-наслідкові зв'язки, моделювати вплив природних чинників на формування берегових ландшафтів, розробляти практичні проєкти, що сприяє глибшому розумінню теми і її екологічного значення [2]. Використання ГІС-технологій, Google Maps, Google Earth та інших інтерактивних технологій що дозволяє наочно демонструвати берегові процеси, такі як абразія, акумуляція або трансгресія морів особливо за допомогою Google Earth Pro де є опція порівнювати супутникові знімки різного часу, що сприяє формуванню критичного мислення та розвитку екологічної компетентності згідно стандартів рівня освіти. Особливо де практичні роботи заняття спрямовані на активне залучення учнів до процесу безпосередньої взаємодії з географічними об'єктами та джерелами інформації де викладач використовуючи комп'ютер, організовує демонстрації поступового додавання інформаційних шарів, активуючи відповідні елементи на картах та діаграмах, такі як тектонічні структури чи типи узбережжя. Це дозволяє учням зосередитися на ключових аспектах, пов'язаних з темою. Такий методичний підхід допомагає зменшити інформаційне перевантаження, покращує концентрацію уваги та стимулює ефективніше засвоєння матеріалу. В рамках цього вони виконують географічні практики, досліджують узбережжя, використовують картографічні матеріали, аналізують

зображення та працюють з геоінформаційними системами. Такі підходи допомагають учням опанувати навички просторового аналізу змін берегової лінії, зрозуміти закономірності ерозії, акумуляції та інших морфогенетичних процесів відкривається можливість для проектних і дослідницьких завдань, польових досліджень, моделювання природних процесів. Така діяльність не лише розвиває дослідницькі здібності та вміння використовувати сучасні цифрові технології, але й сприяє формуванню свідомого ставлення до природних ресурсів. З поєднанням творчих завдань що вимагають глибшого вивчення теми через дослідження або проектну діяльність. Це може включати: розробку короткого проекту або презентації про захист прибережних територій України, де учень або група учнів формулюють проблеми, пропонують рішення та презентують свої ідеї; написання есе або рефлексивних текстів про вплив людської діяльності на прибережні системи; проведення невеликого дослідження (наприклад, спостереження або опитування) та презентація результатів. Завдання відкритого типу спонукають учнів формулювати розгорнуті відповіді та пояснювати ключові поняття, з'ясовуючи причинно-наслідкові зв'язки. Наприклад, проаналізувати вплив хвиль на формування абразійного узбережжя, описати механізм формування акумулятивних узбережжя, вказавши їх основні характеристики, або простежити зв'язок між тектонічними рухами та трансформацією берегової лінії. Такі завдання сприяють розвитку критичного мислення, вміння чітко формулювати та аргументувати власні думки, а також перевіряють рівень глибокого розуміння предмета.

Творчі завдання заохочують самостійність, ініціативу, дослідницькі навички та командну роботу, що важливо для розвитку екологічної свідомості. Для ефективного перевірці засвоєних знань можна використовувати простий але ефективний інструмент як тестові завдання, де можна використовувати електронні ресурси. Особливо при використанні адаптивного тестування. Де розробка чітких критеріїв оцінювання є ключовим аспектом розробки адаптивних тестів. Через значну варіабельність тестів, що складаються різними учнями, необхідно забезпечити чіткість та узгодженість у процесі оцінювання відповідей [3].

Підводячи підсумок що запропоновані матеріали можуть бути інтегровані в освітній процес, значно підвищуючи ефективність викладання географії та стимулюючи розвиток просторового, критичного та екологічного мислення учнів. Результати роботи сприяють удосконаленню методики навчання з акцентом на використання інноваційних технологій та краєзнавчого підходу. Особливо використання геоінформаційних систем має особливе значення в освітньому процесі, оскільки вони сприяють підвищенню його наочності та динамічності. Зокрема, використання програмного забезпечення Google Earth Pro створює можливість для студентів самостійно досліджувати закономірності та тенденції динаміки прибережних процесів. Такий підхід стимулює розвиток просторового

мислення, критичного судження та аналітичних навичок. Психолого-педагогічні аспекти, спрямовані на активізацію мислення, розвиток творчих здібностей та комунікативних навичок учнів, базуються на використанні вербальних підходів, ілюстративних та демонстративних методик, проблемного навчання, дослідницьких методів, застосуванні географічного моделювання. Перспективи подальших досліджень включають апробацію запропонованих методик, їх адаптацію до різних вікових груп учнів та розробку міждисциплінарних проектів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. «Інновації в освіті», Харків, 2023. — С. 134–139.
2. Назаренко, Т. П. Сучасні інформаційні технології навчання географії / Т. П. Назаренко // Науковий часопис УДПУ. Серія: Педагогічні науки. — 2022. — Вип. 51. — С. 75–85.
3. Радкевич, О. П. (2023). Адаптивне тестування в контексті використання електронних засобів навчання: суть, розроблення та оцінювання. Професійна педагогіка, 1(26), 58-73.

Науковий керівник кандидат географічних наук, доцент Котовський І.М.

УДК 37.091.2-044.332"364":37.018.43

Зобровська М.О.

ПОТЕНЦІАЛ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ ДЛЯ ПОДОЛАННЯ ОСВІТНІХ ВТРАТ І НАСЛІДКІВ ВПЛИВУ ВІЙНИ

У статті проаналізовано вплив воєнного стану на організацію та функціонування освітнього процесу в Україні. Розглянуто основні виклики, з якими стикаються учасники освітнього середовища, а також окреслено можливі шляхи адаптації навчання в умовах воєнного часу, зокрема впровадження проєктів онлайн-навчання для подолання освітніх втрат.

Ключові слова: воєнний стан, освітній процес, дистанційне навчання, освітні втрати, адаптація освіти.

The article analyses the impact of martial law on the organisation and functioning of the educational process in Ukraine. The main challenges faced by participants in the educational environment are considered, and possible ways of adapting education in wartime, including the introduction of online learning projects to mitigate educational losses, are outlined.

Keywords: martial law, educational process, distance learning, educational losses, adaptation of education.

У сучасних умовах воєнного стану в Україні освітня система стикається з численними викликами, що потребують оперативних рішень та адаптації до нових реалій. Освіта завжди була важливою складовою розвитку держави, але в умовах військових дій її функціонування зазнало значних змін. Одним із ключових аспектів забезпечення безперервності освітнього процесу стало впровадження дистанційного навчання, зокрема через онлайн школи.

За оцінками Світового банку та Міністерства освіти, на ранніх етапах війни було пошкоджено/знищено тисячі навчальних закладів; це призвело до значних перебоїв у навчанні та поширеного переходу на дистанційні формати [7, с.1–2]. Масові переселення та зміна учнів/викладачів: сотні тисяч учнів стали біженцями або ВПО, що ускладнило наскрізний доступ до освіти та спричинило необхідність організації навчання в нових місцях та за кордоном [7, с.1–2].

Метою дослідження було проаналізувати вплив воєнного стану на освітній процес, його адаптації до нових умов, а також визначення перспектив розвитку онлайн освіти у складний період для країни.

Воєнний стан змусив освітні установи оперативно реагувати на нові виклики. Передусім, значна частина шкіл, університетів та інших закладів освіти перейшла на дистанційне навчання. Це дозволило забезпечити безпеку учнів та студентів, водночас зберігаючи можливість отримання знань [2,4].

З вересня 2022 року освітній процес частково перейшов у змішаний формат, але його ефективність часто переривалася через повітряні тривоги, відключення електроенергії та інші наслідки війни. За підсумками навчального року 2022/2023 було зафіксовано значні освітні втрати учнів, які включають погіршення успішності з основних предметів [3, с.4]. Термін «освітні втрати» охоплює прогалини у знаннях і навичках учнів, які виникли через переривання навчального процесу. Згідно з дослідженням [1], ці втрати можна класифікувати на три основні компоненти:

1. Навчальні втрати – погіршення академічних знань і навичок через пропуски занять або перерви в освіті.
2. Виховні втрати – зниження рівня соціального, емоційного та психологічного розвитку учнів.
3. Втрати темпу розвитку особистості – уповільнення всебічного розвитку учнів через обмежений доступ до освіти та соціальних активностей.

У педагогіці розглядається низка способів подолання освітніх втрат, жоден із яких не є універсальним. Основні підходи включають:

- Додатковий рік навчання – можливість продовження освіти для учнів із значними прогалинами у знаннях. Однак цей метод є дорогавартісним і складним для реалізації.

- Навчання під час канікул – організація додаткових занять у позанавчальний час. Ефективність залежить від мотивації учнів і стимулів для вчителів.
- Індивідуальні та групові заняття – проведення уроків у малих групах або індивідуально з урахуванням діагностики знань учнів.
- Перегляд освітніх програм – адаптація навчальних матеріалів до потреб учнів із врахуванням їхніх прогалин у знаннях.
- Розроблення додаткового освітнього контенту – створення якісних матеріалів для самостійного або групового навчання.

У міжнародній практиці існують ефективні підходи до компенсації освітніх втрат. Наприклад, у Великій Британії діє Національна програма репетиторства, яка допомагає учням надолужувати прогалини у знаннях через додаткові заняття, а у Фінляндії використовується платформа Eduten на основі штучного інтелекту для діагностики та покращення результатів навчання з математики [7]. Ці інструменти забезпечують індивідуальний підхід до кожного учня та сприяють підвищенню мотивації до навчання.

В Україні, у відповідь на виклики воєнного стану, складну безпекову обстановку та географічну розпорошеність учасників освітнього процесу, реалізуються дистанційних-проекти для подолання освітніх втрат, наприклад «Освітній суп» – безоплатні онлайн-заняття для учнів 5-10 класів із математики та української мови, «Catch up-класи» – додаткові уроки для учнів, які мають прогалини у знаннях, Мобільний застосунок «Вивчаю – не чекаю» – інтерактивний інструмент для навчання дітей з початкової школи [4]. Ці програми спрямовані на адаптацію навчального процесу до умов війни та підтримку учнів у складний період.

Система освіти України зазнала значних викликів через військові дії, проте поступово адаптується до нових умов. Подолання освітніх втрат є актуальним завданням для державних і недержавних установ. Важливо забезпечити комплексний підхід, який включатиме як академічну підтримку учнів, так і психологічну допомогу. Інноваційні рішення у сфері онлайн-навчання можуть стати важливими інструментами для відновлення якості освіти в Україні.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Биков В. Ю. Дистанційна освіта: актуальність, особливості і принципи побудови, шляхи розвитку та сфера застосування. Інформаційне забезпечення навчально-виховного процесу: інноваційні засоби і технології : колективна монографія. Київ : Атіка, 2005. С. 77-92.
2. Зінченко В. М., Квітко Н. М., Михайлова Л. М. Специфіка й особливості організації дистанційного навчання в умовах воєнного стану: виклики та стратегії подолання. Перспективи та інновації науки. 2024, Вип. 1 (35). С. 72-82.
3. Онопрієнко О. В. The Finnish platform Eduten as a tool for measuring learning losses. Педагогічна компаративістика і міжнародна освіта - 2023: горизонти інновацій : збірник матеріалів VII Міжнародної наукової конференції (Київ, 25 травня 2023 р.). Київ / Тернопіль : Крок, 2023. С. 208-211.

4. Родінова Н. Л., Червоний М. В. Особливості дистанційного навчання студентів в умовах воєнного стану. Перспективи та інновації науки. 2022. № 4 (9). С. 285-295.
5. Романовський О. Г., Литвинова С. Г., Луговий В. І. Фактори розвитку та напрями вдосконалення дистанційної форми навчання в системі вищої освіти України. Інформаційні технології та засоби навчання. 2019. Т. 74, № 6. С. 20–42.
6. Шелестова Л. В. Освіта в умовах воєнного стану та в повоєнний період: виклики, ресурси та шляхи компенсації. Світ дидактики: дидактика в сучасному світі: збірник матеріалів III Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції, 07-08 листопада 2023 р. [за наук. ред. академіка НАПН України О. Топузова і проф. О. Малихіна]. Київ : Видавництво «Людмила», 2024. С. 131-134.
7. World Bank. Education: Impact of the War in Ukraine / World Bank. — May 2022. — URL: <https://documents1.worldbank.org/curated/en/099945306202211104/pdf/P1775870809f1d04d0844c0e7042abf0eb5.pdf>

Науковий керівник докторка географічних наук, професорка Мальчикова Д.С.

УДК: 577.21

Іванов Д.О.

ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ГЕНЕТИЧНОЇ ОРГАНІЗАЦІЇ ЗЛОЯКІСНИХ КЛІТИН

Анотація.

У статті розглядаються теоретичні аспекти вивчення генетичної організації злоякісних клітин. Проаналізовано ключові молекулярно-біологічні механізми, що лежать в основі канцерогенезу, зокрема роль генетичних мутацій, епігенетичних змін та хромосомної нестабільності у формуванні злоякісного фенотипу. Розкрито значення онкогенів і генів-супресорів пухлин у процесах проліферації, апоптозу та клітинної диференціації. Зазначено, що комплексне розуміння структури та функціонування генетичного апарату пухлинної клітини має вирішальне значення для діагностики, прогнозування і персоналізованого підходу до лікування онкологічних захворювань.

Ключові слова: злоякісні клітини, генетична організація, онкогени, гени-супресори, мутації, канцерогенез.

Annotation.

The article examines the theoretical aspects of studying the genetic organization of malignant cells. It analyzes key molecular and biological mechanisms underlying carcinogenesis, including the role of genetic mutations, epigenetic alterations, and chromosomal instability in the formation of malignant phenotypes. The significance of oncogenes and tumor suppressor genes in regulating proliferation, apoptosis, and cellular differentiation is highlighted. It

is emphasized that a comprehensive understanding of the structure and functioning of the genetic apparatus of tumor cells is essential for diagnosis, prognosis, and the development of personalized treatment approaches in oncology.

Key words: malignant cells, genetic organization, oncogenes, tumor suppressors, mutations, carcinogenesis.

Основна частина

Генетична організація клітини є фундаментальною основою її життєдіяльності, визначаючи характер функціонування усіх внутрішньоклітинних процесів. Для злоякісних клітин ця організація зазнає суттєвих змін, що зумовлюють втрату контролю над ростом, диференціацією та апоптозом.

Ядро еукаріотичної клітини, яке містить спадковий матеріал у вигляді ДНК, відіграє координуючу роль у регуляції генетичної експресії. Просторова організація хроматину, що представлена еухроматином і гетерохроматином, забезпечує структурну та функціональну диференціацію геному. При злоякісній трансформації клітин спостерігається зміщення балансу між цими структурами, порушення зв'язків між регуляторними доменами та зміна топології ядерних компонентів.

Мутації в онкогенах і генах-супресорах пухлин є центральним чинником розвитку раку. Онкогени, такі як RAS, MYC, BRAF, у результаті точкових мутацій або ампліфікацій набувають патологічної активності, стимулюючи безконтрольну проліферацію. Натомість гени-супресори, зокрема TP53 і RB1, втрачають здатність обмежувати клітинний цикл і ініціювати апоптоз. Унаслідок цього клітини набувають переваги у виживанні та стійкості до терапевтичних впливів.

Важливе місце у патогенезі злоякісних новоутворень займає хромосомна нестабільність, яка проявляється у вигляді транслокацій, делецій, інсерцій або ампліфікацій. Такі перебудови формують гібридні гени, наприклад BCR-ABL1 при хронічному мієлоїдному лейкозі, що зумовлює постійну активацію сигнальних каскадів. У результаті формується гетерогенна популяція клітин із різними генетичними наборами, що сприяє прогресії пухлини та розвитку резистентності.

Окрім генетичних мутацій, значну роль у злоякісній трансформації відіграють епігенетичні механізми. Метилування ДНК, модифікації гістонів і дія некодуючих РНК змінюють експресійний профіль генів без зміни нуклеотидної послідовності. Такі процеси здатні як активувати онкогени, так і блокувати гени-супресори. Зокрема, гіперметилування промоторів може призводити до стійкого “вимикання” критичних генів контролю клітинного росту.

У сучасній онкології все більшої ваги набувають молекулярні маркери злоякісних клітин, які дозволяють здійснювати точну діагностику та прогнозування перебігу хвороби. Мутаційний статус генів EGFR, BRAF,

HER2 чи рівень мікросателітної нестабільності (MSI) визначають вибір таргетної або імунотерапії. Використання методів секвенування нового покоління (NGS) та рідинної біопсії забезпечує неінвазивне виявлення пухлинних мутацій і моніторинг ефективності лікування.

Таким чином, дослідження генетичної організації злоякісних клітин має ключове значення для розуміння механізмів канцерогенезу. Комплексний аналіз генетичних і епігенетичних змін дозволяє сформуванню науково обґрунтовану основу для розробки персоналізованих терапевтичних стратегій, спрямованих на підвищення ефективності лікування онкологічних захворювань.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Благий Д.Г. Комп'ютерне моделювання процесів виникнення і росту злоякісних утворень. 2024. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://ela.kpi.ua/items/ab03cac1-22a5-46d6-8584-e9eaac8fe9d3>
2. Гаврилов А.Ю. Роль імуногенної клітинної смерті в віротерапії злоякісних новоутворень. 2021. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://repo.knmu.edu.ua/handle/123456789/30521>
3. Гордійчук П.І. Особливості діагностики і лікування хворих з дрібно-вузловими утвореннями щитоподібної залози. 2024. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://ir.nuozu.edu.ua:8080/bitstream/lib/4984/1/>
4. Горобейко М.Б. Покращення інтраопераційної верифікації навколощитоподібних залоз через визначення їх автофлуоресценції в інфрачервоному спектрі. *International Journal of Endocrinology*, 2021, 17(6), С. 11–14.
5. Долгушин О. Можливості МСКТ, МРТ у порівнянні з діагностичною характеристикою методу ДВІ у виявленні злоякісних утворень черевної порожнини. *European Science*, 2023, №24-03, С. 60–69.
6. Дорофєєва Т.К. Можливість МСКТ, МРТ і методу ДВІ у виявленні злоякісних утворень черевної порожнини. *Modern Engineering and Innovative Technologies*, 2022, №20-01, С. 101–115.
7. Євчев Ф.Д. Ефективність орбітосинуальної екзентерації при злоякісних пухлинах решітчастого лабіринту. 2022. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.ozhurnal.com/sites/default/files/ua2022-6-7.pdf>
8. Євчев Ф.Д. Діагностичні ознаки і методи лікування хворих із злоякісними новоутвореннями шкіри обличчя. *Scientific Review*, 2023, №7(92), С. 31–43.
9. Євчева А.Ф. Клінічні ознаки і лікувальна тактика при злоякісних процесах шкіри зовнішнього носа. 2021. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://files.odmu.edu.ua/journal/OMJ_2021.06/m216_043.pdf
10. Євчева А.Ф. Комплексний метод оцінки стану новоутворень шкіри зовнішнього носу. 2022. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://files.odmu.edu.ua/journal/2022/03/m223.pdf#page=26>

Науковий керівник кандидатка біологічних наук, доцентка Шкурпат А.В.

ВИКОРИСТАННЯ БІОБАНКІВ НА УРОКАХ БІОЛОГІЇ

У статті розглянуто актуальність використання нетрадиційних форм організації навчально-виховного процесу, зокрема нестандартних уроків біології, для підвищення пізнавальної активності, розвитку творчого мислення та формування самостійності учнів. Наголошується, що ключовим завданням вчителя є формування активної позиції учня через надання можливості самостійної діяльності. Запропоновано інноваційний підхід до організації лабораторних робіт та позаурочної діяльності на основі використання концепції біобанків — інфраструктурних установ для зберігання біологічних зразків і даних. Описано конкретні форми неформальної роботи (проектна діяльність, рольові ігри, аналіз кейсів), які дозволяють учням обговорити значення біобанків для персоніфікованої медицини, діагностики хвороб, популяційної генетики та біоетичних аспектів науки. Використання біобанків у навчанні робить теоретичний матеріал більш наближеним до сучасної науки та демонструє практичну сферу застосування біологічних знань.

Ключові слова: нестандартні уроки; біобанки; біоетика; генетичні дослідження.

The article examines the relevance of using non-traditional forms of organizing the educational process, particularly non-standard biology lessons, to enhance students' cognitive activity, develop creative thinking, and foster independence in acquiring knowledge. It emphasizes that a teacher's key task is to encourage an active student stance by providing opportunities for self-directed activity. An innovative approach is proposed for organizing laboratory work and extracurricular activities based on the concept of biobanks—infrastructure institutions for storing biological samples and data. Specific forms of informal work (project-based learning, role-playing games, case analysis) are described, which allow students to discuss the significance of biobanks for personalized medicine, disease diagnostics, population genetics, and the bioethical aspects of science. The integration of biobanks into the curriculum makes theoretical material more relevant to modern science and demonstrates the practical application of biological knowledge.

Keywords: non-standard lessons; biobanks; bioethics; genetic research

Як свідчать результати багатьох досліджень, використання нетрадиційних форм організації навчально-виховного процесу забезпечує підвищення навчально-пізнавальної діяльності учнів, розвиток творчого мислення та формування самостійності у здобутті знань.

Для вчителя одним із першочергових завдань є формування у учня активної та самостійної діяльності. Таке формування можливе за умови надання учневі можливості діяти самостійно. Одним із інструментів організації пізнавальної діяльності є використання нестандартних уроків. При підготовці до такого кроку учням потрібні додаткові знання поза підручником.

Одним із нетрадиційних форм організації навчально-виховного процесу є проведення лабораторної роботи з біології із використанням біобанків.

Традиційно біобанків не використовуються на уроках біології в школі. Біобанків – це інфраструктурні установи, що зберігаються дані наукових досліджень, в також біологічні зразки. Проте, в шкільному курсі біології є теми, дотичні до біобанків. Це теми: «Репродукція та індивідуальний розвиток людини» (8 клас, 6 годин), «Збереження та реалізація спадкової інформації» (9 клас, орієнтовно 11 год), «Закономірності успадкування ознак» (9 клас, орієнтовно 10 год), «Еволюція органічного світу» (9 клас, орієнтовно 7 год), «Біорізноманіття» (9 клас, орієнтовно 4 год), «Біологія як основа біотехнології та медицини» (9 клас, орієнтовно 6 год) тощо. При вивченні цих тем можливо обговорення значення біобанків для медичних та генетичних досліджень, для збереження біорізноманіття, етичних аспектів біотехнології та генної інженерії.

Для нетрадиційного уроку з використанням біобанків можна запропонувати наступні види діяльності:

- Проектна діяльність – учні створюють проекти або презентації про біобанків, де розкривають їх значення в сучасному суспільстві, розглядають біобанків як сучасну інституцію, що дозволяє зберігати, накопичувати та аналізувати біологічні дані, роль біобанків в діагностиці та лікуванні хвороб, персоніфікованій медицині та розробці нових методів діагностики, роль біобанків у збереженні біорізноманіття.

- Рольові ігри – учні отримують ролі біологів, генетиків, лікарів, біоетиків та обговорюють ролі біобанків для розвитку біологічної науки з різних точок зору, наприклад етичний бік існування біобанків і як норми біоетиків впливають на розвиток інших галузей, з чим пов'язана необхідність запровадження біоетичних норм для використання біобанків.

- Аналіз кейсів – обговорити реальні приклади використання біобанків у дослідженнях, діагностиці, тощо. Продемонструвати роль у наукових відкриттях в біомедичній науці. Наприклад, обговорити наявність відкритих генетичних даних для досліджень спадкових хвороб, популяційної генетики людини, селекції та біотехнології рослин та тварин. Запропонувати учням під керівництвом вчителя знайти геном людини або іншого організму.

Висновки: Проведення неформальних форм роботи на уроках біології з використанням біобанків робить вивчення теоретичного матеріалу

більш наближеним до науки, демонструє учням актуальність вивченого матеріалу та практичну сферу застосування.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бондар В.І. Теорія, методика, технологія і педагогічна техніка: сутність, зв'язки, взаємозбагачення/ Наукові записки: Збірник наукових статей Національного педагогічного університету ім.М.П. Драгоманова / Укл. П.В. Дмитренко, О.Л. Макаренко. — К.: НПУ, 2000. — 4.1. — 278 с.
2. Кравчик А. Я., Каспрук О. Д., Мультиан В. С., Олійник І. В., Фічка Л. Б. Нестандартні уроки з біології: Посібник для вчителя. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2009. — 56 с.
3. Руснак Т. Технології навчання біології. Теорія та практика // Біологія. Шкільний світ. — 2006 - № 15. — Стор. 19 – 20.
4. Садкіна В.І. 101 цікава педагогічна ідея. Як зробити урок. — Х. : «Основа», 2008. — С. 88.
5. Сучасний урок. Інтерактивні технології навчання: Наук.-метод. посібн. / О.І. Пометун, Л.В. Пироженко; За ред. О.І. Пометун. — К.: А.С.К., 2003.

Науковий керівник кандидатка біологічних наук, доцентка Шкурпат А.В.

УДК 37.091.3:57.08

Савченко О.В.

РОЗВИТОК КЛЮЧОВИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ НА УРОКАХ БІОЛОГІЇ З ТЕМИ «ІМУННА СИСТЕМА»

У статті розглядається питання розвитку ключових компетентностей учнів старшої школи під час вивчення теми «Імунна система» на уроках біології. Основна увага приділена розвитку пізнавальної, практичної, соціальної, мовленнєвої та математичної компетентностей, а також застосуванню сучасних освітніх підходів. Метою роботи було сприяти формуванню цілісного наукового світогляду та підвищити інтерес учнів до біології, зокрема під час вивчення теми «Імунна система».

Ключові слова: біологія, імунна система, компетентнісний підхід, ключові компетентності, старша школа, методика навчання.

The article discusses the development of key competencies of senior school students while studying the topic «Immune System» in biology lessons. The main focus is on the development of cognitive, practical, social, linguistic and mathematical competencies, as well as the application of modern educational approaches. The aim of the work was to promote the formation of a holistic

scientific worldview and to increase students' interest in biology, in particular when studying the topic «The Immune System».

Key words: *biology, immune system, competence-based approach, key competences, senior school, teaching methods.*

Відповідно до європейських стандартів та Концепції Нової української школи, сучасна освіта в Україні ґрунтується на компетентнісному підході. Це означає, що освітній процес мусить не лише забезпечити учнів знаннями, а й сформувати їхні вміння застосовувати ці знання на практиці. Основний акцент зміщується на розвиток критичного мислення, навичок саморозвитку та відповідального прийняття рішень у будь-якій життєвій ситуації [4].

Біологія, як навчальна дисципліна, має унікальний потенціал для розвитку ключових компетентностей, у зв'язку з тим що безпосередньо пов'язана з життям людини, її здоров'ям та взаємодією із навколишнім середовищем.

Актуальність теми зумовлена сучасними глобальними викликами, зокрема зростанням інфекційних ризиків, необхідністю підвищення рівня біологічної грамотності, формування відповідального ставлення учнів до власного здоров'я та здоров'я суспільства, оскільки знання про механізми захисту організму від хвороб, принципи імунoproфілактики та роль вакцинації набувають великого практичного та соціального значення.

В умовах динамічного розвитку науки, техніки та суспільства саме компетентності забезпечують здатність орієнтуватися у новій інформації, ефективно діяти у різних непередбачуваних ситуаціях, пристосовуватися до змін.

Тобто набуття ключових компетентностей виходить за межі суто педагогічної цілі, бо стає суспільним очікуванням, що обумовлює конкурентоспроможність та реалізацію людини в нинішньому світі.

Біологія посідає особливе місце серед природничих дисциплін, тому що вона безпосередньо пов'язана з життям людини, її здоров'ям, взаємовідносинами з природним середовищем та суспільством. З огляду на це, біологія як навчальна дисципліна надає можливості для розвитку основних компетентностей, встановлених освітніми стандартами НУШ.

По-перше, пізнавальна компетентність формується через засвоєння наукових знань про живу природу, будову і функції організмів, взаємозв'язки у біосфері. Здобувачі вчаться аналізувати, систематизувати, пояснювати факти, розуміти закономірності та застосування знання у нових умовах.

По-друге, практична компетентність розвивається завдяки виконанню лабораторних і практичних робіт, досліджень, спостережень за живими об'єктами. Учні здобувають досвід застосування біологічних знань у повсякденному житті: догляд за власним здоров'ям, раціональне

харчування, збереження довкілля, використання медико-біологічної інформації.

По-третє, біологія сприяє формуванню соціальної та громадянської компетентностей. Розгляд таких важливих тем, як біоетика, екологічна безпека та охорона здоров'я, на уроках сприяє формуванню в школярів глибокого усвідомлення обов'язку та відповідальності перед природою і соціумом. Тема «Імунна система», зокрема, має важливе значення у контексті сучасних викликів: вакцинація, колективний імунітет, профілактика інфекційних захворювань. Саме ці виклики формують у здобувачів освіти розуміння спільної безпеки та громадянської свідомості.

Разом з тим, творча компетентність розвивається завдяки дослідницьким і проєктним завданням, створенню презентацій, моделей, міні-проєктів з екології, генетики чи анатомії людини. Така діяльність активізує критичне мислення, розширює уяву і формує вміння самостійно знаходити та пропонувати ефективні рішення [1].

Окрім того, вивчення біології тісно пов'язане з екологічною та загальнокультурною компетентностями. Учні набувають ціннісного ставлення до природи, вчать зберігати біорізноманіття, усвідомлюють роль людини у збереженні планети для майбутніх поколінь.

Пізнавальний аспект під час вивчення цієї теми полягає у тому, що учні отримують цілісні знання про механізми захисту організму від інфекцій, особливості будови та призначення елементів імунної системи, а також класифікацію видів імунітету. Це сприяє формуванню наукового світогляду, розумінню взаємозв'язку між здоров'ям людини та факторами довкілля, що є основою пізнавальної компетентності.

Практичний аспект ґрунтується на тому, що тема має виражений прикладний характер. Учні вчать оцінювати ризики захворювань, аналізувати інформацію про вакцинацію, дотримання правил гігієни, профілактику інфекцій. Важливе значення мають й практичні завдання - складання схем імунної відповіді, розбір клінічних ситуацій, моделювання алгоритму надання допомоги при інфекційних захворюваннях. Це сприяє розвитку здоров'язбережувальної та життєвої компетентностей.

Соціальний та громадянський аспект під час вивчення цієї теми полягає в тому, що питання імунітету є не лише медичною, а й соціальною проблемою. Дискусії про колективний імунітет, вивчення вакцинації та питань епідеміологічної безпеки виховує в учнів громадянську відповідальність, вчить їх аргументовано відстоювати власну думку, бережно ставитися до здоров'я інших людей. Здобувачі усвідомлюють важливість особистої участі у забезпеченні громадського здоров'я, що розвиває соціальну та громадянську компетентність [4].

Безсумнівно є те, що вивчення теми «Імунна система» створює умови для розвитку творчого мислення та дослідницьких умінь. Учні можуть виконувати міні-проєкти («Історія відкриття імунітету», «Роль щеплень у профілактиці хвороб»), аналізувати статистичні дані щодо

захворюваності, створювати презентації або інформаційні буклети з популяризації здорового способу життя. Це сприяє формуванню творчої компетентності, уміння працювати з інформацією та демонструвати результати власної діяльності.

Тема тісно інтегрується з іншими навчальними предметами: хімією (будова білків, роль ферментів та антитіл); фізикою (використання методів діагностики); історією (розвиток імунології, відкриття Л. Пастера, І. Мечникова); інформатикою (опрацювання медико-біологічних даних, створення мультимедійних матеріалів). Взаємодія та взаємозв'язок дисциплін гарантує формування цілісних знань та вмінь, що є необхідною умовою для реалізації компетентнісного підходу [3].

Для забезпечення якісного вивчення матеріалу, важливо й варто дотримуватися наступних педагогічних умов:

1. Наочність та візуалізація матеріалу - використання схем імунної відповіді, моделей клітин імунної системи, інтерактивних презентацій.

2. Практична спрямованість – виконання завдань, пов'язаних із реальними ситуаціями (аналіз ефективності вакцинації, складання пам'яток із профілактики інфекцій).

3. Дослідницький підхід – проведення міні-досліджень, робота з науково-популярними джерелами, статистичними даними.

4. Інтерактивні методи навчання – дебати, рольові ігри («Я – лікар-імунолог», «Я – пацієнт»), групова робота учнів під час дослідження.

5. Диференціація завдань із урахуванням різного рівня підготовки учнів: від базового (засвоєння понять) до поглибленого (аналіз механізмів імунної відповіді, робота з науковими текстами) [2].

Отже, для успішного опанування розділу «Імунна система» безсумнівним є те, що необхідно брати до уваги вікові особливості старшокласників, активно застосовувати дослідницькі та практично спрямовані методики, а також створювати умови для стимуляції учнів до активної навчально-пізнавальної діяльності.

Таким чином, вивчення «Імунної системи» є цінним, бо поєднує наукову базу із застосуванням знань на практиці та вихованням цінностей. Зазначена діяльність не лише розвиває пізнавальні, практичні, соціальні, громадянські, інформаційні та творчі компетентності, а й виховує відповідальних громадян, здатних забезпечувати власне благополуччя та громадську безпеку.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Навчання біології учнів основної школи / Матяш Н.Ю., Коршевнік Т.В., Рибалко Л.М., Козленко О.Г.: методичний посібник /. — К.: КОНВІ ПРІНТ, 2019. — 208 с
2. Пометун О.І., Пироженко Л.В. Сучасний урок. Інтерактивні технології навчання: наук.- метод. посібн. Київ : Вид-во А.С.К., 2003. — 192 с
3. Романюк Р.К. Підготовка вчителя біології профільної школи: теорія і практика: монографія / Р. К. Романюк. – Видавець ПП «Євро-Волинь», Житомир, 2021 – 424 с.
4. Сергій Берендєєв, Юлія Косенчук, Людмила Лисогор. Сучасні підходи і технології Нової Української школи: компетентнісно орієнтовані завдання як засіб формування

Науковий керівник кандидат біологічних наук, доцент Бесчасний С.П.

УДК 811.161.2:372.891

Смаль Р.В.

ТЕРМІНОЛОГІЧНИЙ СЛОВНИК ДЛЯ УРОКІВ ГЕОГРАФІЇ: «ЗЕМЛЯ ЯК ПЛАНЕТА. ТОПОГРАФІЯ»

У статті розглянуто проблематику формування й систематизації географічної термінології у шкільній освіті. На основі аналізу тем «Земля як планета» та «Топографія» обґрунтовано необхідність створення навчального термінологічного словника, який сприятиме розвитку предметної грамотності, просторового мислення та наукової мови учнів. Розкрито методичні засади добору термінів, подано приклади адаптації визначень до вікових особливостей школярів.

Ключові слова: термін, терміносистема, географічна термінологія, топографія, словник.

The article analyzes the formation and systematization of geographical terminology in school education. Based on the topics “Earth as a Planet” and “Topography,” the necessity of creating an educational glossary is substantiated. The methodological principles of term selection and adaptation to students’ cognitive abilities are revealed. Examples of educational definitions and their didactic functions are provided.

Key words: term, terminology system, geographical terminology, topography, glossary.

У сучасному освітньому просторі однією з найважливіших умов якісного навчання є розвиток у школярів предметної грамотності, що включає володіння науковою термінологією. У курсі географії саме терміни виступають базовими одиницями мислення, які допомагають систематизувати знання про природні явища, просторові об’єкти та взаємозв’язки між ними [1, с. 15]. Без розуміння термінів неможливе засвоєння сутності географічних процесів, адже кожен термін виступає не лише словом, а носієм поняття, що відображає об’єктивну дійсність.

Проблема полягає в тому, що частина термінів, які використовуються в шкільних підручниках, запозичена з наукової літератури без спрощення або адаптації. Це ускладнює їхнє сприйняття дітьми молодшого й середнього шкільного віку. Крім того, відсутність уніфікованого словника

шкільної географії призводить до розбіжностей у тлумаченнях і термінологічних помилок. Тому створення навчального термінологічного словника є не лише лінгвістичним, а й дидактичним завданням, що має безпосереднє практичне значення для освіти [2, с. 22].

Питання сутності терміна, терміносистеми та способів їх формування має глибоке історичне коріння. Уже в античні часи Арістотель у трактаті «Категорії» розглядав терміни як знаки, що відображають структуру мислення й реальності [3, с. 18]. У XVII ст. Ф. Бекон підкреслював важливість очищення мови науки від «ідолів розуму» — неточних слів, що викривлюють пізнання [4, с. 33]. Г. Лейбніц пішов далі, запропонувавши концепцію універсальної символічної мови — *characteristica universalis*, у якій кожен термін мав би єдине, точно визначене значення [5, с. 41].

У XX ст. Е. Вюстер розробив класичну теорію термінології, у межах якої термін розглядається як складник системи понять певної галузі знань. Учений наголошував, що терміни повинні бути логічно впорядкованими, однозначними та вживаними в контексті [6, с. 57]. Його ідеї стали основою для сучасних стандартів ISO щодо нормування термінів. У свою чергу, М. Т. Кабре [7, с. 102] розширила ці положення, підкреслюючи комунікативну функцію терміна та його зв'язок із когнітивними процесами. Р. Теммерман [8, с. 64] увела поняття соціокогнітивної термінології, де значення терміна визначається не лише науковим змістом, а й соціальним контекстом використання.

В українській лінгвістиці Н. Кочан [9, с. 88] вивчала історію становлення терміносистем української мови та вказувала на потребу в їхній гармонізації з європейськими стандартами. О. Чернов [9, с. 93] довів, що шкільна термінологія має особливий статус, оскільки поєднує науковість із педагогічною адаптованістю. Проте, попри наявність численних теоретичних досліджень, проблема створення навчального географічного словника залишається недостатньо розробленою, особливо у контексті молодшої шкільної освіти.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування і практична розробка засад створення навчального термінологічного словника для тем «Земля як планета» та «Топографія». Основні завдання полягають у визначенні принципів добору та систематизації термінів, розробленні підходів до їх педагогічної адаптації та аналізі прикладів навчального використання в шкільній практиці.

Термін — це мовний знак, який точно виражає поняття в межах певної галузі знань і не допускає двозначності [5, с. 45]. Географічні терміни, як і будь-які наукові, утворюють систему, що розвивається разом із наукою. У географії терміни охоплюють як природні об'єкти (гори, річки, океани), так і процеси (ерозія, вивітрювання, рух літосферних плит), тому система географічних понять має складну ієрархію.

За структурою виділяють прості, похідні, складні терміни та терміни-словосполучення. Наприклад, екватор, меридіан, рельєф, ізогіпса, топографічна карта, план місцевості [2, с. 77]. Їх правильне вживання є показником наукової грамотності учнів. У навчальних матеріалах важливо забезпечити єдність форми та змісту визначення. Якщо термін визначено надто науково, він втрачає дидактичну цінність. Наприклад, поняття екватор у науковій геодезії трактується як площина обертання планети, а у школі — як уявна лінія, що ділить Землю на дві півкулі [4, с. 109].

Створення навчального термінологічного словника має ґрунтуватися на кількох принципах:

- Науковість і системність — відповідність визначень сучасному рівню географічної науки [6, с. 129];
- Доступність — врахування вікових особливостей сприйняття школярів;
- Однозначність — відсутність синонімії в межах однієї теми;
- Ілюстративність — використання схем, карт і прикладів.

У шкільному курсі термінологічний словник виконує кілька функцій:

- інформаційну (забезпечує розуміння понять);
- пізнавальну (сприяє формуванню логічного мислення);
- комунікативну (розвиває наукове мовлення);
- контрольну-оцінну (допомагає перевіряти знання учнів).

Фрагмент словника теми «Топографія» може містити, зокрема, такі одиниці:

- азимут — кут між напрямом на північ і на об'єкт;
- масштаб — відношення відстані на карті до відповідної відстані на місцевості;
- план місцевості — зменшене зображення частини земної поверхні;
- рельєф — сукупність підвищень і знижень земної поверхні [10, с. 146].

Практичне застосування словника можливе під час вивчення теми

«Земля як планета», виконання картографічних вправ, розв'язання географічних задач, роботи з топографічними картами. Учителю може використовувати словник для фронтальної роботи, самостійних і контрольних завдань. Це розвиває не лише знання, а й мовлення учнів, формує в них науковий світогляд [1, с. 198].

Таким чином, географічна термінологія становить систему понять, без якої неможливе ефективне навчання. Формування

навчального термінологічного словника з тем «Земля як планета» і «Топографія» є важливим напрямом удосконалення шкільної географічної освіти. Запропонований підхід забезпечує точність, послідовність і зрозумілість термінів, сприяє розвитку мовної культури та пізнавальної активності учнів.

У подальших дослідженнях доцільно зосередитись на створенні інтерактивних електронних словників, які поєднують текст, зображення,

відеофрагменти та тести для перевірки засвоєння термінів. Такий формат зробить навчання географії сучасним, наочним і технологічним [9, с. 121].

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вербич С.О. Гідронімія басейну Середнього Дністра. Етимологічний словник / С.О. Вербич. – Луцьк, 2009. – 234 с.
2. Вовк В.М. Геологічний словник: для студентів вищих навчальних закладів / В.М.Вовк – Кіровоград: КОД, 2012. – 504 с.
3. Габорак Мирослав. Топонімія Галицької Гуцульщини. Етимологічний словник-довідник / М.Габорак.– Івано-Франківськ, 2011. – 655 с.
4. Громко Т.В. Словник народних географічних термінів Кіровоградщини / Т.В.Громко, В.В.Лучик, Т.І.Поляруш [відп. ред. В.В.Лучик]. – К.- Кіровоград: РВГПЗ КДПУ, 1999. – 224 с.
5. Ковтюх С.Л., Кирилюк О.Л., Андрєєва Т.В. Культура наукової мови: навчальний посібник / С.Л.Ковтюх, О.Л.Кирилюк, Т.В.Андрєєва. – Коростень: МПП «Тріада С», 2012. – 224 с.
6. Корнус О. Г. Систематизація і класифікація в географії : Методичні вказівки до вивчення теми курсу «Основи наукових досліджень» для студентів напряму підготовки 6.040104 Географія / Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2015. 28 с.
7. Коваленко А.Я. Загальний курс науково-технічного перекладу : навчальний посібник. 2001. 290 с
8. Кочан Н.В. Українська термінологія: історія і сучасність. — Львів, 2018. — 256 с.
9. Чернов О.І. Лінгвістичні основи термінології географії. — Київ, 2020. — 192 с.
10. Максаковский В.П. Географічна культура. — Москва, 2004. — 304 с

Науковий керівник кандидат географічних наук, доцент Котовський І.М.

**ФАКУЛЬТЕТ КОМП'ЮТЕРНИХ НАУК,
ФІЗИКИ ТА МАТЕМАТИКИ**

РОЗРОБКА СИСТЕМИ УПРАВЛІННЯ КОРПОРАТИВНИМИ АКАУНТАМИ ПРИ ВИКОРИСТАННІ ОСВІТНІХ МОБІЛЬНИХ ЗАСТОСУНКІВ В ЕКОСИСТЕМІ ЦИФРОВИХ ПЛАТФОРМ

У статті розглянуто проблему фрагментації та неефективного управління корпоративними обліковими записами в умовах зростаючого використання освітніх мобільних застосунків великими організаціями [1]. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю оптимізації витрат на ліцензування, підвищення безпеки даних та забезпечення єдиного контролю [2] над процесом цифрового навчання співробітників у розподіленому цифровому середовищі. Запропоновано архітектурний підхід до створення системи, яка поєднує можливості централізованого Identity Management (IDM) з API освітніх платформ, що дозволяє автоматизувати життєвий цикл корпоративних акаунтів (створення, надання доступу, відкликання, моніторинг використання). Методологія дослідження включає аналіз існуючих рішень для управління доступом та архітектурне моделювання системи на базі мікросервісної логіки. Отримані висновки підтверджують доцільність інтеграції централізованої системи управління для суттєвого зниження адміністративних витрат, покращення відповідності політикам кібербезпеки та максимізації рентабельності інвестицій (ROI) у корпоративне цифрове навчання.

Ключові слова: корпоративні акаунти, освітні мобільні застосунки, цифрові платформи, Identity Management (IDM), ліцензування, управління доступом, e-learning, автоматизація.

The article examines the problem of fragmentation and inefficient management of corporate accounts in the context of the growing use of educational mobile applications by large organizations. The relevance of the study is due to the need to optimize licensing costs, improve data security, and ensure unified control over the process of digital training of employees in a distributed digital environment. An architectural approach is proposed to create a system that combines the capabilities of centralized Identity Management (IDM) with the API of educational platforms, which allows you to automate the life cycle of corporate accounts (creation, granting access, revocation, monitoring usage). The research methodology includes an analysis of existing access management solutions and architectural modeling of the system based on microservice logic. The conclusions obtained confirm the feasibility of integrating a centralized management system to significantly reduce administrative costs, improve compliance with cybersecurity policies, and maximize return on investment (ROI) in corporate digital training.

Keywords: *corporate accounts, educational mobile applications, digital platforms, Identity Management (IDM), licensing, access management, e-learning, automation.*

Вступ

В умовах глобальної діджиталізації та переходу до гібридних і віддалених форматів роботи, корпоративне навчання зазнає фундаментальних змін. Організації все частіше покладаються на мобільні освітні застосунки, які формують складну екосистему цифрових платформ. Це забезпечує гнучкість і доступність навчання, проте породжує нові виклики для IT-інфраструктури та фінансового менеджменту.

Проблема ефективного управління інвестиціями в цифрову освіту стає однією з найбільш актуальних у сфері HR та IT-менеджменту. Традиційні підходи до управління обліковими записами є неефективними та економічно невиправданими в масштабах великої компанії. Відсутність єдиної точки контролю призводить до:

- Надмірного ліцензування: Компанії продовжують платити за невикористовувані або "забуті" акаунти (Orphaned Accounts) [3].
- Ризиків безпеки: Несвоєчасне відкликання доступу створює потенційні вектори для витоку корпоративної інформації [2].
- Адміністративного хаосу: Великі витрати часу IT-персоналу на рутинні операції з надання та зміни прав доступу на десятках різних платформ.

Саме тому актуальним є поєднання новітніх інструментів навчання з сучасними методами автоматизованого управління цифровими активами [4]. Розробка централізованої системи, яка інтегрує логіку управління ідентичністю (IDM) та управління мобільними додатками (MDM), може слугувати фундаментом для якісних, безпечних та економічно обґрунтованих корпоративних освітніх стратегій.

Метою цієї статті є розробка та обґрунтування архітектури системи управління корпоративними акаунтами, здатної забезпечити єдиний, автоматизований та безпечний контроль над обліковими записами співробітників при використанні освітніх мобільних застосунків в екосистемі різноманітних цифрових платформ. Дослідження передбачає інтеграцію технологій централізованого управління доступом з методами моніторингу використання ліцензій та їх автоматизованої оптимізації.

Огляд літератури

Дослідження проблематики управління цифровими ідентичностями корениться у класичних роботах з Identity and Access Management (IAM) та Identity Management (IDM) [5], які заклали основу для централізованого контролю користувачів у гетерогенних системах.

Значну увагу приділено стандартам протоколів аутентифікації та авторизації, зокрема OAuth 2.0 та OpenID Connect (OIDC) [6], які дозволяють мобільним застосункам безпечно інтегруватися з

корпоративними сховищами даних про користувачів. Доведено ефективність використання цих стандартів для забезпечення принципу Single Sign-On (SSO) [7].

Паралельно розвивається підхід управління мобільними пристроями (Mobile Device Management, MDM) [8], яке забезпечує контроль над доступом до корпоративних даних через мобільні застосунки. Новизна даної роботи полягає у спробі інтегрувати ці напрями – IDM та MDM – з методологіями Software Asset Management (SAM), застосовуючи принципи мікросервісної архітектури [9]. Це дозволяє не лише надавати та відкликати доступ, але й оптимізувати витрати на ліцензування на основі реального використання освітніх ресурсів [3, 9].

Методологія Дослідження

Дослідження виконано у три основні етапи, які охоплюють аналіз потреб, архітектурне моделювання та оцінку ефективності.

1. Етап Аналізу та Визначення Вимог (Gap Analysis):

Збір даних: Здійснюється аналіз поточних процесів управління акаунтами в типових корпоративних середовищах [10].

Аудит платформ: Визначення найбільш поширених освітніх мобільних застосунків та аналіз їхніх API-можливостей для автоматизованого управління користувачами [6].

Формування вимог: Визначення функціональних вимог до системи, включаючи потреби у звітності та відповідність корпоративним політикам безпеки [7].

2. Етап Архітектурного Моделювання:

Розробка моделі: Створення архітектури системи на базі мікросервісного підходу [9], де кожен освітній застосунок чи функція управління реалізується як окремий сервіс.

Інтеграція IDM: Проектування модуля, який забезпечує двосторонню синхронізацію даних про користувачів.

Розробка логіки оптимізації: Створення алгоритму для автоматичного відкликання або перерозподілу ліцензій на основі низької активності користувачів.

3. Етап Прототипування та Валідації:

Створення прототипу: Реалізація ключових модулів системи управління акаунтами з використанням стандартів, як-от SCIM (System for Cross-domain Identity Management) [11], для спрощення інтеграції.

Тестування: Проведення функціонального тестування та оцінка навантажувальної здатності та безпеки системи.

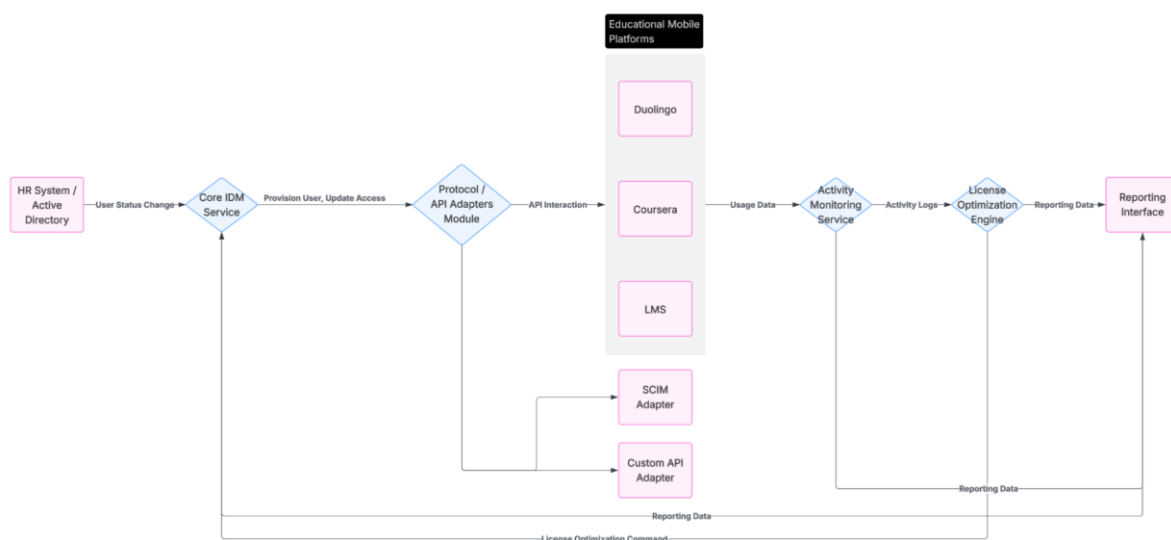
Оцінка економічної ефективності: Порівняння адміністративних витрат та вартості ліцензування для обґрунтування ROI [2].

Результати

Для досягнення цілей дослідження пропонується архітектура, яка слугує центральною точкою управління ідентичністю та ліцензуванням,

інтегруючи HR-систему (джерело істини) з різнорідними освітніми платформами (рис. 1).

1. **Джерело Істини (Source of Truth):** HR-система/Active Directory. Містить актуальну інформацію про співробітників (статус, відділ, потреби в навчанні).
2. **IDM-Ядро (Core IDM Service):** Центральний мікросервіс, відповідальний за логіку життєвого циклу акаунтів. Він отримує події від Джерела Істини (наприклад, "новий співробітник", "звільнення", "зміна ролі").
3. **Модуль Протоколів/Адаптерів (Protocol/API Adapters):** Набір мікросервісів, що забезпечують двосторонній зв'язок з цільовими платформами.
 - **SCIM-адаптер:** Використовується для взаємодії з платформами, що підтримують стандартизоване надання облікових записів (наприклад, Coursera for Business, LinkedIn Learning) [11].
 - **Custom API-адаптер:** Розробляється для освітніх застосунків, які мають лише власний закритий API.
4. **Модуль Моніторингу Активності (Activity Monitoring Service):** Цей мікросервіс постійно збирає дані про активність користувачів (час останнього входу, пройдений матеріал) з освітніх платформ.
5. **Блок Оптимізації Ліцензій (License Optimization Engine):** Використовує дані з Модуля Моніторингу. Запускає алгоритм, який автоматично позначає ліцензії як "неактивні" після [N] днів простою та ініціює їхнє відкликання через IDM-Ядро.
6. **Звітний інтерфейс (Reporting Interface):** Надає HR та фінансовим відділам дашборди для контролю над витратами, статусом ліцензій та ROI [2].



(рис. 1)

Розроблена система управління єдиним обліковим записом, побудована на принципах мікросервісної архітектури та інтеграції з API освітніх платформ, продемонструє наступні очікувані результати:

- Значне зниження адміністративних витрат: Очікується скорочення часу ІТ-персоналу на рутинні операції управління акаунтами на 70-85% [12] за рахунок повної автоматизації.
- Оптимізація витрат на ліцензування: Завдяки вбудованому механізму моніторингу активності та автоматичного відкликання, система дозволить уникнути оплати "порожніх" ліцензій [3].
- Покращення кібербезпеки: Забезпечення миттєвого відкликання доступу для звільнених співробітників, що мінімізує ризики [7].
- Архітектурна гнучкість: Створений мікросервісний дизайн дозволить легко додавати нові освітні платформи без необхідності переробляти всю систему [9].

Загальні Рекомендації як наслідок:

- Прийняття єдиного стандарту (SCIM/OIDC): Корпораціям необхідно стандартизувати вимоги до інтеграції, віддаючи перевагу освітнім платформам, що підтримують стандарт SCIM [11] для автоматизації надання/відкликання облікових записів.
- Пріоритет моніторингу активності: При розробці внутрішніх систем управління варто впроваджувати логіку, яка оцінює частоту та глибину використання освітнього контенту.
- Впровадження централізованого каталогу: Створення єдиного реєстру ліцензій, який є джерелом істини для всіх освітніх застосунків [5], є критично важливим для уникнення надмірного ліцензування та контролю бюджету.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Smith, A. B. (2023). *The Rise of Mobile Learning: Challenges for Corporate IT Management*. Journal of Digital Education.
2. Chen, L., & Miller, S. (2022). *Measuring the ROI of Centralized IT Management Solutions*. Technology Economics Review.
3. Jones, R. (2021). *Software Asset Management: Minimizing Costs from Orphaned Accounts*. IT Audit Quarterly.
4. Davis, J. P. (2024). *Automation in IT Operations: A Roadmap to Efficiency*. TechOps Press.
5. Marks, E. (2023). *Identity and Access Management (IAM): Best Practices for Enterprise Security*. Global Cybersecurity Institute.
6. Hardt, D. (2015). *The OAuth 2.0 Authorization Framework*. IETF RFC 6749.
7. ISO/IEC 27001 (2022). *Information security management systems - Requirements*.
8. Johnson, T. (2021). *Fundamentals of Mobile Device Management (MDM) in the Corporate World*. Wiley & Sons.
9. Newman, S. (2015). *Building Microservices: Designing Fine-Grained Systems*. O'Reilly Media.
10. Forrester Research. (2023). *Report on Enterprise Identity Lifecycle Management*.
11. Hunt, P., & Pidgeon, T. (2011). *System for Cross-domain Identity Management (SCIM) Specification*. IETF RFC 7644.

12. Gartner, Inc. (2024). *Key Insights on IT Automation and Staff Productivity*. Research Report.

Науковий керівник доктор педагогічних наук, професор Співаковський О.В.

УДК 004.8

Болюк Г.Ю.

АВТОМАТИЗОВАНЕ ДОВЕДЕННЯ ТЕОРЕМ ІЗ ВИКОРИСТАННЯМ МЕТОДІВ МАШИННОГО НАВЧАННЯ

Стаття присвячена аналізу методів автоматизованого доведення теорем у сучасній математиці та інформатиці з використанням машинного навчання. Розглянуто підходи до генерації тактик, пошуку доказів та інтеграції моделей у формальні середовища. Описані основні алгоритми, моделі трансформерів, проблеми інтеграції з системами доказів та перспективи розвитку галузі.

The article is devoted to the analysis of methods for automated theorem proving in modern mathematics and computer science using machine learning. Approaches to generating tactics, finding evidence, and integrating models into formal environments are considered. The main algorithms, transformer models, integration problems with evidence systems, and prospects for the development of the field are described

Ключові слова: машинне навчання, автоматизоване доведення теорем, тактика, пошук доказів, LeanDojo, автоматизація.

Keywords: machine learning, automated theorem proving, tactics, proof-finding, LeanDojo, automation.

Автоматизоване доведення теорем (АДТ) є ключовим напрямком сучасної математичної логіки та комп'ютерної науки. Зростання складності математичних теорем і необхідність формалізації доведень стимулюють розробку інтелектуальних систем, здатних до самостійного формування доказів. Використання машинного навчання дозволяє підвищити ефективність та адаптивність таких систем, забезпечуючи глибший аналіз станів теорем і прогнозування стратегій доведення.

Проблема полягає в тому, що традиційні системи формальних доказів, хоч і забезпечують точність і строгість, залишаються залежними від людського втручання. Процес доведення вимагає значного часу та високої кваліфікації дослідника. Методи глибинного навчання створюють умови для розробки нових підходів, здатних частково або повністю

автоматизувати цей процес, зменшуючи навантаження на людину та підвищуючи ефективність роботи з формальними системами.

Останніми роками з'явилися численні роботи, що поєднують методи трансформерів та глибинного навчання з формальними системами доказів, такими як **Lean**, **Coq**, **HOL Light**. Наприклад, NeurIPS 2023 Tutorial [1] показав ефективність моделей, у яких генератор тактик навчається на парах «стан-тактика» з бібліотеки *mathlib*. Це дозволяє автоматично шукати та формувати стратегії доказів без прямої участі користувача. Подібний підхід демонструє модель **ByT5**, реалізована у GitHub-репозиторії [2].

Інше дослідження — **Learning to Prove Theorems by Learning to Generate Theorems** (Wang & Deng, 2020) — вийшло за межі класичного доведення, навчивши модель не лише шукати докази, а й **генерувати нові твердження**, що відкриває перспективи для автоматичного розширення баз знань. Аналогічно, сучасна система **GPT-f** від OpenAI успішно взаємодіє із середовищем Lean, доводячи теореми на основі текстових підказок природною мовою, що зближує машинне доведення з людським мисленням.

Попри досягнення, залишається низка невирішених питань: обмеження потужності моделей при роботі з великими формулами, проблема надлишкових тактик, а також відсутність універсальних методів інтеграції у різні формальні системи.

Метою роботи є систематизація сучасних підходів до автоматизованого доведення теорем із використанням машинного навчання, аналіз архітектур нейронних мереж для формування доказів, а також демонстрація можливостей інтеграції таких моделей у формальні середовища.

Основні завдання:

- дослідити сучасні ML-архітектури (трансформери, Graph Neural Networks, sequence-to-sequence моделі), що застосовуються в АДТ;
- проаналізувати ефективність інтеграції з системами **Lean** та **Coq**;
- розглянути методи пошуку та оптимізації доказів (DFS, MCTS, reinforcement learning);
- визначити переваги та недоліки ML-підходів у порівнянні з класичними алгоритмами.

Перспективи розвитку галузі включають використання гібридних підходів, комбінування ML з класичними алгоритмами доказу, розвиток інтерфейсів для інтеграції з різними системами доказів та покращення навчальних стратегій моделей трансформерів. Практичне застосування охоплює автоматизацію доведення теорем у навчальних курсах, перевірку складних математичних тверджень та розвиток інтелектуальних асистентів для науковців. Основний матеріал дослідження:

1. Генерація тактик.

Для автоматизації процесу доведення використовується **LeanDojo** — інструмент для витягання пар «стан-тактика» з *mathlib*. Модель ByT5 навчається на цих парах, прогнозуючи ефективні дії для кожного

стану. Такі моделі використовують контекст попередніх кроків і формують наступну логічну дію, що скорочує час пошуку правильних тактик.

2. Пошук доказів.

Скомбіноване використання генератора тактик і алгоритмів пошуку, як-от **Depth First Search (DFS)** чи **Monte Carlo Tree Search (MCTS)**, забезпечує ефективний пошук доказів. Система може автоматично формувати послідовність тактик для завершення доведення логічних, арифметичних чи геометричних тверджень.

3. Інтеграція у формальні системи.

Сучасні ML-моделі можуть безпосередньо взаємодіяти з середовищами **Lean**, **Coq**, **Isabelle**, використовуючи API-інтерфейси. Це відкриває шлях до створення **інтелектуальних асистентів-помічників**, що підтримують дослідника у процесі формалізації тверджень і верифікації доведень.

4. Оцінювання якості доказів.

Для оцінки успішності ML-підходів використовуються такі метрики, як частка правильних доказів, середня довжина доведення та узгодженість із формальними аксіомами. Наразі показник успішності для задач середньої складності в **Lean** досягає близько **50-60 %**, що свідчить про значний потенціал технології.

5. Гібридні підходи.

Перспективним напрямком є поєднання класичних методів пошуку (наприклад, *E-prover*, *Vampire*) із машинним навчанням. Такі гібридні системи дозволяють зберігати логічну строгість формальних доказів при підвищенні швидкості пошуку рішень.

Автоматизоване доведення теорем із використанням машинного навчання демонструє значний потенціал для розвитку сучасної науки. Комбінація трансформерів, евристичних методів і формальних систем дозволяє створювати системи, здатні до самостійного формування доказів. Попри значні досягнення, залишаються проблеми масштабування, узагальнення та інтерпретації результатів моделей.

Подальші дослідження доцільно спрямувати на:

- удосконалення моделей трансформерів для роботи зі складними логічними структурами;
- створення відкритих баз даних формальних доказів для навчання ML-систем;
- розвиток інтерактивних інтерфейсів для інтеграції людини й машини в єдиний процес доказу;
- дослідження етичних і філософських аспектів «машинного мислення» у контексті логічного доведення.

Такі технології мають потенціал не лише автоматизувати доведення відомих тверджень, а й відкривати нові теоретичні зв'язки, розширюючи горизонти математичних досліджень.

ЛІТЕРАТУРА:

1. NeurIPS 2023 Tutorial on Machine Learning for Theorem Proving. <https://neurips.cc/virtual/2023/tutorial/73946>
2. Yang, K. ml4tp-tutorial. GitHub repository. <https://github.com/yangky11/ml4tp-tutorial>
3. Mingzhe Wang, Jia Deng. Learning to Prove Theorems by Learning to Generate Theorems. arXiv: 2002.07019

Науковий керівник доктор фізико-математичних наук, професор **Песчаненко В.С.**

УДК 37.016:519.86+656]:004.9

Войнов В.С.

РОЗРОБКА ПРОГРАМНОЇ СИСТЕМИ НАВЧАЛЬНОГО ПРИЗНАЧЕННЯ “МАТЕМАТИЧНІ МОДЕЛІ ТА АЛГОРИТМИ ЛОГІСТИКИ”

У статті розглядаються питання створення навчального програмного забезпечення для підтримки дисципліни «Математичні моделі та алгоритми логістики». Проаналізовано сучасні підходи до реалізації алгоритмів оптимізації та мережових задач, зокрема транспортної задачі, пошуку найкоротших шляхів, побудови мінімального остового дерева та задачі потоків у мережах[1, 3]. Наведено архітектуру створеної системи, основні програмні модулі та принципи візуалізації роботи алгоритмів[2]. Система орієнтована на використання у навчальному процесі для студентів логістичних та інформаційних спеціальностей [1, 2, 3].

Ключові слова: математичне моделювання, логістика, транспортна задача, графи, алгоритми.

The article addresses the development of educational software to support the course "Mathematical Models and Logistics Algorithms." Modern approaches to the implementation of optimization and network algorithms are analyzed, including the transportation problem, shortest path search, minimum spanning tree construction, and network flow problems[1, 3]. The architecture of the developed system, its main software modules, and principles for visualizing algorithm operations are presented[2]. The system is intended for use in the educational process for students in logistics and information technology programs [1, 2, 3].

Keywords: mathematical modeling, logistics, transportation problem, graphs, algorithms.

Сучасна система освіти стикається з проблемою формування практичних навичок у студентів при вивченні логістики та оптимізаційних задач. Класичні методи навчання часто не забезпечують достатню наочність і практичну інтерактивність, що ускладнює засвоєння абстрактних алгоритмів і моделей. Застосування навчального програмного забезпечення дозволяє створювати інтерактивні моделі, візуалізувати кроки алгоритмів та моделювати різні сценарії задач, що підвищує ефективність засвоєння матеріалу.

Метою роботи є розробка програмної системи навчального призначення, що дозволяє моделювати і аналізувати основні логістичні задачі, використовуючи класичні алгоритми оптимізації. Для досягнення цієї мети поставлено такі завдання: аналіз основних алгоритмів і математичних моделей у сфері логістики; розробка архітектури системи та визначення її функціональних модулів; реалізація алгоритмів транспортної задачі, найкоротшого шляху, мінімального остового дерева та потоків у мережі; забезпечення інтерактивної візуалізації процесу розв'язання задач.

Система побудована за модульним принципом і включає такі компоненти: модуль транспортної задачі — реалізує метод північно-західного кута, метод потенціалів та оптимізаційні алгоритми; модуль пошуку найкоротших шляхів — алгоритми Дейкстри та Беллмана-Форда; модуль побудови мінімального остового дерева — алгоритми Пріма та Крускала; модуль потоків у мережах — алгоритм Форда-Фалкерсона. Кожен модуль має навчальний режим, що дозволяє студенту покроково відстежувати роботу алгоритму та аналізувати проміжні результати.

Програмна реалізація здійснена мовою Python з використанням бібліотеки NetworkX для роботи з графами та алгоритмами оптимізації. Система передбачає візуалізацію графів, таблиць транспортної задачі, потоків у мережі, а також надає користувачу можливість змінювати вхідні дані та спостерігати зміни результатів у реальному часі. Тестування системи показало ефективність її застосування у навчальному процесі для засвоєння алгоритмів логістики та підвищення практичних навичок студентів.

Розроблена система дозволяє формувати навчальні приклади, моделювати задачі різної складності, демонструвати алгоритмічні підходи і одночасно наочно пояснювати логіку роботи класичних методів оптимізації. Вона може використовуватись як інтерактивний інструмент для викладачів та студентів, сприяючи кращому розумінню складних математичних моделей та алгоритмів логістики.

Висновки. Створена програмна система навчального призначення «Математичні моделі та алгоритми логістики» забезпечує інтерактивне вивчення основних логістичних задач, візуалізацію алгоритмів та можливість експериментування з параметрами задач. Проведене тестування підтвердило ефективність системи у навчальному процесі та її практичну користь для студентів логістичних та інформаційних спеціальностей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Thomas H. Cormen, Charles E. Leiserson, Ronald L. Rivest, Clifford Stein, Introduction to Algorithms. 1990. 1312 p.
2. Aditya Bhargava, Grokking Algorithms. 2016. 256 p.
3. Mokhtar S. Bazaraa, John J. Jarvis, Hanif D. Sherali Linear Programming and Network Flows. 1977. 344 p.

Науковий керівник доктор фізико-математичних наук, професор Львов М.С.

УДК 004.9:378.14

Войташенко В.П.

**АВТОМАТИЗОВАНА СИСТЕМА ЗБОРУ, АНАЛІЗУ ТА ОБРОБКИ
ІНФОРМАЦІЇ ПРО ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
В МЕРЕЖІ ІНТЕРНЕТ**

У статті розглянуто підходи до розробки автоматизованої системи збору, аналізу та обробки інформації про Херсонський державний університет у мережі Інтернет. Обґрунтовано необхідність автоматизації процесів моніторингу інформаційного простору та їх вплив на ефективність управлінських рішень і репутаційної політики закладу вищої освіти.

Ключові слова: автоматизована система, збір інформації, веб-моніторинг, аналіз даних, Херсонський державний університет, інтернет-ресурси.

The article examines approaches to developing an automated system for collecting, analyzing and processing information about Kherson State University on the Internet. The necessity of automating information space monitoring processes and their impact on the efficiency of management decisions and reputation policy of higher education institution is substantiated.

Keywords: automated system, information collection, web monitoring, data analysis, Kherson State University, internet resources.

Постановка проблеми. У сучасних умовах цифровізації освіти заклади вищої освіти стикаються з необхідністю об'єктивного оцінювання ефективності своїх структурних підрозділів. Дослідження показують, що університети активно трансформуються у data-driven організації, де збір та аналіз інформації стають ключовими факторами для прийняття управлінських рішень [1]. Для Херсонського державного університету особливо актуальним є питання автоматизації процесів рейтингування

кафедр та факультетів на основі об'єктивних показників діяльності науково-педагогічних працівників.

Традиційні підходи до оцінювання структурних підрозділів часто базуються на ручному зборі та обробці даних, що є трудомістким процесом і не завжди забезпечує об'єктивність результатів. Автоматизовані методи збору інформації в мережі Інтернет, зокрема з наукометричних баз даних, дозволяють оптимізувати цей процес та забезпечити систематичний моніторинг показників ефективності [3]. Відсутність централізованого підмодуля для агрегації та аналізу даних про діяльність кафедр призводить до фрагментарного уявлення про реальний внесок структурних підрозділів у розвиток університету.

Таким чином, актуальним є створення автоматизованого підмодуля рейтингування кафедр та факультетів як компоненту модуля "Рейтингування НПП", який дозволить централізувати процеси збору даних, забезпечити об'єктивне оцінювання та підвищити ефективність управлінських рішень щодо розвитку структурних підрозділів університету.

Метою статті є обґрунтування необхідності розробки бекенду підмодуля рейтингування кафедр та факультетів для модуля "Рейтингування НПП" Херсонського державного університету, а також визначення основних архітектурних рішень та функціональних можливостей такого підмодуля.

Виклад матеріалу. Сучасний етап розвитку вищої освіти характеризується масштабною цифровою трансформацією, яка торкається всіх аспектів діяльності університетів. Дослідження Williamson та його колег виділяє сім ключових вимірів трансформації університетів у data-driven організації: інфраструктура даних, практики збору даних, аналітичні можливості, культура прийняття рішень на основі даних, управління даними, етичні аспекти та інституційна стратегія [1]. Ці виміри формують комплексну екосистему, в якій автоматизовані системи збору інформації відіграють центральну роль для об'єктивного оцінювання структурних підрозділів університету.

Підходи до автоматизованого збору інформації

Автоматизація процесів збору інформації в мережі Інтернет базується на декількох фундаментальних підходах. Jünger у своєму дослідженні систематизує методи автоматизованого збору веб-даних, виділяючи три основні категорії: парсинг HTML-сторінок, використання API соціальних мереж та платформ, а також застосування спеціалізованих crawler-систем для масштабного збору даних [3]. Кожен з цих підходів має свої переваги та обмеження, які необхідно враховувати при проектуванні системи моніторингу інформації про кафедри та факультети університету.

Для підмодуля рейтингування кафедр та факультетів Херсонського державного університету найбільш релевантними джерелами інформації є: офіційні сторінки кафедр та факультетів на веб-сайті університету, профілі викладачів у наукометричних базах (Scopus, Web of Science, Google Scholar),

публікації науково-педагогічних працівників у фахових виданнях, згадки кафедр у новинних ресурсах, відгуки студентів на освітніх платформах, а також інформація про участь у конференціях, грантах та проектах. Різноманітність цих джерел вимагає гнучкого підходу до збору даних, який може адаптуватися до специфіки кожної платформи та забезпечити комплексну оцінку діяльності структурних підрозділів.

Технології веб-скрепінгу та їх застосування

Веб-скрепінг є одним з найбільш ефективних методів автоматизованого збору інформації. Schiavone та Apicella демонструють практичне застосування веб-скрепінгу для моніторингу репутації на прикладі аналізу відгуків на платформі TripAdvisor [4]. Їхнє дослідження показує, що автоматизований збір та аналіз користувацького контенту дозволяє виявляти тренди, визначати сильні та слабкі сторони організації, а також прогнозувати зміни в сприйнятті бренду. Подібні методи можуть бути адаптовані для моніторингу діяльності кафедр та факультетів, включаючи аналіз наукових публікацій викладачів, їх цитованість, участь у міжнародних проектах, а також оцінки якості викладання від студентів.

Однак застосування технологій веб-скрепінгу супроводжується низкою етичних, правових та технічних викликів. Bischoff та його колеги підкреслюють важливість дотримання правових норм, поваги до robots.txt файлів веб-сайтів, а також етичних принципів при зборі та обробці даних [5]. Для підмодуля рейтингування кафедр критично важливо забезпечити відповідність вимогам GDPR та українського законодавства про захист персональних даних, особливо при обробці інформації про науково-педагогічних працівників та їх професійні досягнення.

Архітектура підмодуля та обробка даних

Ефективний підмодуль рейтингування кафедр та факультетів повинен бути інтегрований у загальний модуль "Рейтингування НПП" та включати декілька функціональних компонентів: компонент збору даних про кафедри та факультети, компонент агрегації показників науково-педагогічних працівників за структурними підрозділами, компонент розрахунку зважених рейтингових коефіцієнтів, а також компонент формування порівняльних звітів. Sarker у своєму всеохоплюючому огляді науки про дані та аналітики описує повний цикл обробки даних: від збору сирих даних до формування практичних рекомендацій для прийняття рішень [2]. Цей підхід передбачає використання методів машинного навчання, обробки природної мови (NLP) та статистичного аналізу для трансформації неструктурованої інформації у структуровані рейтингові показники.

Підмодуль рейтингування кафедр та факультетів повинен агрегувати дані з різних джерел та категорій: наукова діяльність (кількість публікацій, індекс цитування, h-індекс викладачів кафедри, участь у конференціях, отримані гранти), освітня діяльність (якість викладання за оцінками студентів, успішність студентів, кількість випускників), міжнародна діяльність (міжнародні публікації, участь у міжнародних проектах,

академічна мобільність), інноваційна діяльність (патенти, стартапи, комерціалізація досліджень). Застосування зважених коефіцієнтів важливості для різних категорій дозволяє формувати комплексну та об'єктивну оцінку діяльності кожної кафедри та факультету.

Методи аналізу та інтерпретації даних

Agarwal та Dhar у своєму дослідженні визначають ключові виклики та можливості використання big data аналітики в інформаційних системах [6]. Вони підкреслюють, що ефективність системи залежить не лише від обсягу зібраних даних, але й від якості їх інтерпретації та здатності трансформувати дані у практичні управлінські рішення. Для рейтингування кафедр та факультетів це означає необхідність розробки специфічних метрик та KPI, які відображають реальні аспекти ефективності структурних підрозділів та їх внеску в розвиток університету.

Система аналізу даних для підмодуля може включати порівняльний аналіз показників кафедр у межах факультету та між факультетами, виявлення трендів у динаміці змін рейтингових позицій, аналіз кореляції між різними показниками ефективності, ідентифікацію сильних та слабких сторін окремих підрозділів, а також прогнозування майбутніх змін на основі історичних даних. Використання методів машинного навчання дозволяє автоматично виявляти патерни успішності та формувати рекомендації для підвищення показників менш ефективних кафедр.

Практична реалізація бекенду підмодуля рейтингування

Розробка бекенду підмодуля рейтингування кафедр та факультетів передбачає створення масштабованої архітектури, яка може обробляти великі обсяги даних з різних джерел. Основні технічні компоненти включають: API для інтеграції з модулем "Рейтингування НПП", систему збору даних з наукометричних баз, модуль агрегації показників НПП за структурними підрозділами, механізм розрахунку рейтингових коефіцієнтів, базу даних для зберігання історичних показників, а також систему кешування для оптимізації продуктивності.

Підмодуль повинен забезпечувати гнучке налаштування вагових коефіцієнтів для різних категорій показників, що дозволить адміністрації університету адаптувати методологію рейтингування відповідно до стратегічних пріоритетів закладу. Наприклад, в залежності від профілю кафедри (дослідницька чи навчальна спрямованість) можуть змінюватися пріоритети оцінювання наукової та освітньої складових діяльності.

Важливим аспектом є також забезпечення прозорості та справедливості рейтингової системи. Підмодуль повинен надавати детальну інформацію про методологію розрахунку рейтингів, джерела даних та вагові коефіцієнти, що дозволить викладачам та завідувачам кафедр розуміти механізми формування оцінок та мати можливість їх покращувати. Система повинна також включати механізми верифікації даних та можливість оскарження результатів у випадку виявлення помилок [5].

Переваги автоматизованого підмодуля для університету

Впровадження автоматизованого підмодуля рейтингування кафедр та факультетів надає Херсонському державному університету низку стратегічних переваг. По-перше, об'єктивне оцінювання діяльності структурних підрозділів дозволяє виявляти найбільш ефективні кафедри та поширювати їх успішні практики. По-друге, систематичний моніторинг показників дозволяє своєчасно виявляти проблемні зони та надавати цільову підтримку кафедрам, що потребують розвитку. По-третє, прозора система рейтингування стимулює здорову конкуренцію між підрозділами та мотивує викладачів до підвищення своїх показників. По-четверте, агреговані дані про діяльність кафедр можуть використовуватися для прийняття стратегічних рішень щодо розподілу ресурсів, розвитку пріоритетних напрямків та оптимізації організаційної структури університету.

Дані підмодуля можуть використовуватися різними підрозділами університету: керівництво отримує об'єктивну інформацію для стратегічного планування, деканати факультетів аналізують ефективність кафедр та планують заходи щодо покращення показників, завідувачі кафедр моніторять динаміку своїх показників у порівнянні з іншими підрозділами, відділ кадрів використовує рейтингові дані для прийняття рішень про преміювання та кар'єрний розвиток НПП.

Висновки. У статті розглянуто актуальність розробки автоматизованого підмодуля рейтингування кафедр та факультетів для модуля "Рейтингування НПП" Херсонського державного університету. Проаналізовано сучасні підходи до збору та обробки інформації, які показали необхідність автоматизації процесів моніторингу діяльності структурних підрозділів.

Визначено основні джерела даних для підмодуля: наукометричні бази Scopus, Web of Science, Google Scholar, а також офіційні веб-ресурси кафедр. Обґрунтовано архітектурні рішення, що включають компоненти збору даних, агрегації показників НПП за підрозділами та розрахунку рейтингових коефіцієнтів.

Запропонований підхід передбачає використання зважених коефіцієнтів для різних категорій показників: наукової діяльності, освітньої діяльності, міжнародної та інноваційної активності. Це забезпечує гнучкість системи та можливість адаптації методології рейтингування.

Впровадження підмодуля дозволить керівництву університету приймати обґрунтовані рішення щодо розподілу ресурсів та розвитку структурних підрозділів, а також стимулюватиме підвищення показників діяльності науково-педагогічних працівників.

Подальші дослідження будуть спрямовані на практичну реалізацію підмодуля та його інтеграцію в інформаційну систему університету.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Agarwal R., Dhar V. Utilizing big data analytics for information systems research: challenges, promises and guidelines. European Journal of Information Systems. 2016. Vol. 25. Issue 2. P. 143-156. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1057/ejis.2016.2> (дата звернення: 14.10.2025).
2. Bischoff S., Feder J., Johannsen F. Web Scraping for Research: Legal, Ethical, Institutional, and Scientific Considerations. arXiv preprint arXiv:2410.23432. 2024. URL: <https://arxiv.org/html/2410.23432v2> (дата звернення: 14.10.2025).
3. Jünger J. Mapping the Field of Automated Data Collection on the Web: Collection Approaches, Data Types, and Research Logic. ResearchGate. 2017. URL: <https://www.researchgate.net/publication/324517440> (дата звернення: 14.10.2025).
4. Sarker I.H. Data Science and Analytics: An Overview from Data-Driven Smart Computing, Decision-Making and Applications Perspective. SN Computer Science. 2021. Vol. 2. Article 377. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8274472/> (дата звернення: 14.10.2025).
5. Schiavone S., Apicella L. The Value of Web Data Scraping: An Application to TripAdvisor. Information. 2023. Vol. 14. No. 3. P. 121. URL: <https://www.mdpi.com/2504-2289/7/3/121> (дата звернення: 14.10.2025).
6. Williamson B., Bergviken Rensfeldt A., Hillman T., Bergström E. Turning universities into data-driven organisations: seven dimensions of change. Higher Education. 2024. URL: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10734-024-01277-z> (дата звернення: 14.10.2025).

Науковий керівник доктор педагогічних наук, професор Співаковський О.В.

УДК 37.091.3:52

Волошин С.В.

ФОРМУВАННЯ ДОСЛІДНИЦЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ В УЧНІВ ЗАКЛАДІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ АСТРОНОМІЇ НА ПРИКЛАДІ В ИВЧЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ РОБОТИ КОСМІЧНОГО ТЕЛЕСКОПУ «ДЖЕЙС ВЕББ»

У статті розглянуто проблему формування дослідницької компетентності учнів під час навчання астрономії. Показано значення дослідницької діяльності для розвитку пізнавальної самостійності, критичного та аналітичного мислення. Обґрунтовано доцільність використання даних космічного телескопа «Джеймс Вебб» (JWST) як сучасного освітнього ресурсу. Наведено приклади навчальних завдань, побудованих на матеріалах телескопа, що сприяють поетапному розвитку дослідницьких умінь — від спостереження до самостійного аналізу результатів.

Ключові слова: дослідницька компетентність, астрономія, телескоп «Джеймс Вебб», навчальні завдання.

The article explores the problem of developing students' research competence in the process of learning astronomy. The importance of research activity for fostering cognitive independence, critical and analytical thinking is highlighted. The use of data from the James Webb Space Telescope (JWST) is justified as a modern educational resource. Examples of learning tasks based on JWST data are provided, aimed at the gradual formation of research skills — from observation to independent analysis of results.

Keywords: *research competence, astronomy, James Webb Space Telescope, educational tasks*

Сучасна система освіти вимагає від учнів не лише засвоєння готових знань, а й уміння самостійно здобувати, критично осмислювати та застосовувати інформацію в нових ситуаціях. Формування дослідницької компетентності є ключовою умовою розвитку творчого мислення, ініціативності та готовності учнів до пізнання світу через науковий пошук [1; 6].

Особливої ваги ця проблема набуває у процесі навчання природничих дисциплін, зокрема астрономії, яка за своєю природою є дослідницькою наукою. Спостереження, моделювання, аналіз і пояснення природних явищ сприяють розвитку логічного, просторового та аналітичного мислення. Проте у шкільній практиці астрономія часто подається переважно теоретично, без достатнього залучення учнів до дослідницької діяльності.

Водночас сучасна наука надає унікальні можливості для формування дослідницької компетентності завдяки відкритому доступу до реальних астрономічних даних. Зокрема, результати, отримані космічним телескопом «Джеймс Вебб» (**James Webb Space Telescope, JWST**), відкривають широкі перспективи для використання їх у навчальному процесі. Ці спостереження відзначаються високою науковою цінністю, наочністю та міжпредметним потенціалом, що дозволяє учням відчути себе учасниками справжніх наукових відкриттів.

Проблема формування дослідницької компетентності учнів розглядається у працях Дж. Дьюї, Ж. Піаже, Л. Виготського, які підкреслювали значення активного пізнання й навчання через діяльність [2]. У сучасній педагогіці компетентнісний підхід висвітлено в роботах О. Пометун, Н. Бібік, І. Єрмакова, О. Савченко, які наголошують, що дослідницька компетентність передбачає здатність самостійно шукати, аналізувати та інтерпретувати інформацію [1; 3; 6].

У сфері природничої освіти питання розвитку дослідницьких умінь вивчали С. Кузьменков, Л. Морська, Т. Пушкарьова, які акцентують на важливості використання цифрових технологій і реальних наукових даних у навчанні [4; 5]. В астрономічній освіті ці підходи реалізуються через спостереження, аналіз зображень, моделювання явищ. Використання цифрових технологій і відкритих наукових баз даних розглядається як

ефективний шлях підвищення мотивації та залучення учнів до наукового пошуку [7].

Проте у сучасній педагогічній літературі недостатньо представлено практичні методики використання **актуальних астрономічних даних**, зокрема результатів спостережень космічного телескопа «Джеймс Вебб» у навчанні астрономії в закладах загальної середньої освіти. Це зумовлює потребу в науковому обґрунтуванні та педагогічній розробці системи завдань, спрямованих на формування дослідницької компетентності старшокласників на основі даних сучасних космічних спостережень.

Метою статті є висвітлення можливостей використання даних космічного телескопа «**Джеймс Вебб**» у процесі навчання астрономії для формування дослідницької компетентності старшокласників.

Формування дослідницької компетентності в навчанні астрономії базується на активній пізнавальній діяльності учнів, спрямованій на самостійний пошук, аналіз і пояснення природних явищ. Астрономія як навчальна дисципліна має значний потенціал у розвитку дослідницьких умінь, оскільки ґрунтується на спостереженнях, інтерпретації даних і побудові наукових моделей. Використання матеріалів телескопа «Джеймс Вебб» дає змогу зробити цей процес максимально наближеним до сучасної наукової практики.

Космічний телескоп «Джеймс Вебб» є найпотужнішою астрономічною обсерваторією, здатною спостерігати Всесвіт у інфрачервоному діапазоні. Його дані відкриті для наукової спільноти, що створює можливості використання знімків, спектрів і вимірювань у навчальних цілях [8].

Використання матеріалів JWST у навчальному процесі сприяє інтеграції знань із фізики, інформатики, математики, розвиває критичне мислення, аналітичні навички та інтерес до наукового пізнання. Для практичної реалізації зазначених підходів у навчанні астрономії розроблено низку навчально-дослідницьких завдань, що передбачають поступове ускладнення діяльності — від спостереження до самостійного аналізу й інтерпретації даних.

На початковому етапі роботи запропоновано завдання, яке спрямоване на **спостереження та опис природних явищ**, виявлення закономірностей і формування первинних умінь інтерпретації. Під час вивчення теми про галактики учням пропонується розглянути відомий знімок *SMACS 0723*, який отримав назву «Перше глибоке поле Джеймса Вебба». Аналізуючи цей знімок, учні вчаться розрізняти об'єкти (галактики, зірки, дугоподібні структури), з'ясовують причину спотворення їх форми — ефект гравітаційного лінзування — та роблять висновки про масштабність і глибину Всесвіту. Таке завдання розвиває візуальне сприйняття, спостережливість, уміння робити наукові узагальнення.

На наступному етапі доцільно перейти до **аналітичного порівняння даних**, що формує критичне мислення та вміння аргументувати висновки.

Так, під час роботи над темою «Методи астрономічних досліджень» учні можуть порівняти зображення одного й того самого об'єкта, зроблені телескопами «Габбл» і «Джеймс Вебб». Вони встановлюють відмінності у кількості видимих об'єктів, якості зображення, глибині спостережень, пояснюючи це різницею у діаметрі дзеркал, чутливості приладів і діапазоні випромінювання. Порівняльний аналіз сприяє усвідомленню того, як розвиток технологій розширює можливості наукового пізнання.

Подальший розвиток дослідницьких умінь забезпечується **роботою зі спектральними даними**, що дає змогу перейти від спостереження до інтерпретації фізичних характеристик небесних тіл. Учням пропонується вивчити спектр атмосфери екзопланети *WASP-96b*, отриманий телескопом «Джеймс Вебб». Аналізуючи характерні піки в спектрі, вони визначають наявність водяної пари й обговорюють значення таких відкриттів для пошуку планет, потенційно придатних до життя. Це завдання формує вміння читати графічні дані, бачити взаємозв'язок між теорією та спостереженнями, розуміти практичну цінність астрономічних досліджень.

Для розвитку аналітичного мислення учнів варто залучати **візуальні спостереження з поясненням фізичних процесів**. Під час розгляду знімків Туманності Кіля (Carina Nebula) учні спостерігають зони активного утворення зір, так звані «зоряні колиски». Аналізуючи структуру зображення, вони дізнаються, як інфрачервоні спостереження допомагають проникати крізь пилові хмари й вивчати процес народження нових світил.

У старших класах доцільно переходити до **роботи з числовими даними**. Учитель надає учням спрощену таблицю спостережень трьох зір, виконаних телескопом JWST у різних діапазонах довжин хвиль. На основі цих даних учні будують графік інтенсивності випромінювання, порівнюють результати й визначають, яка зоря є гарячішою чи холоднішою. Таким чином формується вміння працювати з емпіричними даними, робити кількісні висновки та пояснювати фізичні закономірності.

Завершальним етапом є **самостійна дослідницька робота**, коли учні обирають цікавий для себе об'єкт, спостережуваний JWST, і самостійно знаходять про нього інформацію у відкритих базах NASA чи ESA. Вони аналізують отримані відомості, готують короткий звіт або науковий постер і презентують результати. Така діяльність сприяє формуванню ініціативності, самостійності, уміння планувати дослідження та презентувати його результати.

Отже, розвиток дослідницьких умінь є одним із провідних напрямів оновлення змісту природничої освіти, спрямованої на розвиток творчого мислення, самостійності та готовності до наукового пізнання. Використання даних космічного телескопа «Джеймс Вебб» у процесі навчання астрономії відкриває нові можливості для реалізації компетентнісного підходу, оскільки поєднує реальні наукові результати з навчально-пізнавальною діяльністю школярів.

Розроблена система завдань дозволяє поступово формувати всі складові дослідницької компетентності — від спостереження та опису явищ до самостійного пошуку й аналізу наукових даних. Учні вчаться працювати з різними джерелами інформації, інтерпретувати результати спостережень, робити висновки та представляти їх у науково обґрунтованій формі. Такі завдання підвищують мотивацію до вивчення природничих дисциплін, розширюють світогляд і сприяють формуванню позитивного ставлення до науки.

Дані телескопа «Джеймс Вебб» є унікальним навчальним ресурсом, що поєднує освіту з актуальними досягненнями сучасної науки. Перспективи подальших досліджень полягають у розробленні методичних рекомендацій для вчителів щодо використання відкритих астрономічних баз даних у навчальному процесі, створенні інтерактивних цифрових ресурсів для організації навчально-дослідницької діяльності та апробації запропонованих завдань у практиці шкільного викладання астрономії.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бібік Н. М. Компетентнісний підхід: рефлексивний аналіз застосування / Н.М. Бібік // *Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи*. – К.: «К.І.С.», 2004. – С. 47–55.
2. Дьюї Дж. Демократія і освіта. – К.: Основи, 2003. – 326 с.
3. Єрмаков І. Г. Компетентнісний підхід до навчання: сутність і шляхи реалізації / І. Г. Єрмаков // *Педагогіка і психологія*. – 2015. – № 2. – С. 23–29.
4. Кузьменков С. В. Цифрові технології як засіб розвитку дослідницьких умінь учнів / С. В. Кузьменков // *Інформаційні технології в освіті*. – 2021. – № 38. – С. 45–50
5. Морська Л. І. Формування дослідницьких умінь старшокласників у процесі навчання природничих дисциплін / Л. І. Морська // *Педагогічний альманах*. – 2020. – № 46. – С. 91–97.
6. Пометун О. І. Компетентнісний підхід – провідна ідея реформування змісту освіти / О. І. Пометун // *Рідна школа*. – 2005. – № 1. – С. 65–69.
7. Чернецький В. А. Формування дослідницьких умінь у процесі навчання астрономії / В. А. Чернецький // *Астрономічна освіта в Україні*. – 2018. – С. 56–61.
8. Webb J. W. Space Telescope Science Institute: James Webb Space Telescope Overview [Електронний ресурс]. – NASA, 2023. – Режим доступу: <https://webbtelescope.org>

Науковий керівник доктор педагогічних наук, кандидат фізико-математичних наук, професор Кузьменков С.Г.

РОЗРОБКА МУЛЬТИМЕДІЙНОГО ВЕБ-ДОДАТКУ ДЛЯ НАДАННЯ ТУРИСТИЧНИХ ПОСЛУГ

У статті розглянуто актуальні аспекти створення мультимедійних веб-додатків для туристичного сектору. Проаналізовано сучасні тенденції цифровізації туристичних послуг, особливості інтеграції мультимедіа та геоінформаційних технологій у веб-середовище, а також роль UX/UI, великих даних і персоналізації користувацького досвіду. Обґрунтовано методологічні засади проєктування веб-додатку для туристичної сфери — від визначення функціональних вимог до побудови архітектури системи та валидації прототипу.

Ключові слова: мультимедіа, веб-додаток, е-туризм, WebGIS, UX/UI, персоналізація.

The article examines current aspects of developing multimedia web applications for the tourism sector. It analyzes modern trends in the digitalization of tourism services, features of integrating multimedia and geoinformation technologies into the web environment, as well as the role of UX/UI design, big data, and user experience personalization. The methodological principles of designing a web application for the tourism industry are substantiated — from defining functional requirements to constructing the system architecture and validating the prototype.

Keywords: multimedia, web application, e-tourism, WebGIS, UX/UI, personalization.

Цифрова трансформація туристичної галузі суттєво змінила способи отримання, обробки та представлення інформації. Традиційні веб-сайти, які обмежувалися текстом та зображеннями, поступово еволюціонують у мультимедійні платформи, що поєднують інтерактивні карти, відеоконтент, аудіогіди та 3D-моделі. Це відповідає зростаючим очікуванням користувачів, які прагнуть отримати не лише інформацію, а й емоційний досвід ще до здійснення подорожі. Таким чином, створення мультимедійного веб-додатку для надання туристичних послуг є актуальним завданням, що потребує поєднання знань із програмної інженерії, дизайну, аналітики та психології користувача.

Сучасні дослідження вказують на те, що розвиток електронного туризму («е-туризму») і «розумних» туристичних платформ відбувається під впливом технологій штучного інтелекту, аналітики великих даних та геоінформаційних систем. За словами R. A. Hamid (2021), концепція smart tourism передбачає використання цифрових сервісів для формування індивідуалізованих маршрутів, збирання даних про поведінку користувача і

створення рекомендацій у реальному часі. Такий підхід не лише підвищує якість обслуговування, а й оптимізує роботу самих туристичних компаній.

Важливою складовою мультимедійних туристичних додатків є застосування імерсивних технологій — віртуальної та доповненої реальності (VR/AR). Як зазначають Pratisto E. H. та ін. (2022), використання 360° відео та VR-турів у веб-застосунках дозволяє користувачу «відчути» атмосферу місця ще до подорожі, що суттєво впливає на емоційне залучення та рішення про відвідування. Це створює передумови для інтеграції мультимедійних об'єктів у структуру веб-додатків туристичного призначення.

Ключовим компонентом подібних систем є WebGIS — технології, що поєднують мультимедіа з просторовими даними. Згідно з дослідженням Cybulski P. (2020), інтерактивні карти з фільтрами, позначками та багаторівневою навігацією значно підвищують ефективність пошуку туристичних об'єктів. Такі карти стають не лише засобом орієнтації, але й елементом взаємодії, який може містити фотографії, відео, аудіо або навіть 3D-моделі локацій. Для реалізації цього підходу доцільно використовувати відкриті інструменти — OpenLayers, Leaflet, Mapbox або Google Maps API — у поєднанні з просторовими базами даних (PostGIS).

З технічного погляду, архітектура мультимедійного веб-додатку має бути багатоплатформною. На рівні клієнта доцільно застосовувати фреймворки React або Vue.js, які забезпечують швидке оновлення інтерфейсу без повного перезавантаження сторінки. Серверна частина може реалізовуватися у вигляді REST або GraphQL API, що взаємодіє з реляційною базою даних для збереження транзакційних даних і об'єктним сховищем для мультимедіа. Окремий компонент системи відповідає за картографічні запити, використовуючи геоінформаційний сервер на основі PostGIS. Така архітектура забезпечує масштабованість, розподіл навантаження і легку інтеграцію з зовнішніми сервісами — наприклад, бронювання або платіжними системами (Chuang C. M. et al., 2023).

Окрім технічних аспектів, важливо враховувати досвід користувача. Як зазначає Wang L. (2024), успіх цифрових туристичних платформ значною мірою залежить від якості UX/UI: інтуїтивність навігації, логічність розміщення елементів, привабливий візуальний стиль та адаптивність для мобільних пристроїв. У цьому контексті ефективним є підхід «mobile-first», що передбачає оптимізацію інтерфейсу насамперед для смартфонів. Проведення юзабіліті-тестів із потенційними користувачами дає змогу своєчасно виявити проблеми інтерфейсу та скоригувати структуру застосунку ще на етапі прототипування.

Суттєву роль у сучасних веб-додатках відіграє аналітика та персоналізація контенту. Використання методів машинного навчання, зокрема колаборативної фільтрації або контентно-орієнтованих рекомендацій, дає змогу формувати індивідуальні пропозиції для користувачів. Такі системи аналізують дані поведінки — перегляди,

відгуки, геолокацію — і пропонують маршрути або події, найбільш релевантні інтересам людини (Wang L. et al., 2024). У результаті користувач отримує персоналізований досвід, а платформа — підвищення конверсії та лояльності.

Важливим питанням при проектуванні подібних систем є захист персональних даних. Обробка профілів користувачів і геолокаційної інформації потребує дотримання вимог GDPR та прозорості політики зберігання даних. Безпека автентифікації забезпечується сучасними механізмами, такими як OAuth 2.0 або JWT, а доступність контенту для людей із порушеннями зору чи слуху — обов'язковою адаптацією інтерфейсу відповідно до стандартів WCAG.

Запропонована методика розробки мультимедійного туристичного веб-додатку передбачає кілька етапів. Спершу здійснюється збір вимог і аналіз користувацьких сценаріїв, далі — проектування архітектури та створення прототипу інтерфейсу. Наступні етапи включають реалізацію базового функціоналу, інтеграцію мультимедіа та карти, впровадження персоналізованих рекомендацій і модулів аналітики. Завершальний крок — тестування продуктивності, юзабіліті й безпеки з подальшим розгортанням системи.

Отже, розробка мультимедійного веб-додатку для надання туристичних послуг є міждисциплінарним завданням, яке поєднує технології веб-розробки, мультимедіа, аналітики та UX-дизайну. Інтеграція WebGIS і персоналізованих механізмів дозволяє створювати інноваційні сервіси, що підвищують якість взаємодії користувача з туристичною інформацією. Подальші дослідження доцільно спрямувати на розробку інтегрованих платформ, які об'єднуюватимуть туристичні дані з інструментами віртуальної реальності та системами штучного інтелекту для глибшої персоналізації досвіду мандрівника.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Chuang, C. M. et al. (2023). The conceptualization of smart tourism service platforms on big data and AI analytics. *Humanities and Social Sciences Communications*.
2. Cybulski, P. et al. (2020). User Experience in Using Graphical User Interfaces of Web Mapping Applications. *ISPRS International Journal of Geo-Information*, 9(7), 412.
3. Hamid, R. A. (2021). How smart is e-tourism? A systematic review of smart tourism research. *Tourism Management Perspectives*.
4. Pratisto, E. H. et al. (2022). Immersive Technologies for Tourism: A Systematic Review. *Sensors (MDPI)*.
5. Wang, L. et al. (2024). Enhancing Tourism Management through Big Data and Artificial Intelligence. *Frontiers in Sustainable Tourism*.
6. Wu, W. et al. (2024). Digital Tourism and Smart Development: A State-of-the-Art Review. *Sustainability*.

Науковий керівник кандидат фізико-математичних наук, доцент Кравцов Г.М.

АВТОМАТИЗАЦІЯ ПРОЦЕСІВ ГЕЙМІФІКАЦІЇ В СИСТЕМАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

У статті розглянуто підходи до автоматизації процесів гейміфікації в системах дистанційного навчання. Обґрунтовано їх вплив на підвищення мотивації студентів та ефективність освітнього процесу.

Ключові слова: дистанційне навчання, гейміфікація, автоматизація, мотивація студентів, освітні платформи.

The article examines approaches to the automation of gamification processes in distance learning systems. Their impact on increasing student motivation and the effectiveness of the educational process is substantiated.

Key words: distance learning, gamification, automation, adaptive systems, student motivation, artificial intelligence, educational platforms.

Постановка проблеми. Сучасний етап розвитку освіти характеризується активним упровадженням дистанційних технологій, які забезпечують доступність навчальних ресурсів та гнучкість освітнього процесу. Проте ефективність дистанційного навчання значною мірою залежить від рівня мотивації студентів. Одним із дієвих інструментів підвищення зацікавленості й залученості є гейміфікація, тобто використання ігрових механік у неігровому середовищі[1]. Проблема полягає у необхідності автоматизації процесів гейміфікації, що дозволить підвищити масштабованість, ефективність та адаптивність освітніх платформ.

Метою даної статті є дослідження підходів до автоматизації процесів гейміфікації в системах дистанційного навчання та обґрунтування ефективності їх застосування для підвищення мотивації студентів та ефективності освітнього процесу.

Виклад матеріалу. У сучасній освіті інформаційні технології стали невід'ємною частиною освітнього процесу. Якісне викладання вже неможливе без використання комп'ютерних технологій та інтернету. Інформація, що надходить із цифрових пристроїв, часто має ігрові риси, і саме цей фактор можна використати для стимулювання пізнавальної активності студентів. Викликом для викладачів є підтримка мотивації студентів у віртуальному середовищі. Одним із дієвих інструментів вважається гейміфікація – застосування ігрових механік у неігровому контексті. Проте реалізація гейміфікації потребує значних зусиль від викладача, що знижує ефективність її застосування. Вирішенням цієї проблеми є автоматизація процесів гейміфікації в системах дистанційного навчання.

За даними журналу «Forbes», серед п'яти ключових трендів сучасної освіти чотири пов'язані з гейміфікацією: дистанційна освіта, персоналізація, ігровізація, інтерактивні підручники та навчання через відеоігри. Це свідчить про важливість ігрових елементів у побудові нових моделей навчання[Помилка! Джерело посилання не знайдено.].

Сьогодні поняття гейміфікації набуло значної зацікавленості та широко використовується у багатьох галузях. Одним із найефективніших напрямків її застосування є освіта й розвиток нових компетентностей, удосконалення особистісних здібностей і підтримка концентрації уваги. Такий підхід до навчання може впроваджуватись у груповій або індивідуальній формах у закладах вищої освіти. Запровадження дистанційної форми та змішаного навчання в режимі спілкування «викладач-студент» вимагає нових підходів в запровадженні ігрових елементів в систему управління навчанням[3].

Використання ігрових елементів у навчальному процесі має давню традицію як у класичній, так і в дистанційній освіті. Сучасна концепція гейміфікації передбачає інтеграцію механік гри у навчальне середовище, що сприяє формуванню ігрового мислення, підвищенню мотивації та залученості здобувачів освіти. Важливим аспектом є створення діяльно орієнтованих завдань, кейсів і симуляцій, які забезпечують набуття практичних умінь. У межах професійно-орієнтованих дисциплін ключовим чинником виступає моделювання умов майбутньої професійної діяльності, що дозволяє ефективніше формувати компетентності та готовність до реальних виробничих ситуацій.

У сучасній науковій літературі, присвяченій проблематиці гейміфікації в електронному навчанні, простежуються кілька ключових напрямів досліджень:

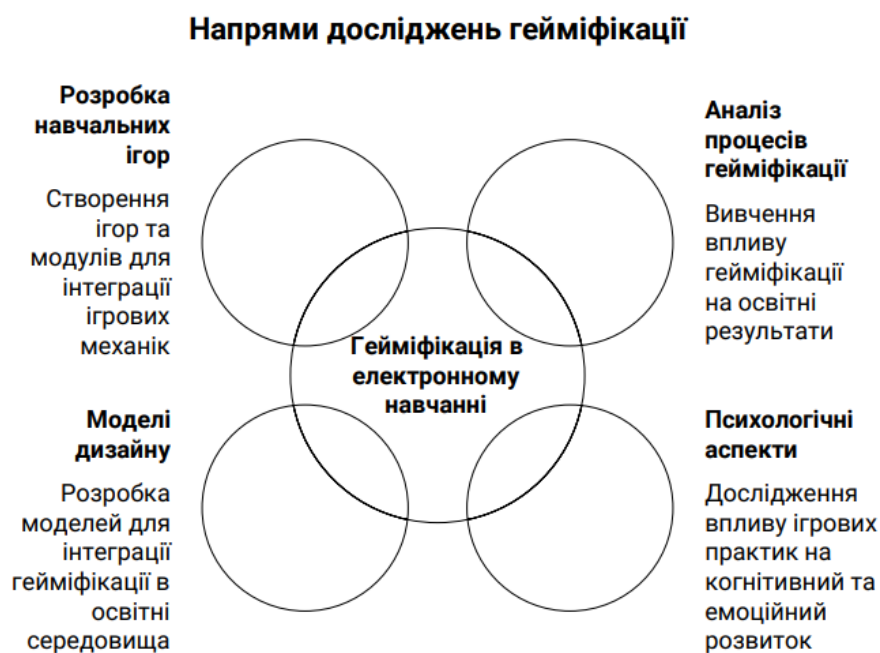


Рисунок 1 – Ключові напрями досліджень гейміфікації

Водночас актуальними залишаються дослідження, спрямовані на формування ефективних моделей оцінювання інструментів і процесів гейміфікації, що застосовуються у цифровому освітньому середовищі[2].

Гейміфікація полягає у використанні таких ігрових елементів, як: нарахування балів за виконання завдань чи активність; відображення прогресу користувача за допомогою рівнів; символічне визнання досягнень у вигляді бейджів, або нагород; рейтинги, завданням яких є формування конкурентного середовища; послідовності завдань із поступовим ускладненням.

Її переваги: підвищення залученості студентів, розвиток внутрішньої мотивації, формування відчуття досягнення.

Автоматизація у цьому контексті означає, що система самостійно нараховує бали, видає нагороди, оновлює рівні та рейтинги без додаткової ручної роботи викладача.

Вплив запровадження процесів гейміфікації вивчався багатьма вченими та практикуючими викладачами. Так, на рис.2 представлено порівняння двох груп студентів, що навчались в різних умовах – із елементами гейміфікації та без них. Результати дослідження показують позитивний вплив гейміфікації на здобувачів освіти.

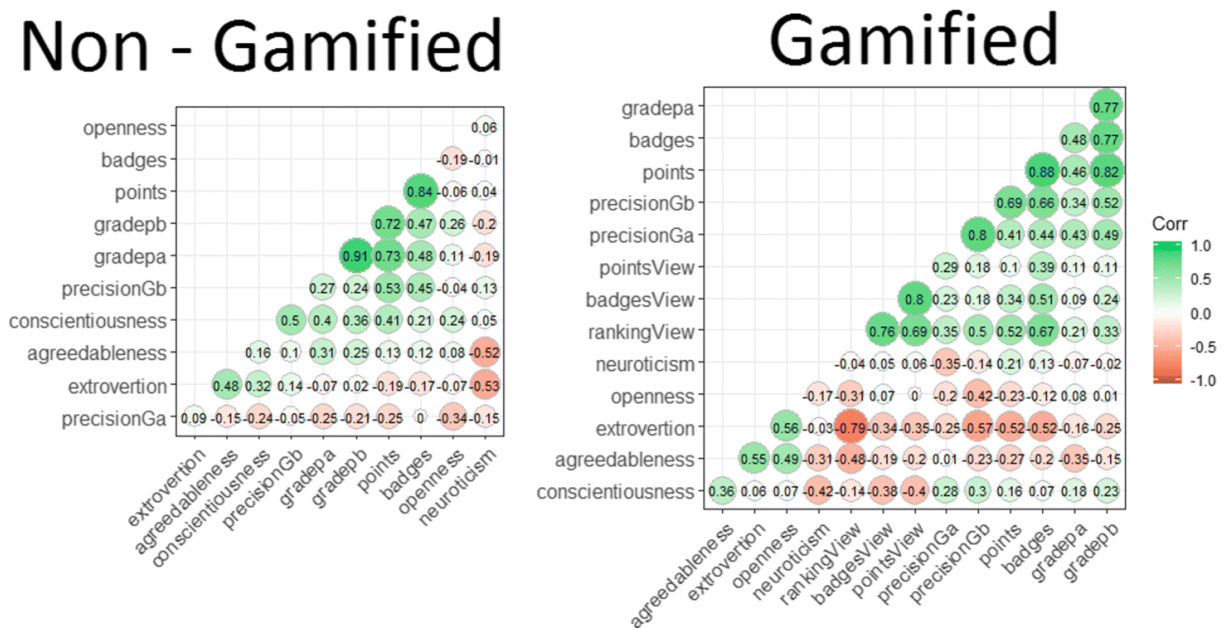


Рисунок 2 – Вплив гейміфікації на навчання та поведінку учнів відповідно до їх особистих рис [5].

Запровадження комплексної системи гейміфікації – це залучення мотивованих студентів до ігор, які імітують професійну роботу, дозволяють провести експерименти відповідно до теми вивчення, дозволяють отримати новий рівень компетенцій. Вбудована у навчальні системи гейміфікація також дозволяє сформувати цикл зворотного зв'язку, який базується на аналізі даних про дії студента і його результатах навчання. У подальшому

вони можуть використовуватись для коригування освітнього процесу та вдосконалення ігрових елементів.

Перевагою гейміфікації є використання ігрових практик і механізмів у неігровому контексті для залучення користувачів до вирішення завдань. В освіті вона забезпечує створення інтерактивного середовища, де здобувачі освіти можуть тренуватися, робити помилки і виправляти їх. Це сприяє формуванню внутрішньої мотивації через систему винагород, рейтингів, бейджів, розвиток когнітивних і комунікативних навичок, перехід від акценту на оцінки до фокусування на знаннях та особистому прогресі

Дослідження в різних сферах показують позитивний вплив гейміфікації на залученість та ефективність діяльності.

Висновки. Автоматизація процесів гейміфікації є перспективним напрямом розвитку дистанційного навчання. Вона відкриває можливості для створення адаптивних освітніх систем, здатних підвищити ефективність навчального процесу за рахунок індивідуалізації та мотиваційної підтримки студентів. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на інтеграцію технологій штучного інтелекту, машинного навчання та хмарних сервісів для розробки комплексних платформ, які б поєднували функції навчання, контролю та ігрової взаємодії.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Deterding S., Dixon D., Khaled R., Nacke L. *From game design elements to gamefulness: defining "gamification"*. Proceedings of the 15th International Academic MindTrek Conference. 2011.
2. Воронкін О. С. Використання елементів гейміфікації у навчальному процесі. Інформаційні технології і засоби навчання. 2020. Т. 75, № 1. С. 25–36.
3. Коваленко О. О., Паламарчук Є. А. Моделі гейміфікації в системах управління навчанням : монографія. Вінниця : ВНТУ, 2023. 85 с.
4. Five Education Trends for 21st Century. Forbes. URL: <https://www.forbes.com/education-trends> (дата звернення: 02.09.2025).
5. Smiderle R., Rigo S. J., Marques L. B. et al. The impact of gamification on students' learning, engagement and behavior based on their personality traits. Smart Learning Environments. 2020. Vol. 7, No. 3. DOI: <https://doi.org/10.1186/s40561-019-0098-x>.

Науковий керівник доктор педагогічних наук, професор Співаковський О.В.

УДК 004.8:001.891

Калашник А.П.

РОЗРОБЛЕННЯ ТА СТВОРЕННЯ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО ПОМІЧНИКА З НАУКОМЕТРІЇ «АДАМ»

У статті розглядається процес розроблення інтелектуального цифрового помічника з наукометрії «Адам». Описано актуальність

тематики у контексті розвитку цифрових технологій в науковій сфері, наведено аналіз сучасних рішень та підходів, охарактеризовано архітектуру проєкту, його функціональність та перспективи застосування у вітчизняному науковому середовищі.

Ключові слова: інтелектуальний помічник, наукометрія, штучний інтелект, автоматизація, цифрові технології, наукові дані.

The article discusses the development of an intelligent scientometric assistant named "Adam". The relevance of the topic in the context of digital transformation of science is outlined. The paper presents an overview of modern solutions, describes the architecture and functionality of the assistant, and highlights the perspectives of its implementation in Ukrainian scientific practice.

Keywords: intelligent assistant, scientometrics, artificial intelligence, automation, digital technologies, scientific data.

На сучасному етапі розвитку наукової діяльності дедалі актуальнішим стає питання ефективного управління науковою інформацією, зокрема наукометричними даними. У зв'язку з глобальною цифровізацією науки, відкритим доступом до бібліометричних ресурсів, зростанням кількості публікацій та інформаційних потоків, виникає потреба у створенні інструментів, які б дозволяли швидко, точно і зручно працювати з великою кількістю даних. Саме тому розроблення інтелектуального помічника з наукометрії виступає важливим напрямом сучасних прикладних досліджень у сфері інформаційних технологій [2].

Наукометрія як галузь знання охоплює кількісні методи аналізу наукової діяльності, зокрема оцінювання ефективності вчених, установ, країн, журналів тощо. На практиці це передбачає роботу з такими базами даних, як Scopus, Web of Science, Google Scholar та іншими джерелами. Проте мануальна обробка таких даних вимагає значних зусиль, часу та технічної обізнаності користувача. Більше того, сучасні науковці часто зіштовхуються з труднощами в пошуку релевантної інформації, аналізі цитувань, підготовці звітів для атестації чи грантових заявок. У цьому контексті особливу цінність мають інтелектуальні системи, які здатні автоматизувати виконання рутинних завдань і надати користувачу аналітичні інструменти в зрозумілому інтерфейсі [3].

Мета даного дослідження полягає у створенні інтелектуального цифрового помічника з наукометрії під назвою «Адам», який би забезпечував інтеграцію кількох джерел даних, автоматичний пошук, фільтрацію, агрегацію та візуалізацію наукометричних показників. Основними завданнями дослідження є: аналіз існуючих рішень; визначення функціональних вимог до системи; розроблення архітектури програмного забезпечення; реалізація MVP-версії помічника; тестування та оцінка ефективності.

На етапі аналізу попередніх досліджень було виявлено низку інструментів, які частково виконують завдання, пов'язані з наукометрією. Зокрема, Google Scholar пропонує автоматичне формування профілю дослідника, проте не забезпечує зведеного аналізу за вибраними параметрами. Сервіси Scopus та Web of Science мають розширені можливості, однак доступ до них обмежений та потребує ліцензії. Водночас такі платформи, як Lens.org та Dimensions, пропонують API-доступ, що дозволяє створювати кастомізовані рішення. У межах проєкту «Адам» було прийнято рішення використати відкриті API для збору даних та реалізувати функціонування системи на базі Python із застосуванням бібліотек Pandas, Requests, Plotly та Flask [1].

Архітектура інтелектуального помічника включає три основні компоненти: модуль збору даних, модуль обробки даних та модуль взаємодії з користувачем. Модуль збору даних відповідає за інтеграцію з відкритими базами через API, обробку запитів та отримання результатів. Модуль обробки даних реалізує алгоритми фільтрації, нормалізації, побудови аналітичних звітів та візуалізацій. Модуль взаємодії з користувачем реалізовано у вигляді веб-інтерфейсу, що дозволяє вводити запити, переглядати результати та завантажувати звіти у форматі PDF чи Excel [10].

У ході реалізації проєкту було створено MVP-версію системи, яка дозволяє вводити ім'я автора або ключові слова, здійснювати пошук релевантних публікацій, формувати таблиці з основними показниками (кількість публікацій, цитування, h-індекс, середня кількість цитувань), а також будувати графіки динаміки активності. Проведене тестування засвідчило коректну роботу запитів, зручність інтерфейсу та швидкість обробки даних. Зокрема, час формування звіту на основі 1000 записів не перевищував 12 секунд [4].

У результаті дослідження було доведено доцільність створення інтелектуального помічника з наукометрії як інструменту для автоматизації аналітичної роботи науковців. Отримані результати можуть бути використані в закладах вищої освіти, науково-дослідних інституціях, органах управління освітою та наукою. Подальші дослідження у цьому напрямку передбачають інтеграцію з українськими репозитаріями, розширення функціоналу рекомендаційних систем, використання алгоритмів машинного навчання для прогнозування наукометричних показників.

Розроблений інтелектуальний помічник «Адам» демонструє високий потенціал практичного застосування, сприяє підвищенню ефективності роботи з науковими даними та може стати основою для побудови повноцінної цифрової екосистеми підтримки наукової діяльності в Україні [5].

У рамках подальшого вдосконалення інтелектуального помічника «Адам» заплановано реалізацію низки функціональних оновлень. Зокрема,

передбачається впровадження модуля авторської ідентифікації, який дозволить автоматично розрізняти авторів з однаковими прізвищами або ініціалами, використовуючи унікальні ідентифікатори на кшталт ORCID, ResearcherID або Scopus Author ID. Це значно підвищить точність обробки даних та надасть змогу формувати більш достовірні аналітичні звіти [7].

Також у майбутньому передбачається інтеграція модуля рекомендацій, який на основі аналізу профілю користувача зможе пропонувати релевантні наукові журнали для публікації, конференції, партнерські установи або науковців для спільних проєктів. Для цього планується використання алгоритмів машинного навчання, зокрема кластеризації та контентної фільтрації.

Окрему увагу слід приділити питанню локалізації та підтримки української мови, що є важливим чинником для широкого впровадження системи у вітчизняному науковому просторі. Поточна версія помічника вже підтримує україномовний інтерфейс, проте подальша робота передбачає розвиток системи контекстного перекладу та адаптацію бібліотек природної мови для роботи з українськими текстами [6].

Тестування інтелектуального помічника «Адам» проводилося серед магістрантів, аспірантів та науково-педагогічних працівників, які мають досвід роботи з наукометричними ресурсами. Отримані відгуки засвідчили позитивне сприйняття платформи, зокрема користувачі відзначили швидкість пошуку, зручність подання результатів, просту навігацію та можливість формування звіту у кілька кліків. Разом з тим, були виявлені й певні недоліки, серед яких – обмежений обсяг баз даних, з якими працює система, а також відсутність синхронізації з локальними обліковими записами користувача. Ці зауваження взято до уваги в подальшій дорожній карті розвитку проєкту.

Загалом, результати дослідження підтверджують, що створення інтелектуального помічника з наукометрії є актуальним, науково обґрунтованим і практично значущим завданням, яке відповідає сучасним викликам цифровізації науки. Система «Адам» демонструє приклад успішної інтеграції сучасних інформаційних технологій у сферу наукової аналітики, а її подальший розвиток сприятиме не лише підвищенню ефективності індивідуальної наукової діяльності, а й зростанню загальної конкурентоспроможності вітчизняної науки на міжнародному рівні [8].

У процесі виконання дослідження було розроблено MVP-версію інтелектуального помічника з наукометрії «Адам», яка забезпечує базову функціональність для пошуку, збору, обробки та візуалізації наукометричних даних. Система орієнтована на використання відкритих джерел інформації, має зручний веб-інтерфейс та демонструє високу швидкість роботи. Проведений аналіз вітчизняного і зарубіжного досвіду дозволив визначити перспективні напрями розвитку: інтеграція з новими джерелами даних, впровадження алгоритмів штучного інтелекту, формування персоналізованих рекомендацій, підтримка багатомовності [9].

Отже, розробка помічника «Адам» вказує на перспективність застосування інтелектуальних систем у сфері наукометрії як засобу підвищення ефективності наукової діяльності, прийняття управлінських рішень у сфері освіти та науки, а також покращення доступу до аналітичної інформації для широкого кола користувачів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Барановська С. І. Наукометрія як інструмент оцінювання результатів наукової діяльності / С. І. Барановська // Вісник Книжкової палати. – 2020. – № 1. – С. 6–9. – Режим доступу: https://nbuv.gov.ua/UJRN/vkp_2020_1_3
2. Гриценко І. В. Наукометрія: основи, методи, інструменти / І. В. Гриценко. – Київ: НаУКМА, 2022. – 96 с. – Режим доступу: <https://ekmair.ukma.edu.ua/handle/123456789/22815>
3. ДСТУ 8302:2015. Інформація та документація. Бібліографічне посилання. Загальні положення та правила складання. – К.: ДП «УкрНДНЦ», 2016. – 16 с. – Режим доступу: https://online.budstandart.com/ua/catalog/doc-page.html?id_doc=68091
4. Пилипенко С. М., Шевченко А. К. Використання наукометричних платформ для оцінювання ефективності наукової діяльності / С. М. Пилипенко, А. К. Шевченко // Наукові праці НУК. Серія: Інформатика. – 2020. – № 4. – С. 61–68. – Режим доступу: <http://journals.nuos.edu.ua/index.php/inf/article/view/259>
5. Шевчук В. Я. Основи наукових досліджень : навчальний посібник. – Львів: ЛНУ ім. І. Франка, 2019. – 240 с. – Режим доступу: <https://repository.lnu.edu.ua/>
6. Dimensions – Research insights, simplified. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.dimensions.ai/>
7. Google Scholar Metrics. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://scholar.google.com/intl/en/scholar/metrics.html>
8. Lysenko M., Chernenko D., Maksymchuk S. Using AI Tools for Research Output Analysis in Higher Education Institutions // Proceedings of the 2023 IEEE International Conference on Advanced Trends in Information Theory (ATIT). – 2023. – DOI: <https://doi.org/10.1109/ATIT57492.2023.10315780>
9. Orduña-Malea E., Ayllón J. M., Martín-Martín A., Delgado López-Cózar E. Methods for estimating the size of Google Scholar // Scientometrics. – 2015. – Vol. 104, Issue 3. – P. 931–949. – DOI: <https://doi.org/10.1007/s11192-015-1622-z>
10. The Lens – Patent and scholarly search platform. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.lens.org/>

Науковий керівник кандидат педагогічних наук, доцент **Вінник М.О.**

УДК 004.056.53:519.83:005.591.6

Кірілков Д.В.

РОЗРОБКА МЕХАНІЗМУ ГОЛОСУВАННЯ НА ОСНОВІ ТЕОРІЇ ІГОР ДЛЯ ДЕЦЕНТРАЛІЗОВАНИХ АВТОНОМНИХ ОРГАНІЗАЦІЙ

У статті розглядається розробка нового механізму голосування (Vote Mechanism Design) для децентралізованих автономних організацій (ДАО),

спрямованого на вирішення значних проблем, що перешкоджають їхній ефективності та автономії. ДАО, які базуються на блокчейн-технологіях та смарт-контрактах, вважаються ключовими рушіями економічної та політичної децентралізації. Проте, існуючі системи, такі як «1 токен = 1 голос», страждають від надзвичайно низької участі виборців (часто менше 10%), що призводить до централізації управління в руках кількох високоактивних учасників, або «китів». Крім того, ці механізми вразливі до стратегічних маніпуляцій, включаючи змову та купівлю/продаж голосів. Мета дослідження полягає у застосуванні теоретико-ігрового підходу для створення системи, яка б забезпечила прозорі та справедливі результати прийняття рішень та запобігла шахрайству. Методологія включає розробку математичної моделі, введення трьох типів агентів (раціоналіст/егоїст, альтруїст, опортуніст) для моделювання стратегічної поведінки, та використання алгоритму машинного навчання з підкріпленням Q-learning.

Ключові слова: Децентралізовані автономні організації (DAO), механізм голосування (Vote Mechanism Design), смарт-контракти, теорія ігор, маніпуляції голосами.

The paper discusses developing a new voting mechanism design for decentralized autonomous organizations (DAOs) to solve significant problems that hinder their effectiveness and autonomy. DAOs, which are based on blockchain technologies and smart contracts, are considered key drivers of economic and political decentralization. However, existing systems, such as '1 token = 1 vote,' suffer from extremely low voter turnout (often less than 10%), which leads to centralization of control in the hands of a few highly active participants, or 'whales.' In addition, these mechanisms are vulnerable to strategic manipulation, including collusion and vote buying/selling. The research aims to apply a game theory approach to create a system to ensure transparent and fair decision-making outcomes and prevent fraud. The methodology includes the development of a mathematical model, introducing three types of agents (rationalist/egoist, altruist, and opportunist) to model strategic behavior, and using a reinforcement learning algorithm with Q-learning.

Keywords: Decentralized Autonomous Organizations (DAO), Vote Mechanism Design, smart contracts, game theory, vote manipulation.

Децентралізовані автономні організації (DAO) представляють собою інноваційну структуру, що базується на блокчейн-технологіях і смарт-контрактах. Цей новий підхід до управління, що базується на технології розподіленого реєстру (DLT), сприяє колективному розподілу ресурсів та досягненню стратегічних цілей у прозорий і стійкий до втручання спосіб за допомогою смарт-контрактів. ДАО все частіше визнаються ключовими рушіями економічної та політичної децентралізації, сприяючи більш демократичним та інклюзивним формам управління.

Мета статті – розробити механізм голосування (Vote Mechanism Design) для DAO, який за допомогою теоретико-ігрового підходу забезпечить прозорі та справедливі результати прийняття рішень і запобігатиме шахрайству при голосуванні.

Новизна дослідження полягає у застосуванні теорії ігор для створення системи голосування, яка збалансовує вплив токенів з іншими факторами, такими як репутація або внесок, сприяючи більш демократичній та активній участі спільноти у впливі на прийняття рішень.

Існуючі дослідження описують кілька підходів до організації голосування в DAO. Наприклад, в статті [1] акцентується увага на проблемі китів та проблемі змови. Проблема “китів” характеризується концентрацією влади серед певних членів і монополізацією прийняття рішень, тоді як для проблеми змови результати голосування спотворюються шахрайською співпрацею. Також автори [1] розглянули квадратичну систему голосування, яка, як очікується, стримуватиме концентрацію голосів серед підмножини учасників, аналізуючи її стійкість до проблеми змови. В статті [2] автори розглядають проблеми делегованого голосування (ДГ) DAO як процес, коли власники токенів передають своє право голосу на прийняття рішень іншим учасникам мережі, яких вони вважають більш кваліфікованими або представницькими. Це дозволяє уникнути ситуацій, коли через велику кількість учасників або низьку активність голосування, рішення приймаються менш обґрунтовано. Хоча ДГ часто застосовується для вирішення проблеми низької участі та зменшення когнітивного тягара прямої участі, існуючі дослідження підкреслюють його потенціал для посилення централізації, особливо коли «кити» або впливові мережі непропорційні. Це створює напругу між передбачуваним підвищенням ефективності делегування та ненавмисною концентрацією влади.

У статті [3] автори досліджують децентралізовані системи управління DAO на блокчейні Ethereum. Основна мета — проаналізувати розподіл виборчої сили, участь у голосуванні та вплив різних категорій делегатів на прийняття рішень. Автори зосереджуються на тому, хто реально контролює DAO і наскільки децентралізованими є ці системи на практиці. Комплексне дослідження трьох провідних DAO систем (Compound, Uniswap та ENS) виявило значну нерівність у розподілі влади при голосуванні.

У статті [4] представлено комплексний огляд застосувань теорії ігор у блокчейні. Було представлено базові знання теорії ігор та кілька ігрових моделей з метою розуміння мотивації використання теорії ігор для аналізу взаємодії між різними компонентами блокчейну. Також був наданий огляд і детальний аналіз з використанням теорії ігор для вирішення різноманітних проблем, що стосуються безпеки, управління майнінгом та блокчейн-застосунків.

Ще одним напрямом є механізми аукціону. У статті [5] автор пропонує підхід до управління DAO, зосереджений на механізмі послідовного аукціону. Фундаментальним блоком механізму є базовий

аукціон, який надає переможцю аукціону тимчасовий, оскаржуваний контроль над DAO. Ставки на базовому аукціоні складаються з цільової ціни токена, претензії на надлишок та розкриття будь-якої позиції, яку учасник торгів займав на момент подання ставки. Згідно з цим механізмом, частина ставки, що стосується цільової ціни токена, фактично є претензією на вартість. Учасник торгів, який, маючи контроль, може реалізувати бізнес-план, що збільшує вартість токена порівняно з поточною ринковою ціною, P_0 , на момент подання заявки є частина пропозиції, що стосується вимоги щодо надлишку, і є вимогою учасника торгів щодо частини від загального надлишку. Генерується надлишок $(V - P_0) * q$, якщо досягнуто цільової ціни токена, де V – максимальна платоспроможність покупця, q – загальна кількість токенів в обігу. Переможною ставкою є та, яка залишає найбільший надлишок іншим власникам токенів, тобто ставка, яка максимізує загальний надлишок мінус вимога учасника торгів щодо надлишку. Важливим є те, що аукціонний механізм не забороняє традиційні режими голосування або купівлі голосів, такі як квадратичне голосування (quadratic voting), де кожен виборець має певну кількість "коштів" для голосування. Замість того, щоб віддавати один голос за кандидата, виборець може "купити" додаткові голоси, але вартість кожного додаткового голосу зростає квадратично. Це означає, що другий голос коштує в 4 рази більше, ніж перший, третій - в 9 разів більше тощо.

Автори дослідження [6] зазначають необхідність захисту від короткострокових атак і показують, що традиційне голосування за вагою токенів вразливе до флеш-кредитів (flash loan), коли зловмисник тимчасово набуває велику кількість токенів для маніпуляції рішенням. Для запобігання цьому використовуються часові обмеження і вагові криві для відсіювання таких атак.

У статті [7] обговорюються результати моделювання, потенційні загрози, змови та ризики (такі як інфляція токенів та маніпуляції винагородами) у розробленій моделі токенів та стратегії їх пом'якшення. В статті [8] автор досліджує переваги та недоліки голосування поза блокчейном, виявивши потенціал для зниження витрат та підвищення масштабованості.

У статті [9] проаналізовано еволюційну гру між урядом, виробником і роздрібним продавцем у контексті великих даних. Вони проаналізували недоліки тристоронньої еволюційної ігрової моделі та ввели теорію перспектив. Крім того, покращили сприйняту цінність трьох сторін гри, вводячи модель для дослідження.

Для розробки узгодженого за стимулами економічного механізму необхідно визначити цільові функції учасників взаємодії [10, 11]. В залежності від типів агентів та результатів їхньої взаємодії, може бути поширення певного типу поведінки або стратегії – егоїстичної, альтруїстичної або реципрокної [12-15].

Для розробки та оцінки запропонованого механізму голосування застосовувалися такі методи:

1. Розроблена математична модель з цільовими функціями учасників голосування.
2. Введено 3 типи агентів з різними цілями, а також використано модель машинного навчання з підкріпленням Q-learning.
3. Mechanism design, який враховує потенційні ризики голосування.
4. Проведена серія експериментів імітаційного моделювання для тестування механізму в Python.

Проведемо порівняння вигід від чесного результату голосування в ДАО із хабарем, що шкодить ДАО.

Чесне голосування Н (honest) – підвищує капіталізацію ДАО (цінність її активів): за, якщо підвищується капіталізація; проти – якщо знижується.

Зловмисне голосування М (malicious) – знижує капіталізацію ДАО: за, якщо знижується капіталізація; проти, якщо підвищується капіталізація.

У кожного учасника є 2 джерела доходу:

- 1) прибуток від сервісів, які пропонує ДАО (аналог дивідендів – розподіленого прибутку за результатами фінансового року). Прибуток визначається як маржинальність від капіталу ДАО.
- 2) продаж токенів x_i за ринковою ціною P . Якщо капіталізація ДАО збільшується, то ціна токенів зростає і навпаки.

Капітал ДАО – початкова сума, в яку оцінюються активи ДАО, початкова ціна токена P_0 визначається як сума активів ДАО поділена на кількість токенів. При чесному голосуванні ціна токена зростає, при зловмисному – скорочується.

Кількість токенів припускається постійною. Кількість токенів x_i визначає кількість голосів v_i кожного учасника при лінійному голосуванні і кількість голосів v_i дорівнює кореню з кількості токенів $\sqrt{x_i}$ при квадратичному голосуванні.

N – число учасників блокчейн проєкту, між якими розподілені всі токени ДАО. Кожен учасник має не менше одного токена, загальна кількість токенів $X = \sum_{i=1}^N x_i$.

Корисність (поточна вартість) учасника блокчейн проєкту складається з дисконтованих величин прибутку (дивідендів) за період t_1 і цін токенів, що продаються у період t_2 :

$$U_i = \sum_{t_1=1}^{t_1} \frac{\left(\frac{r \cdot A}{12X}\right) \cdot x_i}{(1+d)^{t_1}} + \frac{P \cdot x_i}{(1+d)^{t_2}} \quad (1)$$

Для спрощення припустимо, що дивіденди виплачуються щомісяця, а токени можуть продаватися після прийняття рішення.

Якщо рішення приймається в четвертий місяць (у перші 3 місяці не приймаються), то корисність власника токенів визначається за формулою – сума від дивідендів блокчейн проєкту і від продажу всіх токенів:

$$U_i = \sum_{t=1}^4 \frac{\left(\frac{r \cdot A}{12X}\right) \cdot x_i}{(1+d)^{t1}} + \frac{P \cdot x_i}{(1+d)^4}$$

$$U_i = \left(\frac{r}{12X}\right) \cdot x_i \cdot \left(\frac{A}{(1+d)^1} + \frac{A}{(1+d)^2} + \frac{A}{(1+d)^3} + \frac{A}{(1+d)^4}\right) + \frac{P \cdot x_i}{(1+d)^4}$$

d – ставка дисконтування (наприклад, можливість отримувати щорічний дохід на депозиті у розмірі 10% річних)

r – щорічна маржинальність або рентабельність активів (наприклад, 3,5%)

A – вартість активів компанії на початок фінансового року

δ – зміна вартості активів компанії за результатами голосування (наприклад, при збільшенні активів на 7%, $A \cdot \delta = 1.07 \cdot A$)

$P = P_0 \cdot \delta$ – зміна ціни токенів під впливом голосування

Обчислення $U_i(H)$ показує дисконтований виграш учасника блокчейн проєкту від його активів для визначеного горизонту планування.

У разі якщо сумарне значення хабаря B і дисконтованого виграшу від зловмисного голосування $U_i(M)$ більше за $U_i(H)$, в учасника блокчейну з'явиться стимул до нечесного голосування і навпаки. У разі зловмисного голосування вартість активів блокчейн проєкту і ціна токенів будуть знижуватися (якщо більшість голосів буде у зловмисних учасників):

$U_i(H) \geq U_i(M) + B$ – відсутній стимул до зловмисного голосування

$U_i(H) < U_i(M) + B$ – з'являється стимул до зловмисного голосування

Числовий приклад для лінійного голосування. Розглянемо 5 користувачів, для яких відомий розподіл токенів x_i , величина активів компанії A , початкова ціна токenu P_0 , рентабельність активів r , ставка дисконтування d :

$x_1 = 10, x_2 = 15, x_3 = 20, x_4 = 30, x_5 = 25, X = 100$ токенів

$A = 10000$ євро

$P_0 = \frac{A}{X}, P_0 = \frac{10000}{100} = 100$ євро

$r = 3,5\%$

$d = 10\%$ - можливість отримати альтернативний дохід у вигляді депозиту.

Через 2 місяці на голосування виносяться рішення щодо масштабування ІТ продукту для іспаномовного ринку, очікується підвищення капіталізації на $\delta = 12\%$

Визначимо розмір поточної вартості від чесного голосування – за дане рішення для кожного учасника:

$$U_1 = \left(\frac{0,035}{12 \cdot 100}\right) \cdot 10 \cdot 10000 \cdot \left(\frac{1}{(1+0,1)^{1/12}} + \frac{1}{(1+0,1)^{2/12}}\right) + \frac{100 \cdot 10}{(1+0,1)^{2/12}} = 990,00$$

Аналогічно обчислимо інші корисності учасників при лінійному голосуванні (кількість токенів x_i і кількість голосів v_i однакові) (Таблиця 1):

Таблиця 1.

Корисності учасників при лінійному голосуванні

# учасника	$x_i=v_i$	U_i
1	10	990
2	15	1485
3	20	1980
4	30	2970
5	25	2475

На платформі блокчейн ця інформація є відомою, але зберігається анонімність учасників. Щоб запобігти входження на іспаномовний ринок даної компанії, необхідно, щоб проти проголосувало понад 50 токенів. У цьому випадку можливі варіанти (Таблиця 2):

Таблиця 2.

Варіанти розподілу хабарів для зловмисного голосування учасників при лінійному голосуванні

Варіанти	Учасники (токени)	Розмір хабаря
1	4 і 5 (55 токенів)	5445
2	2, 3 і 5 (60 токенів)	5940
3	1, 3 і 5 (55 токенів)	5445
4	1, 2 і 4 (55 токенів)	5445

Якщо тип учасника – егоїст, то він піде на отримання хабаря, якщо хабар перевищить його поточні вигоди. Якщо тип учасника – альтруїст, то він відмовиться від хабаря у випадку, якщо хабар перевищить його поточні вигоди. Якщо розмір хабаря для егоїстів становитиме 5455 євро і більше, вони приймуть зловмисне рішення для організації.

Для раціонального користувача визначимо майбутні вигоди від прийняття чесного рішення (скільки він в перспективі отримає, якщо не продасть токени і буде нескінченно довго отримувати дивіденди від блокчейн проєкту):

$$U_1 = \left(\frac{0,035}{12 \cdot 100} \right) \cdot 10 \cdot \left(\frac{A \cdot \delta}{(1 + 0,1)^{1/12} - 1} \right) + \frac{100 \cdot 10}{(1 + 0,1)^{2/12}} = 409,66$$

$$U_1 = \left(\frac{0,035}{12 \cdot 100} \right) \cdot 10 \cdot \left(\frac{10000 \cdot 1,12}{1,1^{1/12} - 1} \right) = 409,66$$

Обчислимо вигоди для раціонального учасника (таблиця 3):

Таблиця 3.

Вигоди для раціонального учасника при лінійному голосуванні

#	x_i	U_i
1	10	409,66
2	15	614,49
3	20	819,32
4	30	1228,97
5	25	1024,14

Ця сума менше, ніж у попередньому випадку, тому хабар не перевищить 5455 євро для егоїста.

На наступний період голосування розмір активів буде $A \cdot \delta$ у разі прийняття чесного рішення і A у разі прийняття зловмисного рішення. Ціна буде $P_0 \cdot \delta$ у разі прийняття чесного рішення і P_0 у разі прийняття зловмисного рішення. При зловмисному рішенні призначається покарання у вигляді зниження ваги голосу тим учасникам, які приймали зловмисне рішення.

Розглянемо приклад для квадратичного голосування. Корисності для учасників при квадратичному голосуванні (кількість токенів x_i , кількість голосів $v_i = \sqrt{x_i}$):

Таблиця 4.

Корисності учасників при квадратичному голосуванні

#	x_i	v_i	U_i
1	10	3,16	990
2	15	3,87	1485
3	20	4,47	1980
4	30	5,48	2970
5	25	5,00	2475
Разом	100	21,98	

Щоб прийняти зловмисне рішення, необхідно придбати більше, ніж $21,98/2=10,99$ голосів. Задача того, хто хоче вплинути на рішення, – мінімізувати витрати на хабарі для учасників (Таблиця 5).

Таблиця 5.

Варіанти розподілу хабарів для зловмисного голосування учасників при квадратичному голосуванні

Варіанти	Учасники (голоси)	Розмір хабаря
1	1, 2, 3 (3,16+3,87+4,47=11,5)	990+1485+1980=4455

Всі інші варіанти зумовлюють збільшення розміру хабаря. Інші варіанти доцільно розглядати, якщо серед перших трьох учасників є альтруїсти. При порівнянні лінійного і квадратичного голосування видно, що якщо всі учасники – егоїсти, то при квадратичному голосуванні кількість голосів і розмір хабарів зменшується у порівнянні з лінійним голосуванням.

Висновки. Результати дослідження свідчать, що поставлену мету досягнуто. Запропонована система голосування на базі блокчейну для DAO із застосуванням елементів теорії ігор успішно мінімізує явне домінування великих холдерів та захищає від змови між учасниками.

Практична значущість дослідження полягає у створенні готового до впровадження рішення, що може бути адаптоване для різних типів DAO. Теоретичний внесок включає розширення застосування теорії ігор у галузі блокчейн-управління та розробку нових підходів до проектування децентралізованих систем. Перспективи подальших досліджень включають вивчення масштабованості запропонованого підходу для великих DAO, інтеграцію з технологіями штучного інтелекту для автоматичного налаштування параметрів та дослідження міжорганізаційних взаємодій між різними DAO.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Tamai, S., & Kasahara, S. (2024). DAO voting mechanism resistant to whale and collusion problems. *Frontiers in Blockchain*, 7. <https://doi.org/10.3389/fbloc.2024.1405516>
2. Delegated voting in decentralized autonomous organizations: a scoping review. (2025). *Frontiers in Blockchain*, 8, 1598283. <https://doi.org/10.3389/fbloc.2025.1598283>
3. Fritsch, R., Müller, M., Wattenhofer, R., & ETH Zürich. (2022). Analyzing Voting Power in Decentralized Governance: Who controls DAOs? *arXiv:2204.01176v1 [cs.CY]* 3 Apr 2022. <https://arxiv.org/pdf/2204.01176.pdf>
4. Liu, Z., Luong, N. C., Wang, W., Niyato, D., Wang, P., Liang, Y., & Kim, D. I. (2019). A survey on Applications of Game Theory in Blockchain. *arXiv (Cornell University)*. <https://doi.org/10.48550/arxiv.1902.10865>
5. Strnad, J. (2024). Economic DAO Governance: A contestable control approach. *arXiv (Cornell University)*. <https://doi.org/10.48550/arxiv.2403.16980>
6. Wang, Z., Pu, F., Cheung, V., Hao, R., & New York University. (2025). Balancing Security and Liquidity: A Time-Weighted Snapshot Framework for DAO Governance Voting. <https://doi.org/10.48550/arXiv.2505.00888>
7. Udokwu, C. (2024). Formalizing and simulating the token aspects of Blockchain-Based Research Collaboration Platform using game theory. *Mathematics*, 12(20), 3252. <https://doi.org/10.3390/math12203252>
8. Monteiro, T. D., Sanchez, O. P., & De Moraes, G. H. S. M. (2024). Exploring off-chain voting and blockchain in decentralized autonomous organizations. *RAUSP Management Journal*. <https://doi.org/10.1108/rausp-08-2023-0162>
9. Wei, J., Yi, X., Yang, X., & Liu, Y. (2023). Blockchain-Based design of a government incentive mechanism for manufacturing supply chain data governance. *Sustainability*, 15(8), 6968. <https://doi.org/10.3390/su15086968>
10. Kobets, V. Mechanism design for foreign producers of unique homogeneity product (2013) *CEUR Workshop Proceedings*, 1000, pp. 329-338. <https://ceur-ws.org/Vol-1000/ICTERI-2013-p-329-338-ITER.pdf>
11. Kobets, V.M. Incentive compatible mechanism design of custom policy for complex social choice function (2014) *Actual Problems of Economics*, 156 (6), pp. 478-486.
12. Kobets, V., & Poltoratskiy, M. (2014). Forming an evolutionarily stable firm strategy under cournot competition using social preferences. In *Communications in computer and information science* (pp. 343–361). https://doi.org/10.1007/978-3-319-13206-8_17
13. Kobets, V., Weissblut, A. Nonlinear Dynamic model of a microeconomic system with different reciprocity and expectations types of firms: Stability and bifurcations (2016) *CEUR Workshop Proceedings*, 1614, pp. 502-517. https://ceur-ws.org/Vol-1614/paper_90.pdf
14. Kobets, V., Weissblut, A. Mathematical model of microeconomic system with different social responsibilities in software module (2017) *CEUR Workshop Proceedings*, 1844, pp. 139-154. <https://ceur-ws.org/Vol-1844/10000139.pdf>
15. Kobets, V., Weissblut, A. (2018). Simulation Agent-Based Model of Heterogeneous Firms Through Software Module. In: Bassiliades, N., et al. *Information and Communication Technologies in Education, Research, and Industrial Applications. ICTERI 2017. Communications in Computer and Information Science*, vol 826. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-76168-8_11

Науковий керівник доктор економічних наук, професор Кобець В.М.

ЗАСТОСУВАННЯ ВЛАСТИВОСТЕЙ ФУНКЦІЙ У МАТЕМАТИЧНИХ МОДЕЛЯХ ПРИКЛАДНИХ ЗАДАЧ

Вступ

Сучасний розвиток науки і техніки неможливий без використання математичних моделей. Функції та їх властивості є базовим інструментом для опису різноманітних процесів у фізиці, економіці, біології та інших сферах. Особливу роль відіграє вміння застосовувати теоретичні знання на практиці, що є одним із головних завдань математичної освіти. Мета статті – показати, як властивості функцій можуть бути використані для побудови та аналізу прикладних математичних моделей, а також підкреслити педагогічний аспект такої діяльності.

1. Лінійні функції

Лінійна функція має вигляд $y = kx + b$. Вона описує рівномірний рух, пропорційні залежності в економіці, а також інші процеси з постійною швидкістю зміни. Приклад: якщо автомобіль рухається зі швидкістю 60 км/год, то шлях описується функцією $s(t) = 60t$, де t – час у годинах, s – пройдений шлях у кілометрах.

2. Квадратичні функції

Квадратична функція $y = ax^2 + bx + c$ часто використовується для опису прискореного руху, оптимізаційних задач у виробництві та економіці. Приклад: тіло, кинуте вертикально вгору зі швидкістю v_0 , має висоту $h(t) = v_0t - (gt^2)/2$, де g – прискорення вільного падіння.

3. Показникові функції

Показникова функція $y = a^x$ моделює процеси зростання або спадання, зокрема інфляцію, радіоактивний розпад, зростання капіталу під відсотки. Приклад: якщо початкова сума вкладу $S_0 = 1000$ грн, а річна ставка відсотка становить 10%, то через t років сума дорівнюватиме $S(t) = 1000 * 1.1^t$.

4. Логарифмічні функції

Логарифмічна функція $y = \log_a(x)$ описує процеси уповільненого зростання. Вона застосовується у задачах вимірювання звукової гучності (децибели), шкалі рН, а також у біології та демографії.

Приклад: рівень кислотності середовища обчислюється за формулою $pH = -\log_{10}[H^+]$, де $[H^+]$ – концентрація іонів водню.

5. Логістична модель

Логістична функція застосовується для опису процесів, що спочатку зростають експоненційно, але з часом насичуються через обмеженість ресурсів. Вона широко використовується у біології для моделювання чисельності популяцій. Приклад: $N(t) = K / (1 +$

$Ae^{(-rt)})$, де K – максимально можлива чисельність популяції, r – швидкість росту, A – стала, що визначається початковими умовами.

6. Педагогічний аспект

Використання прикладних моделей у навчанні математики допомагає студентам зрозуміти, що математичні знання не є абстрактними, а мають безпосереднє застосування у повсякденному житті. Це формує мотивацію, критичне мислення та навички роботи з реальними задачами.

7. Застосування інформаційних технологій та штучного інтелекту

Сучасні інформаційні технології значно розширюють можливості математичного моделювання. Комп'ютерні програми дозволяють виконувати складні обчислення, будувати графіки функцій, моделювати процеси у фізиці, економіці та біології. Штучний інтелект (ШІ) відкриває нові перспективи використання математичних функцій у прогнозуванні та оптимізації. Зокрема, нейронні мережі будуються на основі нелінійних функцій активації, що дозволяє моделювати складні залежності. Приклад: алгоритми машинного навчання широко застосовуються для прогнозування економічних показників, аналізу медичних даних, розпізнавання образів. Усі ці системи базуються на використанні функцій, їх властивостей і чисельних методів оптимізації.

Висновки

У статті розглянуто приклади застосування лінійних, квадратичних, показникових та логарифмічних функцій, а також логістичної моделі у прикладних задачах. Ці моделі дають можливість описувати реальні процеси, що відбуваються у природі та суспільстві. Використання таких прикладів у навчанні математики сприяє формуванню у студентів практичного мислення та вмінь застосовувати математику у різних сферах діяльності. Окремо наголошено на ролі інформаційних технологій та штучного інтелекту, які забезпечують ефективні інструменти для аналізу й візуалізації моделей, а також для побудови прогнозів на основі математичних залежностей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Дьомін Ю.І. Математичне моделювання. – Київ: Наукова думка, 2018.
2. Кудрявцев Л.Д. Курс математического анализа. – М.: Наука, 2010.
3. Stewart J. Calculus. – Boston: Cengage Learning, 2016.
4. Murray J.D. Mathematical Biology. – Berlin: Springer, 2002.
5. Хомченко Н.Г. Вища математика для економістів. – Київ: КНЕУ, 2017.

ВИКОРИСТАННЯ ПЛАТФОРМИ GOOGLE WORK SPACE FOR EDUCATION ПРИ ВИКЛАДАННІ АЛГЕБРИ В ОСНОВНІЙ ШКОЛІ

В статті розглядається питання використання хмарних систем навчання, зокрема, Google Workspace for Education при викладанні алгебри в основній школі.

Ключові слова: цифрова трансформація освіти, хмарні технології, навчання математики.

The article examines the use of cloud learning systems, in particular, Google Workspace for Education, in teaching algebra in elementary school.

Keywords: digital transformation of education, cloud technologies, mathematics teaching.

Актуальність обраної теми дослідження обумовлена низкою трансформаційних процесів, які наразі відбуваються в сучасній освітній системі України та світу. За умов наявної сьогодні стрімкої діджиталізації суспільства, цифрова трансформація освіти є одним із ключових державних пріоритетів. Цей процес має на меті побудову комплексної екосистеми цифрових рішень, який передбачає створення «безпечного електронного освітнього середовища, забезпечення необхідною інфраструктурою, підвищення рівня цифрової компетентності учасників освітнього процесу та автоматизацію збору й аналізу даних» [1]. Законодавча база досить чітко виокремлює ці напрямки. Отже, успішна реалізація цих завдань передбачає не тільки технічного оснащення, але й впровадження такої ефективної методики роботи із сучасними цифровими інструментами, яка б відповідала світовим тенденціям цифрового розвитку.

Однією з найбільш рушійних сил сучасної освіти виступають хмарні технології. Саме вони пропонують швидкість за умов меншої вартості та оптимального доступу до освітніх ресурсів у глобальному масштабі. Серед провідних екосистем такого типу, що виступають як інструменти для підвищення навчального впливу, співпраці та продуктивності, можна визначити платформу *Google Workspace for Education*. Базова версія платформи є безкоштовною для загальноосвітніх закладів, і саме ця обставина робить платформу доступною для широкого впровадження. Інструменти, які входять до складу платформи, зокрема, *Google Classroom*, *Docs*, *Sheets*, *Forms*, *Gemini*, забезпечують авторизований доступ, а найголовніше – безпечне середовище та можливість інтеграції з іншим програмним забезпеченням. Платформа забезпечує досить гнучкі можливості для організації спільної роботи вчителя та здобувачів,

диференціацію завдань та надання зворотного зв'язку в режимі реального часу, що є необхідною вимогою для дистанційного та змішаного навчання.

Разом з цим, викладання алгебри в основній школі вимагає від вчителя постійного пошуку сучасних, інноваційних, ефективних підходів до вивчення абстрактних понять. Типові дидактичні проблеми, які виникають при вивченні алгебри (візуалізація графіків функцій, розуміння різноманітних перетворень виразів, автоматична перевірка однотипних завдань) можуть бути розв'язані за допомогою цифрових інструментів, які містить платформа *Google Workspace for Education*.

Google Workspace for Education виступає централізованою платформою для організації усього навчального процесу: на платформі легко публікувати навчальні матеріали з алгебри, призначати завдання та терміни виконання, проводити тестування та надавати здобувачам індивідуальний зворотний зв'язок. *Google Docs* і *Google Slides* дозволяють здобувачам працювати над спільними алгебраїчними проєктами, створювати презентації, які містять поясненням складних тем або навіть вести спільні робочі зошити з прикладами та завданнями. *Google Forms* підходить для створення тестів, опитувань та самостійних робіт з автоматичною перевіркою, цей інструмент значно заощаджує час вчителя та дозволяє швидко виявити прогалини в знаннях здобувачів.

Для вивчення алгебри в умовах дистанційного навчання ключовим інструментом для проведення онлайн-уроків стає *Google Meet*. За допомогою демонстрації екрана вчитель може візуально пояснювати побудову графіків функцій, послідовність кроків у розв'язанні систем рівнянь або роботу з формулами. А збережені записи занять дозволяють здобувачам переглядати матеріал у зручний для них час.

Штучний інтелект *Gemini*, інтегрований у *Google Workspace*, відкриває нові можливості як для викладачів, так і для здобувачів [2]. *Gemini* може виступати в ролі помічника вчителя, допомагаючи створювати плани уроків, узагальнювати документи та навчальні матеріали та надавати нові ідеї для занять. Для здобувачів *Gemini* може слугувати персональним репетитором, надаючи покрокові розв'язання для алгебраїчних задач. Але ці можливості створюють так званий парадокс «підсилювача знань» або «помічника у списуванні», оскільки хоча ШІ надає безпрецедентну підтримку, це також підвищує ризик, що здобувачі будуть використовувати його для отримання готових відповідей. Цей аспект вимагає від вчителів зміни підходів до оцінювання, фокусуючись в першу чергу на творчих, відкритих завданнях, які вимагають безпосередньо аналізу процесу, а не лише остаточного результату.

Головна перевага *Google Workspace for Education* полягає в його можливості здійснювати персоналізоване навчання та сприяти змішаному підходу. Вчителі можуть диференціювати завдання, пропонуючи сильним здобувачам більш складні алгебраїчні задачі, а тим, хто відстає, – додаткові вправи чи навіть відеопояснення. Інтеграція з іншими освітніми ресурсами

та застосунками (зокрема, з онлайн-калькуляторами графіків або з різноманітними платформами для інтерактивних вправ) поглиблює практичне застосування алгебри. Отже, *Google Workspace for Education* допомагає перетворити викладання алгебри з традиційного лекційного формату на гнучку, динамічну та орієнтовану на практичну співпрацю діяльність, яка повністю відповідає потребам сучасних здобувачів.

Існує прямий взаємозв'язок між українською державною політикою у сфері цифрової трансформації освіти та необхідністю практичного впровадження хмарних платформ, таких як *Google Workspace*. Це створює системний запит на такі дослідження, які б не просто констатували наявні інструменти, а й сприяли розробці конкретної методики їх використання. Вибір саме цієї платформи як предмету дослідження обґрунтовується її позиціонуванням як інструменту, який готує здобувачів до подальшого навчання та професійної діяльності, що також відповідає світовим тенденціям.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Міністерство освіти і науки України. Проект Концепції цифрової трансформації освіти і науки на період до 2026 року [Електронний ресурс]. – Київ, 2023. – Режим доступу: <https://ie.org.ua/novini/gromadske-obgovorennja-proiektu-koncepcii-cifrovoi-transformacii-osviti-i-nauki-na-period-do-2026-roku>.
2. Google for Education. Google Workspace for Education: Overview of tools for teaching and learning [Електронний ресурс]. – 2023. – Режим доступу: <https://edu.google.com/intl/uk/products/workspace-for-education/>.

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, старша викладачка
Григор'єва В.Б.

УДК 172.15:322.17:37.017.4

Матвєєва О.А.

ФРАКТАЛЬНІ МНОЖИНИ У ШКІЛЬНОМУ КУРСІ МАТЕМАТИКИ

У статті розглядається методологія викладання фрактальної геометрії у шкільному курсі математики як інструменту розвитку структурного мислення, просторової уяви та міжпредметної інтеграції. Фрактальні множини аналізуються не лише як геометричні об'єкти, а як дидактичні моделі, що стимулюють алгоритмічне й дослідницьке мислення, дозволяють сформувати у школярів уявлення про складні, ієрархічні, самоподібні структури, притаманні природі, інформаційним системам і соціальним мережам. Стаття акцентує увагу на педагогічному потенціалі фракталів у формуванні когнітивної автономії, здатності до моделювання, рефлексії та бачення закономірностей у складності. Запропоновано

дидактичні принципи, методи візуалізації, цифрові ресурси та інтегровані форми діяльності, які забезпечують ефективне впровадження фрактальної тематики в шкільну практику. Обґрунтовано, що фрактали не лише урізноманітнюють зміст геометрії, а й трансформують саму логіку навчального процесу, активізуючи креативне й системне мислення.

Ключові слова: громадянин. національно-патріотичне виховання. патріотизм.

The article discusses the methodology of teaching fractal geometry in school mathematics courses as a tool for developing structural thinking, spatial imagination, and interdisciplinary integration. Fractal sets are analyzed not only as geometric objects, but also as didactic models that stimulate algorithmic and research thinking, allowing students to form an understanding of complex, hierarchical, self-similar structures inherent in nature, information systems, and social networks. The article focuses on the pedagogical potential of fractals in the formation of cognitive autonomy, the ability to model, reflect, and see patterns in complexity. Didactic principles, visualization methods, digital resources, and integrated forms of activity are proposed to ensure the effective implementation of fractal topics in school practice. It is argued that fractals not only diversify the content of geometry, but also transform the very logic of the educational process, activating creative and systematic thinking.

Keywords: citizen, national-patriotic education, patriotism.

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. У сучасній освіті постає необхідність формування нового типу мислення, здатного до аналізу складних структур, системного бачення реальності та інтегративної роботи з інформацією. Традиційний зміст шкільного курсу математики, зокрема геометрії, зорієнтований переважно на евклідові моделі, що не відображають адекватно морфологічне багатство природних, соціальних, техногенних або інформаційних об'єктів. Цей розрив між теоретичними формами навчання та феноменологічною складністю світу знижує мотивацію учнів, обмежує їхню здатність до абстрагування й моделювання. У цьому контексті фрактальні множини виступають як педагогічно потужний ресурс, здатний не лише відновити зв'язок між математикою та світом, а й сформувавши інтелектуальні навички високого рівня: ієрархічне моделювання, розуміння ітераційних процесів, візуально-алгоритмічне мислення. Проблема впровадження фрактальної тематики у шкільну освіту не зводиться до змістового оновлення — йдеться про перегляд самої логіки навчального процесу, в якому знання постає як структура, що динамічно вибудовується в діяльності учня.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В сучасних публікаціях все частіше з'являються спроби інтегрувати фрактальні структури у навчальний процес — як у курсах геометрії, так і в міжпредметних програмах.

Аблаєв Є.В. та Мамалига Р.Ф. (2017) підкреслюють значення пропедевтики поняття фракталу для молодших школярів, акцентуючи на візуальній природі об'єкта. Бабкін А.А. (2017) розглядає фрактали як точку перетину математики та інформатики, особливо в аспекті алгоритмізації. Аналіз фракталів через комплексні числа запропоновано в дослідженні Брюховича М. й Жерновникової О. (2024), де йдеться про поєднання алгебраїчного апарату з геометричним мисленням. Горшков О.О. (2018) виокремлює естетичний потенціал фракталів як засобу виховання чутливості до симетрії й ритму. Попри цінні спостереження, ці праці здебільшого зосереджені на окремих аспектах теми: побудові фігур, використанні цифрових інструментів або прикладах міжпредметних зв'язків. Натомість залишається відкритим питання створення повноцінної дидактичної системи, в якій фрактал розглядатиметься не як додаток, а як центральний елемент формування структурного мислення. Ця стаття спрямована на теоретичне й методичне осмислення фрактальних множин як концептуального інструмента трансформації навчального заняття.

Формулювання цілей статті. Метою статті є обґрунтування педагогічного потенціалу фрактальних множин у шкільному курсі математики та розробка методичних підходів до їх ефективного впровадження в освітній процес як засобу формування системного, алгоритмічного і міждисциплінарного мислення учнів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Фрактальні множини як педагогічне явище набувають в освітньому просторі все більшої значущості не завдяки своїй естетичній унікальності, а завдяки тій інтелектуальній напрузі, яку вони викликають у свідомості школяра. У традиційній шкільній математиці панує принцип гладкості: усі форми мають чітку межу, лінійна логіка домінує над розгалуженням, а складність подається як наслідок множинності. У цьому дискурсі фрактал діє як педагогічний дестабілізатор: він не руйнує структуру, але ускладнює її до рівня, що вимагає перегляду самої логіки навчального процесу. Пояснити учневі, чому нескінченна довжина може бути укладена в обмежену площу, — це не просто дидактична задача, а філософське занурення в ідею нескінченності. Саме тут фрактальна тематика перестає бути просто темою уроку й набуває рис інтелектуального переходу — переходу від просторового уявлення до абстрактної операції, від алгоритмічного повторення до евристичного моделювання. Фрактал не викладається — він розгортається, ніби сама структура думки має пройти через етапи ітерації, деталізації, заглиблення. Тому в шкільному курсі математики фрактали не повинні з'являтися як екзотика, як окрема вставка «щоб було цікаво», а як органічна точка напруги, що дозволяє учневі зробити інтелектуальний стрибок. Через фрактали формується новий рівень аналітичної культури — здатність бачити закономірності не на поверхні, а у структурі повторів, масштабів, ієрархій. Це той тип мислення, який виходить за межі предмету і починає формувати спосіб взаємодії з

реальністю як з багаторівневою, самоподібною, динамічною системою [2, с. 14].

У такому підході фрактали стають не лише змістом навчання, а способом мислення. Щоб побудувати фрактальну фігуру, учень має опанувати концепцію ітерації, але не як механічне повторення, а як смисловий акт: кожен крок відтворює попередній, але на новому рівні масштабу, що змінює не лише форму, а й функцію структури. Це є фундаментальним зрушенням — від лінійного додавання до рекурсивного породження. Учень бачить, що складність не завжди пов'язана з множинністю елементів: вона може бути наслідком простого правила, застосованого у відповідному ритмі. Такий досвід формує здатність до мінімалізму в мисленні — розуміння того, як обмежений набір операцій може породити невичерпне багатство форм. Це мислення конструкторське, архітектурне, де не деталі первинні, а принцип побудови. У цьому сенсі фрактал — не просто геометричний об'єкт, а ідея про побудову світу, що виникає не з готових блоків, а з логіки зв'язку. На уроці така ідея трансформується у форму діяльності: учень спочатку виконує побудову, потім формулює правило, далі — змінює параметри, аналізує ефект. Виникає мікроцикл дослідження, в якому кожна дія обґрунтована й веде до рефлексії. Таким чином, навчання перестає бути пасивним споживанням і стає інженерною практикою — учень не отримує знання, а створює структуру, в якій це знання розгортається. Саме через це фрактали є не лише навчальним інструментом, а точкою входу в педагогіку процесуального мислення [3].

У цьому педагогічному полі методика роботи з фрактальними множинами повинна будуватися не як передача знань, а як конструювання інтелектуального простору, де учень стає агентом власної пізнавальної дії. Найефективніше це реалізується через зміну ролі вчителя: замість носія знання — організатор середовища, в якому знання виникає. Практично це означає, що навчання має починатися не з пояснення терміну «фрактал», а з прямої діяльності — побудови, моделювання, експерименту. Учень створює сніжинку Коха не тому, що її вимагає програма, а тому, що перед ним постав виклик: як із простого трикутника отримати складну фігуру? Тут педагогічно важливо не дати відповідь одразу, а дозволити фігурі «народитися» через серію припущень, випробувань, помилок. Такий процес активує дослідницьку установку, що є значно ціннішою за будь-яке готове правило. Фрактал тут виступає як предмет, що відкривається поступово — з кожною ітерацією у мисленні. Його самоподібність не лише геометрична, а й дидактична: кожен крок учня повторює логіку відкриття структури, і таким чином учень входить у логіку науки не як зовнішній спостерігач, а як учасник її творення. Через це структура заняття має бути динамічною: від візуального подиву до алгоритмічного опису, від фіксації властивостей до постановки нових задач. Така спіральна методика дозволяє не лише сформулювати знання про фрактали, а й створити досвід наукового

мислення — послідовного, але відкритого, точного, але гнучкого. У межах такого підходу фрактал — не об'єкт, а медіатор між мисленням і світом [4, с. 81].

У педагогічному процесі фрактальні множини дозволяють працювати з ідеєю межі — не як обмеження, а як потенціалу. Коли учень бачить, що нескінченна довжина не виходить за межі скінченної площі, він вперше стикається з парадоксом, що не ламає логіку, а розширює її. У цьому полягає глибинна освітня цінність фракталів: вони дозволяють вбудувати в мислення ідею нескінченності не як абстракцію, а як досвід. Навіть на рівні побудови простих фігур — трикутника Серпінського чи дерева Піфагора — учень стикається з тим, що форма ніколи не завершується, кожен рівень відкриває нову структуру. Такий досвід формує інтелектуальну витривалість — здатність мислити поза межами завершених конструкцій, бачити динаміку в структурі, розуміти, що складність не є результатом, а процесом. Водночас фрактали створюють унікальну ситуацію переносу знань: форма, яку учень будував на уроці математики, раптом виявляється у листку папороті, у системі кровообігу, в розгалуженнях річки. Виникає когнітивний ефект: знання оживає в реальності. І саме в цьому полягає головне — фрактали не просто ускладнюють курс математики, вони дозволяють учневі побачити структуру в хаосі, знайти закон у випадковому, відчувати логіку там, де раніше панувала інтуїція. Це той тип знання, який формує не пам'ять, а світогляд, не інформацію, а здатність бачити.

Ще одним стратегічним напрямом реалізації фрактальної тематики є поєднання її з цифровою діяльністю. У цьому контексті фрактали не просто малюються — вони програмуються, симулюються, модифікуються. Учень стає не споживачем образу, а творцем алгоритму. Завдяки використанню середовищ типу Scratch, Python (Turtle), FractInt, Mandelbrot Explorer чи навіть GeoGebra, учні можуть реалізувати повноцінні моделі — від простих до складних, із заданими параметрами й умовами. Це створює ситуацію практики: фігура не існує поза алгоритмом, вона є результатом дії. Через це змінюється і сам зміст уроку — він стає лабораторією, у якій математика переходить у моделювання. Особливо ефективною є ситуація, коли фрактальна фігура створюється в кілька ітерацій: учень бачить, як зростає складність, як кожен новий рівень додає не просто елементи, а логіку. Саме таке побудовне мислення, де форма є наслідком алгоритму, формує основи цифрової грамотності нового типу — не споживчої, а генеративної. Учень не просто використовує технологію, а створює зміст. Це — найвищий рівень інтеграції цифрової культури з математикою. Через фрактали програмування стає не просто навичкою, а способом вираження структури. І в цьому педагогічному акті цифрова діяльність перестає бути самотійною, а перетворюється на частину мислення, на спосіб моделювання реальності.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Фрактальні множини мають надзвичайний дидактичний потенціал, що дозволяє не лише збагатити зміст шкільного

курсу математики, а й трансформувати його методологічну структуру. Завдяки ідеї самоподібності, ітеративної побудови та масштабної інваріантності вони відкривають нові горизонти для розвитку просторового, логічного, системного та міждисциплінарного мислення. Стаття демонструє, що включення фракталів у навчальний процес формує в учнів здатність до інтелектуального моделювання, підвищує мотивацію до вивчення математики, забезпечує когнітивну гнучкість. Подальші розвідки можуть бути спрямовані на емпіричне дослідження впливу фрактальних моделей на когнітивний розвиток учнів, розробку міждисциплінарних навчальних курсів із фокусом на структуру як універсальну категорію, створення цифрових освітніх платформ для ітеративного моделювання. Також перспективною є адаптація фрактальної тематики до інклюзивного навчання та дослідження її впливу на дітей з особливими освітніми потребами як засобу формування структурного мислення через візуально-алгоритмічні дії.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Аблаєв Є.В. Мамалига Р.Ф. Пропедевтика формування поняття фракталу у учнів шкіл. Освіта і наука. 2017. №9(88). С.123–133
2. Бабкін А.А. Вивчення елементів фрактальної геометрії як засіб інтеграції знань з математики та інформатики. Дис. канд. пед. наук. Вінниця. 2017. 202 с.
3. Брюхович М., Жерновникова О. Використання комплексних чисел у вивченні та аналізі фракталів. Інноваційні педагогічні технології в цифровій школі : зб. тез доп. учасників VI Міжнар. наук.-практ. конф. молод. учених, м. Харків, 15–16 трав. 2024 р. Харків, 2024. С. 240–242.
4. Горшков О.О. Вивчення елементів фрактальної геометрії як засіб естетичного виховання учнів. Педагогіка і психологія. Київ. Вістник КГУ ім. М.О.Некрасова. 2018. №1. С.181–185

Науковий керівник доктор фізико-математичних наук, професор Савченко О.Г.

УДК 004.738.5:37.018.43:519.23

Лаба О.С.

ПРОВЕДЕННЯ ТА АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЗАЛУЧЕНОСТІ КОРИСТУВАЧІВ ІТ ПРОДУКТУ ЗА ДОПОМОГОЮ А/В ТЕСТУВАННЯ

У цій статті досліджується застосування А/В тестування як інструменту прийняття рішень на основі даних для оптимізації освітнього вебпродукту. На прикладі власного онлайн-курсу проаналізовано вплив змін у структурі контенту, інтерфейсі та елементах взаємодії на поведінку користувачів, рівень зацікавленості та конверсійні показники. У

дослідженні реалізовано шість послідовних експериментів, з яких п'ять включено до фінального аналізу. Для кожного тесту розраховано абсолютну та відносну зміну конверсії, а статистичну значущість перевірено за допомогою двопропорційного Z-тесту. Отримані результати показали, що найбільше зростання ефективності забезпечили зміни, пов'язані з демонстрацією результату навчання, соціальним доказом (відгуками) та додаванням консультаційної послуги, тоді як агресивні маркетингові стимули (знижки, таймери) призвели до зниження довіри аудиторії. Дослідження демонструє практичну цінність A/B тестування в умовах малих цифрових проєктів та підкреслює важливість UX-орієнтованого підходу й гіпотезоорієнтованої розробки для підвищення конверсії освітніх IT-продуктів.

Ключові слова: A/B тестування, конверсія, UX-оптимізація, цифровий продукт, статистичний аналіз, гіпотезоорієнтована розробка.

This paper explores A/B testing as a data-driven decision-making tool for optimizing educational web products. Using the example of our own online course, we analyze the impact of changes in content structure, interface, and interaction elements on user behavior, engagement, and conversion rates. The study implemented six consecutive experiments, five included in the final analysis. For each test, the absolute and relative changes in conversion were calculated, and statistical significance was tested using a two-proportion Z-test. The results showed that the most significant increase in effectiveness was achieved by changes related to demonstrating learning outcomes, social proof (reviews), and the addition of a consulting service, while aggressive marketing incentives (discounts, timers) decreased audience trust. The study demonstrates the practical value of A/B testing in small digital projects. It emphasizes the importance of a UX-oriented approach and hypothesis-driven development for increasing the conversion of educational IT products.

Keywords: A/B testing, conversion rate, UX optimization, digital product, statistical analysis, hypothesis-driven development.

Метод A/B тестування набув значного поширення як у наукових дослідженнях, так і в практичній розробці цифрових продуктів. У фундаментальній праці [1] A/B тестування розглядається як один із найефективніших способів перевірки змін у програмному продукті в реальному часі, з використанням поведінкових даних користувачів. Дослідники у статті [2] виокремлюють основні труднощі при проведенні таких тестів у різних контекстах, включаючи веброзробку, мобільні додатки, електронну комерцію та рекламу: недостатня рандомізація, недотримання гіпотезоорієнтованого підходу, та нехтування перевіркою статистичної значущості результатів. Автори [3] зробили акцент на масштабуванні A/B тестів у великих компаніях, таких як Microsoft, та важливості побудови внутрішньої інфраструктури для ефективної

підтримки експериментів. Дослідження авторів [4] запропонувало поєднання А/В тестування з методами машинного навчання, що дозволяє виявляти виняткові закономірності у поведінці підгруп користувачів. Такий підхід є перспективним для персоналізованої оптимізації контенту або інтерфейсів.

У роботі [5] автори зосередилися на оптимізації вебсторінок шляхом побудови воронки конверсій і перевірки змін у її компонентах за допомогою А/В тестування. У [6] наголошено на необхідності інтеграції А/В тестування в гіпотезоорієнтовану розробку (hypothesis-driven development), що передбачає постійне формулювання, перевірку та ітеративне вдосконалення гіпотез. Автор [7] продемонстрував застосування А/В тестування в сфері UX-бібліотек і сервісів, показавши, як зміни в дизайні впливають на залучення користувачів до цифрових ресурсів, що особливо актуально для освітніх або інформаційних онлайн-продуктів. У статті [8] представлено узагальнення статистичних проблем, що виникають при масштабному застосуванні А/В тестування: контроль рівня хибних відкриттів (FDR), ефекти багаторазового тестування, питання достовірності рандомізації тощо.

Таким чином, сучасна література одностайно підкреслює ефективність А/В тестування як інструменту валідації рішень у процесі розробки цифрових продуктів. Проте більшість досліджень зосереджені на великомасштабних системах, тоді як у цій роботі розглянуто приклад застосування цього методу у малому проєкті освітнього спрямування, що демонструє новизну та прикладну цінність запропонованого підходу.

Мета статті – виявлення впливу різних варіантів контенту, дизайну та структурних елементів інтерфейсу на поведінку користувачів, рівень їх зацікавленості та конверсійні показники за допомогою А/В тестування.

У рамках дослідження було реалізовано шість А/В тестів, з яких до фінального аналізу включено тести №2-6, які мали достатню вибірку, однозначно сформульовані гіпотези та валідні результати.

Етапи методології включають: формулювання гіпотез, розподіл аудиторії, визначення метрик ефективності та аналіз результатів.

Результати А/В тестування відображені у таблиці 1.

Таблиця 1.

Вплив заходів з А/В тестування на конверсії користувачів ІТ продукту

Тест	Суть зміни	Відвідувачі	Конверсії	Конверсія (%)	Δ абсолютна	Δ відносна
2	Відгуки клієнтів	548	39	7.11%	-	-
3	Мінімізація тексту	305	13	4.26%	-2.85%	-40.1%

4	Додано блок "Результат"	283	28	9.89%	+5.63%	+132.2%
5	Знижка, подарунок, таймер	393	15	3.82%	-6.07%	-61.4%
6	Додано консультації + зміна форми	900	67	7.44%	+3.62%	+94.8%

Ключові висновки з аналізу:

- Найкращий приріст з **абсолютної точки зору** зафіксовано у **тесті №4** (+5.63%), що підтверджує ефективність демонстрації **результату** користувачу;
- Найгірший результат- **тест №5**, у якому попри додаткові стимули (знижка, обмеження часу) конверсія знизилася до 3.82%;
- З **відносної точки зору**, найкращий прорив продемонстрував **тест №4** (+132.2%), а найгірший- тест №5 (-61.4%).

Таким чином, зміни, спрямовані на **чітке комунікування користі продукту (тест №4)** та **додаткову послугу консультації (тест №6)** показали найвищу ефективність. У той час як нав'язливі маркетингові методи (знижки, таймери) не лише не покращили показники, а й **зменшили довіру аудиторії**.

Ці висновки мають важливе значення для формування стратегії розвитку ІТ-продукту, орієнтованої на прозорість, цінність та UX-довіру користувача.

Проведемо розрахунок p-value для сусідніх тестів за допомогою двопропорційного Z-тесту для виявлення статистично значимого або незначимого впливу проведених заходів на підвищення обсягу конверсій користувачів у придбання ІТ продукті на вебсайті.

Таблиця 2.

Обчислення p-value для суміжних тестів

Порівняння	Конверсія А (%)	Конверсія В (%)	Z-значення	p-value	Висновок ($\alpha = 0.05$)
Тест 2 vs Тест 3	7.12	4.26	-1.67	0.0949	Неістотно
Тест 3 vs Тест 4	4.26	9.89	+2.68	0.0074	Істотно
Тест 4 vs Тест 5	9.89	3.82	-3.19	0.0014	Істотно
Тест 5 vs Тест 6	3.82	7.44	+2.46	0.0138	Істотно

Єдиний незначущий результат- Тест 2 vs Тест 3 ($p = 0.0949 > 0.05$) - тобто мінімізація тексту не дала статистично підтвердженого ефекту. Інші зміни дали **статистично значущий вплив на конверсію**:

- Додавання блоку «Результат» (Тест 4)
- Падіння при маркетинговому тиску (Тест 5)
- Покращення після додавання консультацій (Тест 6).

Висновки. У результаті проведеного дослідження було досягнуто головну мету - підтверджено ефективність А/В тестування як інструменту перевірки гіпотез, покращення UX та підвищення конверсій у цифровому продукті.

Аналіз п'яти А/В тестів, реалізованих на реальному вебсайті з освітнім курсом, дозволив виявити вплив різних змін на поведінку користувачів. За результатами як кількісного аналізу (відсоток конверсій), так і статистичного обґрунтування (z-тест пропорцій, p-value), виявлено, що не всі зміни мали однаковий ефект. Найбільш ефективним виявилось додавання блоку «Результат» (тест №4), що забезпечило найвищу конверсію (9.89%) та було статистично значущим ($p = 0.0074$). Найменш ефективним стало впровадження знижки з таймером і подарунком (тест №5), що призвело до зниження конверсії до 3.82% ($p = 0.0014$). Зміна структури тексту (тест №3) не дала істотного результату ($p = 0.0949$), тобто зменшення обсягу тексту без врахування інформативності не покращує поведінку користувача. Додавання консультації та оновлення форми оплати (тест №6) також продемонструвало позитивний ефект ($p = 0.0138$).

Результати доводять, що навіть малі та локальні зміни можуть мати істотний вплив на користувацьку поведінку, якщо вони базуються на реальних потребах та очікуваннях аудиторії. Використання p-value та Z-тесту забезпечує об'єктивність у прийнятті рішень, що особливо важливо при гіпотезоорієнтованій розробці продуктів.

Для перевірки гіпотез можуть бути застосовані експериментальні моделі і метод Монте-Карло, якщо відсутні фактичні дані [9]. Опитування також можуть перевірити певні гіпотези, якщо впроваджуються ІТ продукти, у тому числі в закладах вищої освіти [10]. Для перевірки дослідницьких питань застосовуються і аналіз настроїв, що дозволяє в процесі перевірки гіпотез застосовувати як структуровані, так і неструктуровані дані [11]. Методи машинного навчання також дозволяють визначити зміну якості прогнозу за наявності або відсутності визначеного предиктора [12].

Таким чином, А/В тестування підтвердило свою ефективність як доступний та гнучкий інструмент для малих команд, індивідуальних розробників і освітніх ініціатив, який дозволяє покращувати продукт на основі даних, а не припущень.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Kohavi, R., Longbotham, R., Sommerfield, D., & Henne, R. M. (2009). Controlled experiments on the web: Survey and practical guide. *Data Mining and Knowledge Discovery*, 18(1), 140-181. <https://doi.org/10.1007/s10618-008-0114-1>

2. Quin, F., Weyns, D., Galster, M., & Costa Silva, C. (2024). A/B testing: A systematic literature review. *Journal of Systems and Software*, 211, 112011. <https://doi.org/10.1016/j.jss.2024.112011>
3. Gupta, S., Kohavi, R., Deng, A., Omhover, J., & Gupta, S. (2019). A/B testing at scale: Accelerating software innovation. In *Proceedings of the World Wide Web Conference (WWW '19 Companion)* (pp. 175-176). <https://doi.org/10.1145/3308560.3320093>
4. Duivesteijn, W., Feelders, A. J., Knobbe, A., & van Leeuwen, M. (2017). Have it both ways—From A/B testing to A&B testing with exceptional model mining. In *Lecture Notes in Computer Science* (Vol. 10536, pp. 132-147). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-71273-4_10
5. Su, H., & Wu, C. F. J. (2017). Funnel testing in webpage optimisation: Representation, design and analysis. *Statistical Theory and Related Fields*, 1(1), 3-14. <https://doi.org/10.1080/24754269.2017.1332964>
6. Acharya, V. (2020). Implementing A/B testing and hypothesis-driven development for product performance optimization. *International Journal for Research Publication and Seminar*, 15(4). <https://doi.org/10.36676/jrps.v15.i4.16>
7. Young, S. (2014). Improving library user experience with A/B testing: Principles and process. *Weave: Journal of Library User Experience*, 1(1). <https://doi.org/10.3998/weave.12535642.0001.101>
8. Xiong, X., Tang, Y., Deng, A., & Deng, K. (2022). Statistical challenges in online controlled experiments: A review of A/B testing methodology. *arXiv preprint*. <https://arxiv.org/abs/2212.11366>
9. Kobets, V., Volyk, D., Stratonov, V., & Koval, S. (2025). The freemium business model: experimental pricing using Python in a CoLab environment. In *Communications in computer and information science* (pp. 357–369). https://doi.org/10.1007/978-3-031-81372-6_27
10. Spivakovsky, O., Omelchuk, S., Kobets, V., Poltoratskyi, M., Malchykova, D., & Lemeshchuk, O. (2025). Institutional regulation of using ai-based services through the Kano model: the case of Kherson State University. *Information Technologies and Learning Tools*, 108(4), 129–157. <https://doi.org/10.33407/itlt.v108i4.6269>
11. Ivanov, O., & Kobets, V. (2025). Integrating semantic analysis and financial indicators of business reports for predicting stock prices. In *Communications in computer and information science* (pp. 297–308). https://doi.org/10.1007/978-3-031-81372-6_22
12. Kobets, V. (2024). Web service management system for predicting real estate prices using machine learning techniques. *Computer Systems and Information Technologies*, 4, 68–77. <https://doi.org/10.31891/csit-2024-4-9>

Науковий керівник доктор економічних наук, професор Кобець В.М.

УДК 373.5.016:51:37.02

Лимаренко А.В.

ВИКОРИСТАННЯ ІГРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ЕЛЕКТИВНИХ КУРСАХ З МАТЕМАТИКИ У СТАРШІЙ ШКОЛІ

Одним із пріоритетних напрямків розвитку в Україні, незважаючи на суспільні виклики, залишається модернізація освіти задля формування свідомих громадян. Саме тому постає питання важливості впровадження

курсів за вибором для учнів старшої школи, оскільки основною метою елективних курсів є засвоєння школярами інформації, яка нерозривно пов'язана із предметом, який вивчається, але виходить за рамки шкільної програми. Важливим завданням спецкурсів такого типу є підвищення зацікавленості дітей до навчання через урахування індивідуальних потреб та здібностей, а в подальшому – матиме вплив на вибір професійного спрямування.

Водночас із перспективами нововведень, перед вчителями, насамперед, виникає проблема в неготовності перейти від «сухого» викладання матеріалу до розуміння важливості підвищення зацікавленості слухачів, оскільки це напряду пов'язано з результативністю навчання. Ми вважаємо, що дієвим кроком до подолання даної проблеми є використання ігрового підходу у викладанні математики.

Метою статті є висвітлення можливостей поглиблення математичних знань на елективних курсах із відходом від стандартного подання матеріалу учням.

Ключові слова: елективний курс з математики, ігровий підхід, математичні поняття.

Despite social challenges, one of the priority areas of development in Ukraine remains the modernization of education in order to shape conscious citizens. This raises the question of the importance of introducing elective courses for high school students, since the main goal of elective courses is for students to learn information that is inextricably linked to the subject being studied but goes beyond the school curriculum. An important task of such special courses is to increase children's interest in learning by taking into account their individual needs and abilities, which will subsequently influence their choice of career path.

At the same time, with the prospects of innovation, teachers are faced with the problem of unwillingness to move from «dry» teaching of material to understanding the importance of increasing the interest of listeners, as this is directly related to the effectiveness of learning. We believe that an effective step towards overcoming this problem is the use of a game-based approach in teaching mathematics.

The purpose of this article is to highlight the possibilities for deepening mathematical knowledge in elective courses by moving away from the standard presentation of material to students.

Key words: elective course in mathematics, game-based approach, mathematical concepts.

Мета сьогоденного етапу розвитку освіти залишається незмінною – формування особистості, наділеної знаннями, уміннями, навичками, цінностями та особистісними якостями, які сприятимуть адаптації у змінному навколишньому світі. Тому постає питання в реалізації профільної освіти як засобу реалізації індивідуального і диференціального підходу в

навчанні задля створення умов отримання освіти старшокласниками відповідно до їх інтересів щодо продовження освіти. Не можна не погодитись з тим, що рівень зацікавленості учнів до вивчення певних предметів напряму залежить від уміння викладача нестандартно подавати матеріал [2].

Елективні курси (інші назви – *курси за вибором, спецкурси*) є обов'язковою частиною профільного спрямування учнів, які розраховані на розширення навчальної програми певного предмета [1]. Варто зазначити, що здобувачам надається можливість самостійно обрати курс, оскільки набуті на ньому знання, уміння та навички повинні бути поштовхом до нових звершень, а не формальністю.

Прослідковуючи зміст навчання математики в старшій школі, можна зробити висновок, що на вивчення деяких понять не приділяють достатньої кількості уваги, або вводять матеріал поверхнево, що, у свою чергу, може провокувати знецінення його важливості. Як приклад можна навести поняття інваріанта, ідеї якого пронизують велику кількість розділів математики, однак ознайомлення з ним часто обмежується декількома задачами. Для того, аби учні успішно засвоїли дане поняття, важливо знайти такий підхід до подачі інформації, які б мотивували до продовження процесу пізнання незвіданих сторінок математики. Аналіз науково-методичної літератури ([3], [4]) ще раз підкреслює, що саме через уміле поєднання традиційного викладу матеріалу з елементами нестандартних підходів активується більш глибоке і свідоме сприйняття інформації учнями, адже традиційний підхід хоч і забезпечує системність, він може привести до зниження мотивації у вивченні предмета. У цьому випадку доцільним буде використання дослідницьких методів та ігрових підходів, які складають методичну базу будь-якого елективного курсу.

Гра «15» – одна із головоломок, суть якої можна підлаштувати під вивчення поняття інваріанта, оскільки вона демонструє неможливість деяких конфігурацій (ідея незмінності при довільних перетвореннях). Інваріант для гри «П'ятнашки» визначається як парність суми деяких її складових: кількості інверсій плиток (тобто, тих пар чисел, які розташовані не у природньому порядку, а також номери рядка, в якому знаходиться порожня плитка. Кожен дозволений хід не змінює парність суми за модулем 2. Правильне методичне використання гри під час вивчення математичних понять сприятиме у учнів розвитку уміння самостійно віднаходити закономірності сталого, мотивації до продовження навчання.

Однак, не варто обмежуватись виключно використанням дидактичних ігор, оскільки це може спровокувати зниження зацікавленості у сприйнятті матеріалу учнями. Незважаючи на короткочасність елективних курсів, учням слід продемонструвати якомога більше задач та прикладів, які можуть стати у нагоді для засвоєння поняття інваріанта. У цьому випадку можна повернутись до геометричних інваріантів – властивостей фігур, які залишаються незмінними при деяких групах перетворень. Наприклад,

характеристикою інваріантності наділені довжини відрізків, кути, площа та об'єм. Під час уроків можна також використовувати картки із зображенням фігур на встановлення закономірностей щодо опуклих і увігнутих частин, оскільки це напряму стосується поняття інваріанта.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Дичківська І. М. Інноваційні педагогічні технології. Київ.: Академвидав, 2004.
2. Елективні курси в системі передпрофільної підготовки: Навчально-методичний посібник / За ред. Т. Б. Качкіна. – К.: УПКПО, 2004.
3. Жерновникова О., Левенко Г., Фунтова Ю. Методика вивчення математики за науково-педагогічною програмою «Інтелект України». Наумовські читання : матеріали XXI Всеукр. наук.-метод. конф. здобувачів вищ. освіти та молод. вчених, присвяч. 100-річчю до дня народж. І. О. Наумова, м. Харків, 23-24 листоп. 2023 р. / Харків. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди ; за заг. ред. О. А. Жерновникової. Харків, 2024.
4. Кушнір В. А. Інноваційні методи навчання математики : наук.-метод. посіб. / Василь Андрійович Кушнір, Григорій Андрійович Кушнір, Ренат Ярославович Ріжняк. – Кіровоград : КДПУ ім. В. Винниченка, 2008.

Науковий керівник доктор фізико-математичних наук, професор Савченко О.Г.

УДК 37.016

Микицей В.Б.

МЕТОДИКА ЗАСТОСУВАННЯ ЗАДАЧ ПРИКЛАДНОГО ХАРАКТЕРУ ПРИ ВИВЧЕННІ МАТЕМАТИКИ У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

У статті розглянуто методику використання задач прикладного характеру у вивченні математики в закладах загальної середньої освіти. Обґрунтовано значення прикладних задач для формування математичної грамотності, розвитку критичного мислення, креативності та ключових компетентностей учнів. Визначено психолого-педагогічні, методичні та організаційні умови ефективного впровадження прикладних задач у навчальний процес.

Ключові слова: математика, задачі прикладного характеру, методика навчання, компетентнісний підхід, математична грамотність.

The article examines the methodology of using applied problems in teaching mathematics in general secondary education institutions. The importance of applied tasks for developing mathematical literacy, critical thinking, creativity, and students' key competences is substantiated....

Keywords: mathematics, applied problems, teaching methodology, competence-based approach, mathematical literacy.

Постановка проблеми. Математика є фундаментальною складовою загальної середньої освіти, адже вона формує логічне мислення, аналітичні здібності, уміння моделювати реальні процеси та розв'язувати практичні завдання. Водночас одним із найважливіших завдань сучасної школи є забезпечення практичної спрямованості навчання, що дозволяє учням застосовувати здобуті знання для вирішення життєвих проблем. У цьому контексті особливого значення набуває використання задач прикладного характеру. Задачі допомагають учням зрозуміти цінність математичних знань у повсякденному житті, створюють умови для розвитку компетентностей, визначених сучасними освітніми стандартами. Вони можуть охоплювати різні сфери – економіку, фізичні явища, соціальні проблеми, екологічні питання – і тим самим перетворюють математику з абстрактної науки на універсальний інструмент пізнання та практичної діяльності. Мета дослідження – розробити та обґрунтувати методичні підходи до використання задач прикладного характеру у вивченні математики, що сприятимуть підвищенню практичної спрямованості навчального процесу, формуванню міждисциплінарних зв'язків і розвитку в учнів уміння застосовувати математичні знання в реальних життєвих ситуаціях.

Об'єкт дослідження – процес навчання математики у закладах загальної середньої освіти.

Предмет дослідження – методика добору, розробки та впровадження задач прикладного характеру у процес навчання математики, а також їхній вплив на формування математичної грамотності, розвиток логічного мислення, практичних умінь та ключових компетентностей учнів.

Актуальність теми дослідження обумовлена необхідністю підвищення рівня математичної грамотності учнів, упровадження компетентнісного підходу до навчання та пошуку ефективних методичних засобів, що поєднують теорію і практику. Використання прикладних задач відповідає цим завданням, оскільки дозволяє адаптувати навчальний процес до реальних потреб і запитів школярів.

Огляд літератури з проблеми використання прикладних задач: у сучасній педагогічній науці питання використання прикладних задач у процесі навчання математики розглядається як один із важливих напрямів реалізації компетентнісного підходу. У працях українських науковців і методистів [2-3] підкреслюється, що прикладні задачі є важливим засобом розвитку математичної грамотності учнів, оскільки вони забезпечують зв'язок теоретичних знань із практичною діяльністю. Автори зазначають, що такі задачі виконують низку функцій: мотиваційну (підвищують інтерес до предмета), розвивальну (формують уміння аналізувати й узагальнювати), інтегративну (поєднують математику з іншими навчальними дисциплінами), виховну (сприяють формуванню відповідального ставлення до навчання). Дослідження вітчизняних учених також акцентують на необхідності врахування вікових особливостей школярів під час добору

прикладних задач. Аналіз літератури свідчить, що вітчизняна методична думка розглядає використання прикладних задач як ефективний засіб формування математичної грамотності, розвитку пізнавальної активності та практичних умінь школярів.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати психолого-педагогічну та методичну літературу з проблеми використання прикладних задач у навчанні математики.
2. Розкрити сутність і класифікацію задач прикладного характеру.
3. Дослідити методичні підходи до добору й розробки таких задач.
4. Визначити умови ефективного впровадження прикладних задач у навчальний процес з урахуванням вікових та когнітивних особливостей учнів.
5. Оцінити вплив задач прикладного характеру на навчальні досягнення, мотивацію та розвиток ключових компетентностей школярів.
6. Розробити рекомендації для вчителів щодо інтеграції прикладних задач у систему навчання математики.

Очікувані результати:

- узагальнення теоретичних основ і сучасних тенденцій використання прикладних задач у шкільному курсі математики;
- визначення ефективних методичних прийомів для організації роботи з прикладними задачами;
- розробка практичних рекомендацій для вчителів математики;
- підтвердження позитивного впливу прикладних задач на формування математичної грамотності та розвиток пізнавальної активності учнів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Теоретичні засади використання прикладних задач: прикладні задачі визначаються як завдання, що моделюють реальні життєві ситуації і вимагають застосування математичних знань для пошуку рішень. Вони поділяються на задачі економічного, фізичного, соціального, екологічного змісту тощо. Такі задачі дозволяють учням побачити практичну цінність математики та її зв'язок з іншими науками.

Умови ефективного впровадження та оцінка впливу прикладних задач: ефективність використання задач прикладного характеру визначається низкою наступних умов. Психолого-педагогічні умови: врахування вікових особливостей учнів, побудова завдань у зоні найближчого розвитку, формування мотиваційного інтересу.

Методичні умови: чітке визначення дидактичної мети кожної задачі, поступове ускладнення, використання різних форм роботи (індивідуальна, групова, проєктна), інтеграція з іншими дисциплінами.

Організаційні умови: наявність навчально-методичних матеріалів, використання цифрових технологій, підготовка вчителя до модифікації та створення прикладних завдань.

Оцінка впливу прикладних задач охоплює:

- навчальні досягнення (успішність, здатність застосовувати знання у нових умовах);
- мотивацію (інтерес до предмета, активність на уроці);
- формування компетентностей (математичної, цифрової, комунікативної, соціальної).

Проведений аналіз літератури показує, що використання прикладних задач у процесі навчання математики є необхідною умовою формування математичної грамотності та розвитку ключових компетентностей учнів. Однак для ефективного впровадження цього підходу важливо не лише усвідомити його значення, але й мати конкретні приклади завдань, які можуть бути застосовані у навчальному процесі.

У сучасній школі прикладні задачі повинні відображати реальні ситуації, бути доступними за змістом і водночас стимулювати аналітичне та творче мислення учнів. Саме тому далі розглянемо приклади задач для різних вікових груп, які ілюструють можливості інтеграції математики з повсякденним життям, економікою, природничими науками та соціальними питаннями (Таблиця 1).

Таблиця 1. Прикладні задачі вікових груп

Вікова група	Приклади задач	Очікувані результати
5–6 класи	1. Обчислення вартості покупок.	Формування обчислювальних навичок, робота з величинами, розуміння значення математики у житті.
	2. Дорога між містами (час і швидкість).	
	3. Екологічна задача (кисень від дерев).	
9 клас	1. Розрахунок електроенергії та вартості.	Формування міжпредметних зв'язків, критичне мислення, практичні вміння.
	2. Геометрія у будівництві (кількість плиток).	
	3. Складання бюджету (проценти).	
11 клас	1. Економічні розрахунки (прибуток, рентабельність).	Розвиток математичного моделювання, фінансової грамотності, просторового та аналітичного мислення.
	2. Екологічне моделювання (зменшення викидів).	
	3. Тригонометрія (визначення висоти дерева).	

Методичні акценти використання прикладних задач:

1. Моделювання реальних ситуацій: від тексту – до формул, від формул – до графіків та рішень.
2. Диференціація за віком: від побутових задач у молодших класах до міждисциплінарних та професійно орієнтованих у старших.
3. Різноманітність методів розв’язання: аналітичний, графічний, наближений, цифровий.
4. Використання цифрових технологій: GeoGebra, Desmos, Excel, Python.
5. Групові та проектні форми: колективна робота, міні-проекти, презентації результатів [2].
6. Практична інтерпретація: пояснення значення розв’язку у реальному житті [2].

Висновки. Задачі прикладного характеру є важливим інструментом компетентнісного підходу в навчанні математики [3-4]. Вони інтегрують теорію і практику, розвивають критичне мислення, ініціативність, креативність. Визначені умови ефективного впровадження та оцінка їхнього впливу підтверджують, що такі задачі сприяють підвищенню мотивації й успішності учнів, формуванню ключових компетентностей. Перспективи подальших досліджень полягають у створенні цифрових ресурсів, інтерактивних завдань та вивченні довготривалого впливу прикладних задач на професійне самовизначення школярів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Веленкін, Н. Я., Жохов, В. И., Чесноков, А. Н. Математика: підручник для 5–6 класів. – Київ: Освіта, 2018. – 352 с.
2. Гуревич, Р. С., Козяр, М. М., Кузьмінський, А. І. Методика навчання математики у загальноосвітній школі. – Київ: Ліра-К, 2020. – 416 с.
3. Ковальчук, В. М. Прикладні задачі в курсі математики: навчально-методичний посібник. – Львів: Світ, 2019. – 184 с.
4. Мерзляк, А. Г., Полонський, В. Б., Якір, М. С. Алгебра і початки аналізу. Підручник для 10–11 класів. – Харків: Гімназія, 2021. – 384 с.
5. Державний стандарт базової середньої освіти. – Київ: Міністерство освіти і науки України, 2020. – 55 с.

Науковий керівник кандидат фізико-математичних наук, доцент Кузьмич В.І.

ПРОГРАМНЕ СЕРЕДОВИЩЕ НАВЧАЛЬНОГО ПРИЗНАЧЕННЯ ДЛЯ ВІЗУАЛІЗАЦІЇ ЕФЕКТИВНИХ АЛГОРИТМІВ ПОШУКУ ЗРАЗКА У ТЕКСТІ

У цій статті розглядається проблема ефективного навчання здобувачів вищої освіти складним алгоритмам пошуку зразка у тексті, які мають лінійну часову складність. Акцентовано увагу на двох найбільш ефективних підходах: методі на основі Скінченних Автоматів (FA) та алгоритмі на основі Суфіксних Дерев (ST). Запропонована програмна система навчального призначення, розроблена на базі Python (Flask), забезпечує інтерактивну покрокову візуалізацію динаміки роботи цих структур. Описано архітектуру системи (UML-модель), функціональні вимоги та перелік використаних технологій. Доведено, що застосування інтерактивних засобів візуалізації є критично важливим для глибокого засвоєння фундаментальних структур даних та підвищення професійної компетентності студентів.

Ключові слова: Алгоритм пошуку зразка, Скінченний автомат, Суфіксне дерево, Візуалізація алгоритмів, Навчальне програмне забезпечення, Flask.

This article discusses the problem of effectively teaching higher education students complex algorithms for searching for patterns in text that have linear time complexity. It focuses on two of the most effective approaches: the Finite Automata (FA) method and the Suffix Trees (ST) algorithm. The proposed educational software system, developed on the basis of Python (Flask), provides interactive step-by-step visualization of the dynamics of these structures. The system architecture (UML model), functional requirements, and list of technologies used are described. It is proven that the use of interactive visualization tools is critical for the in-depth understanding of fundamental data structures and improving the professional competence of students.

Keywords: Pattern search algorithm, Finite automaton, Suffix tree, Algorithm visualization, Educational software, Flask.

Постановка проблеми. Задача пошуку зразка у тексті (Pattern Matching) є фундаментальною проблемою в інформатиці, де час виконання має вирішальне значення. Для роботи з великими текстовими масивами необхідні алгоритми з лінійною часовою складністю $O(N)$ [4]. Традиційний підхід, що ґрунтується на статичному описі складних алгоритмів, не дозволяє здобувачам освіти повною мірою зрозуміти їхню динаміку та внутрішню логіку роботи [5].

Актуальність та Мета. Актуальність роботи визначається необхідністю підвищення якості підготовки ІТ-фахівців, здатних ефективно працювати зі складними алгоритмами. Метою дослідження є розробка інтерактивного програмного середовища, яке забезпечує покрокову візуалізацію роботи двох класів найбільш ефективних алгоритмів: на основі Скінченних Автоматів (FA) та на основі Суфіксних Дерев (ST), тим самим підвищуючи ефективність навчання.

Алгоритм на основі Скінченного Автомата (Finite Automaton, FA). Цей підхід ґрунтується на побудові ДСА, який забезпечує лінійний час пошуку [1]. Алгоритм подібний до Кнута-Морріса-Пратта, застосовує функцію переходів δ , яка є ключовою для алгоритму.

Псевдокод: Пошук зразка (FA)

ВХІД: Текст $T[1..N]$, Зразок $P[1..M]$, Таблиця переходів δ .

1. *Стан* $q \leftarrow 0$.
2. **ДЛЯ** i від 1 **ДО** довжини (T):
3. $q \leftarrow \delta(q, T[i])$
4. **ЯКЩО** $q = M$ (Довжина зразка):
5. **ВІВЕСТИ:** "Збіг знайдено."
6. $q \leftarrow \delta(q, \text{символ fallback})$

Складність пошуку: $O(N)$

Алгоритм на основі Суфіксних Дерев (Suffix Tree, ST). Суфіксне дерево — це компактна структура даних, що представляє всі суфікси тексту [2]. Його ефективність полягає у можливості виконання пошуку зразка P за час $O(M)$, де M — довжина зразка, після попередньої (хоча і складної) побудови дерева [3].

Псевдокод: Суфіксне Дерево ST , Зразок $P[1..M]$.

1. Вузол $\leftarrow$ **КОРІНЬ**(ST).
2. **ДЛЯ** символ s у P :
3. Знайти *ребро* e від Вузла, що відповідає s .
4. **ЯКЩО** *ребро* e знайдено:
5. Вузол $\leftarrow$ **КІНЕЦЬ**(e).
6. **ІНАКШЕ:**
7. **ВІВЕСТИ:** "Збіг не знайдено." **СТОП**.
8. **ВІВЕСТИ:** "Знайдено збіг. Позиції: **ПОШУК_ІНДЕКСІВ**(Вузол)."

Складність пошуку: $O(M)$

Функціональні Вимоги до Системи. Система розроблена як веб-додаток на базі Flask [6]. Ключова вимога — Покрокова Візуалізація з використанням DOT-коду та Viz.js для динамічного відображення графа FA та дерева ST.

Архітектура та Модель Системи (UML). Система побудована за принципом Model-View-Controller (MVC). Ядро реалізовано об'єктно-орієнтовано, де класи FiniteAutomaton та SuffixTree інкапсулюють алгоритмічну логіку.

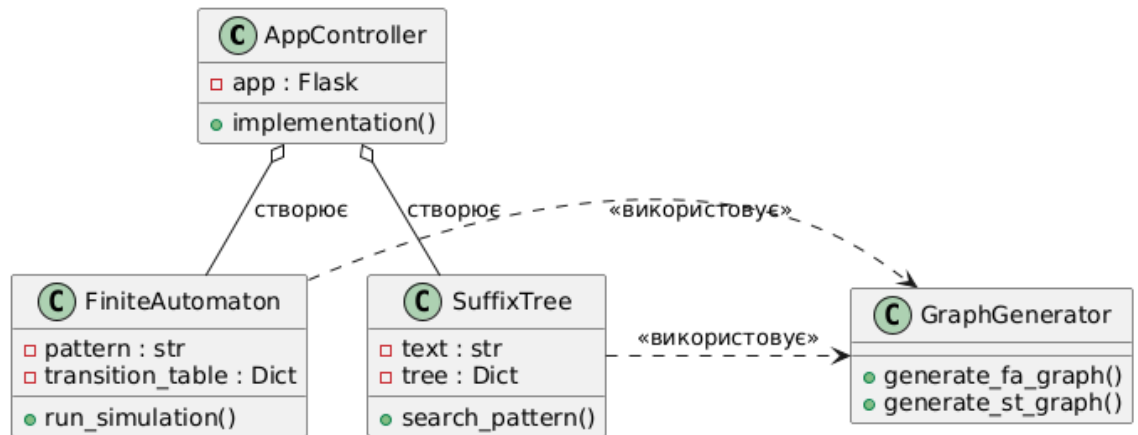


Рис.1. UML-діаграма класів ядра системи

Використання модулів fa_solver.py та st_solver.py забезпечує незалежність алгоритмічних ядер від веб-інтерфейсу.

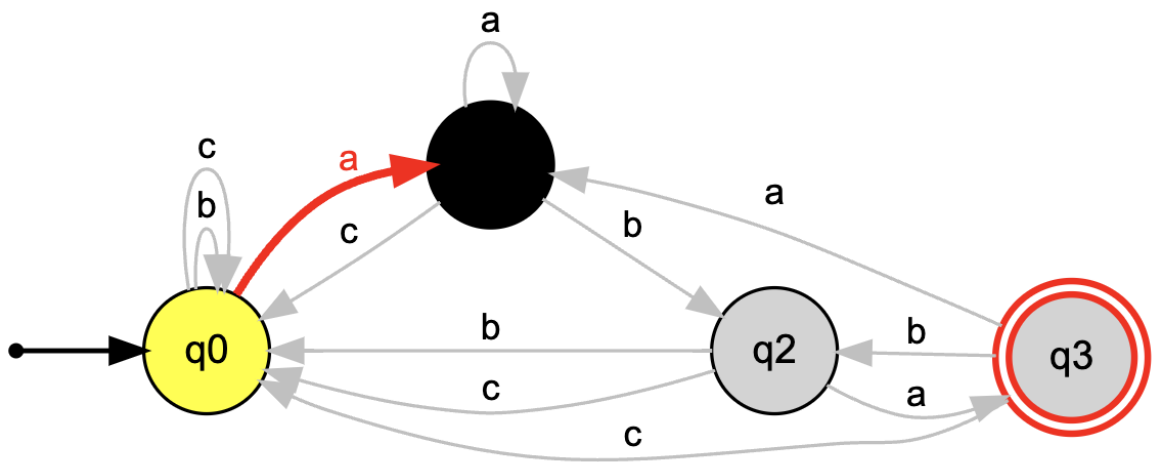


Рис.2. Фрагмент візуалізації Скінченного Автомата (FA) під час кроку пошуку

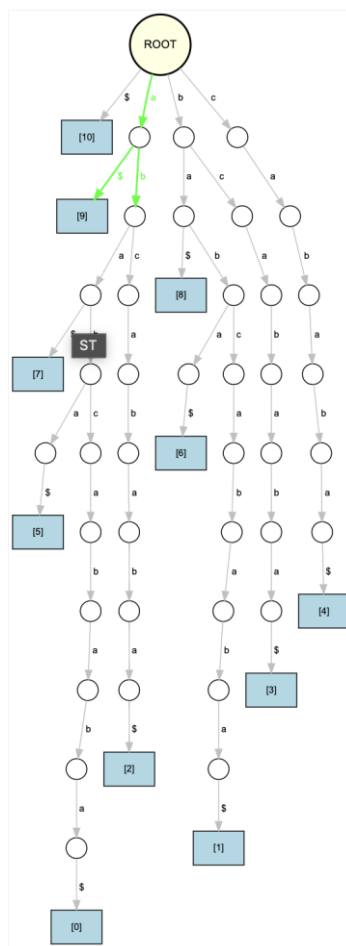


Рис.3. Візуалізація Суфіксного Дерева (ST) з підсвіченим шляхом збігу

Перелік Технологій Реалізації. Програмний комплекс реалізовано на мові Python з використанням мікро-фреймворку Flask. Графічна Бібліотека Viz.js (JS).

Висновки. Розроблена програмна система є ефективним навчальним інструментом, який підтверджує, що підходи на основі FA та ST є найбільш оптимальними для вирішення задачі Pattern Matching. Головна цінність системи полягає у покроковій графічній візуалізації динаміки цих складних структур, що, згідно з дослідженнями [5], є найкращим методом для підвищення рівня засвоєння алгоритмів здобувачами вищої освіти.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Knuth D. E., Morris J. H., Pratt V. R. Fast pattern matching in strings. SIAM Journal on Computing. 1977. Vol. 6, No. 2. P. 323–350
2. Aho A. V., Corasick M. J. Efficient string matching: An aid to bibliographic search. Communications of the ACM. 1975. Vol. 18, No. 6. P. 333–343.
3. Ukkonen E. A. On-line construction of suffix trees. Algorithmica. 1995. Vol. 14, No. 3. P. 249–260.
4. Cormen T. H., Leiserson C. E., Rivest R. L., Stein C. Introduction to Algorithms. 4th ed. MIT Press, 2022. 1320 p.

5. Ревенко М. М., Шведюк А. В. Візуалізація як інструмент підвищення ефективності навчання алгоритмам. Інформаційні технології в освіті та науці: Збірник наукових праць. Київ, 2019. Вип. 12. С. 45-52.
6. Python Software Foundation. The Python Programming Language. URL: <https://www.python.org/>

Науковий керівник доктор фізико-математичних наук, професор Львов М.С.

УДК 004.415/416:004.8

Моргун Д.О.

ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИЙ АІ-ПОМІЧНИК ДЛЯ КОРПОРАТИВНОГО СЕРЕДОВИЩА GOOGLE WORKSPACE: АРХІТЕКТУРА ТА ПРАКТИЧНА РЕАЛІЗАЦІЯ

У статті представлено результати дослідження, проектування та розробки інтелектуальної системи АІ-асистента для корпоративного середовища Google Workspace. Детально проаналізовано архітектурні рішення, обґрунтовано вибір технологічного стека та описано ключові аспекти практичної реалізації. Система, що базується на модульній архітектурі, включає функціональні компоненти для автоматизації обробки електронної пошти, генерації та форматування документів, а також для аналітичної обробки даних. Емпірична валідація системи в реальних умовах експлуатації продемонструвала підвищення продуктивності користувачів у діапазоні 25–40%, що підтверджує практичну значущість та ефективність запропонованих рішень [2], [3].

Ключові слова: штучний інтелект, Google Workspace, автоматизація бізнес-процесів, машинне навчання, архітектура програмного забезпечення, обробка природної мови.

The article presents the results of the research, design, and development of an intelligent AI assistant system for the corporate Google Workspace environment. It provides a detailed analysis of architectural solutions, the rationale for the selected technology stack, and key aspects of practical implementation. The system, based on a modular architecture, includes functional components for automating email processing, document generation, and data analytics. Empirical validation of the system under real-world operating conditions demonstrated an increase in user productivity ranging from 25–40%, confirming the practical significance of the proposed solutions [2], [3].

Keywords: *artificial intelligence, Google Workspace, business process automation, machine learning, software architecture, natural language processing.*

Сучасні корпоративні екосистеми характеризуються експоненційним зростанням обсягів цифрової інформації, що вимагає впровадження ефективних інструментів для автоматизації рутинних завдань. Платформи для спільної роботи, зокрема Google Workspace, яка обслуговує понад 3 мільярди користувачів [2], є центральним елементом інфраструктури, проте їхній потенціал часто обмежується ручною обробкою даних. Це створює значний попит на інтеграцію інтелектуальних функцій для оптимізації робочих процесів [1], [3].

Проте системний аналіз існуючих рішень виявляє, що більшість із них мають або обмежену функціональність, або не забезпечують достатнього рівня інтеграції з екосистемою Google, що створює значний дослідницький та інженерний розрив [4]. Це зумовлює актуальність розробки спеціалізованих AI-систем, здатних до глибокої інтеграції та персоналізації відповідно до специфічних бізнес-процесів організації [5].

У даній роботі представлено досвід проектування та розробки інтелектуального AI-асистента, що нативно інтегрується в екосистему Google та надає розширені можливості для автоматизації ключових робочих процесів [6].

В основі розробленої системи лежить концепція **слабкого штучного інтелекту (Narrow AI)**, що означає спеціалізацію системи на виконанні чітко визначеного кола завдань [4]. Слабкий ШІ, на відміну від гіпотетичного **загального ШІ (General AI)**, демонструє високу ефективність у вузькоспеціалізованих сферах, таких як обробка природної мови, класифікація даних та автоматизація.

Розроблений AI-асистент є класичним прикладом Narrow AI, оскільки він орієнтований на автоматизацію конкретних офісних процесів: обробку електронної пошти, створення документів та аналітику, не претендуючи на універсальний інтелект [4], [12], [16]. Таке теоретичне позиціонування дозволяє чітко визначити межі функціональності системи та обґрунтувати вибір відповідних технологій і модульної архітектури для її практичної реалізації.

Спроектowana система базується на **модульній архітектурі**, що забезпечує гнучкість, масштабованість та можливість незалежної розробки функціональних блоків [7]. Основними архітектурними компонентами є:

- **Презентаційний рівень (Frontend):** Клієнтський інтерфейс, реалізований за допомогою фреймворку Next.js 14 з App Router, TypeScript та Tailwind CSS [5], [6], [7].

- **Рівень бізнес-логіки (Backend):** Серверна частина побудована на платформі Google Apps Script, що забезпечує нативну та безпечну інтеграцію з Google Workspace API [1], [9].
- **Інтелектуальний модуль (AI-module):** Ядро системи, що інтегрує Google AI API для генерації контенту та Natural Language API для семантичного аналізу [10], [11].
- **Рівень даних (Data Layer):** Для зберігання налаштувань та аналітики використовується NoSQL база даних Firestore [1].

Модульна структура забезпечує незалежне тестування компонентів, легку інтеграцію нових функцій та адаптивність системи до змінних вимог користувачів [17].

Для реалізації проєкту обрано стек сучасних технологій, що гарантують високу продуктивність та надійність системи [13], [17], [18].

- **Frontend-технології:** Next.js 14 для побудови високопродуктивних веб-застосунків [5]; TypeScript 5.0 для забезпечення строгої типізації [6]; Tailwind CSS 3.0 для утилітарного підходу до стилізації [7]; React Context для управління глобальним станом [8].
- **Backend-технології:** Google Apps Script для нативної інтеграції з сервісами Google [9]; Google Workspace APIs (Gmail, Drive, Docs, Sheets) для програмної взаємодії [1]; Google Cloud Functions для виконання обчислювально складних AI-завдань [10].
- **AI/ML технології:** Google AI API для завдань класифікації та генерації [10]; Natural Language API для поглибленого семантичного аналізу тексту [11]; алгоритми машинного навчання для прогнозування та аналізу тенденцій [12], [16].

Центральним компонентом системи є модуль для роботи з Gmail, що реалізує:

- AI-категоризацію вхідної кореспонденції на основі NLP [11];
- систему динамічної пріоритезації на основі розрахункових вагових факторів [12];
- автоматичну генерацію шаблонів відповідей на основі контекстного аналізу [10].

Система надає комплексну аналітику роботи користувачів для візуалізації ключових показників ефективності (KPI) [17]:

- метрики продуктивності та часові витрати;
- інтерактивні дашборди з графіками та діаграмами;
- порівняльний аналіз ефективності за різні звітні періоди.

AI-асистент для роботи з документами включає:

- автоматизоване форматування текстів згідно із заданими корпоративними стандартами [13];
- використання динамічних шаблонів та генерацію контенту на основі ключових параметрів за допомогою AI [10].

Алгоритм категоризації листів базується на конвеєрі обробки природної мови (NLP pipeline), що включає етапи токенізації, лематизації, векторизації тексту та семантичного аналізу [11], [12]. Для класифікації застосовується модель машинного навчання, попередньо навчена на історичних даних, що дозволяє системі адаптуватися до специфіки кореспонденції конкретної організації [4], [12], [16].

Алгоритм пріоритезації використовує математичну модель, що розраховує ваговий коефіцієнт важливості P за формулою зваженої суми:

$$P = \sum_{i=1}^n w_i \cdot f_i$$

де w_i – вага i -го фактора, а f_i – його нормалізоване значення (терміновість, ранг відправника, тип запиту) [10], [12].

Система пройшла тримісячне пілотне тестування в реальних умовах експлуатації на базі університетського корпоративного середовища [3]. Результати емпіричної валідації продемонстрували підвищення продуктивності користувачів на 25–40%, скорочення середнього часу обробки кореспонденції на 35% та досягнення точності автоматичної категоризації на рівні 87% [2], [3], [15].

ВИСНОВКИ

Розроблена інтелектуальна система демонструє високий потенціал для автоматизації та оптимізації корпоративних процесів у середовищі Google Workspace. Гнучка модульна архітектура та використання сучасних AI-технологій дозволили створити ефективний інструмент, що адаптується до потреб організації [17].

Основні наукові та практичні досягнення:

- спроектовано та реалізовано повнофункціональну AI-систему з глибокою інтеграцією в екосистему Google Workspace [1], [10];
- розроблено та валідовано ефективні алгоритми для семантичної категоризації та пріоритезації інформаційних потоків [11], [12];
- емпірично доведено практичну ефективність системи, що виражається у значному підвищенні продуктивності кінцевих користувачів [3].

Перспективи подальшого розвитку:

- розширення функціональності AI-модуля для аналізу та обробки табличних даних;
- інтеграція з додатковими сервісами, такими як Google Calendar та Google Meet [15];
- розробка мобільної версії системи для розширення доступності;
- проведення досліджень щодо етичних аспектів використання AI [14];
- оптимізація алгоритмів з метою підвищення продуктивності та безпеки [15], [18].

Результати даної роботи можуть слугувати теоретичною та практичною базою для подальших досліджень у сфері корпоративних інтелектуальних систем та їх комерційного впровадження [4], [16].

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Google Workspace API Documentation [Електронний ресурс]. URL: <https://developers.google.com/workspace> (дата звернення: 14.10.2025).
2. Google Cloud Blog. How 3 billion users collaborate with Google Workspace [Електронний ресурс]. URL: <https://cloud.google.com/blog> (дата звернення: 14.10.2025).
3. McKinsey & Company. The business case for AI: How artificial intelligence creates real value [Електронний ресурс]. URL: <https://www.mckinsey.com/business-functions/mckinsey-digital/our-insights/the-business-case-for-ai> (дата звернення: 14.10.2025).
4. Russell, S., Norvig, P. Artificial Intelligence: A Modern Approach. 4th ed. Pearson, 2021. 1152 с.
5. Next.js Documentation [Електронний ресурс]. URL: <https://nextjs.org/docs> (дата звернення: 14.10.2025).
6. TypeScript Handbook [Електронний ресурс]. URL: <https://www.typescriptlang.org/docs> (дата звернення: 14.10.2025).
7. Tailwind CSS Documentation [Електронний ресурс]. URL: <https://tailwindcss.com/docs> (дата звернення: 14.10.2025).
8. React Documentation [Електронний ресурс]. URL: <https://react.dev/reference/react> (дата звернення: 14.10.2025).
9. Google Apps Script Guide [Електронний ресурс]. URL: <https://developers.google.com/apps-script> (дата звернення: 14.10.2025).
10. Google AI Platform [Електронний ресурс]. URL: <https://cloud.google.com/ai-platform> (дата звернення: 14.10.2025).
11. Natural Language API [Електронний ресурс]. URL: <https://cloud.google.com/natural-language> (дата звернення: 14.10.2025).
12. Goodfellow, I., Bengio, Y., Courville, A. Deep Learning. MIT Press, 2016. 775 с.
13. W3C. Web Development Standards [Електронний ресурс]. URL: <https://www.w3.org/standards> (дата звернення: 14.10.2025).
14. World Economic Forum. AI Ethics Guidelines [Електронний ресурс]. URL: <https://www.weforum.org/agenda/2021/01/ai-ethics-guidelines> (дата звернення: 14.10.2025).
15. Google Workspace Security [Електронний ресурс]. URL: <https://workspace.google.com/security> (дата звернення: 14.10.2025).
16. Chollet, F. Deep Learning with Python. Manning Publications, 2021. 504 с.
17. Web.dev. Modern Web Architecture [Електронний ресурс]. URL: <https://web.dev/architecture> (дата звернення: 14.10.2025).
18. Web.dev. Performance Optimization [Електронний ресурс]. URL: <https://web.dev/performance> (дата звернення: 14.10.2025).

Науковий керівник доктор педагогічних наук, професор Співаковський О.В.

ВІЗУАЛІЗАЦІЯ ЗАКОНІВ І ЯВИЩ З ФІЗИКИ 9 КЛАС ЗА ТЕХНОЛОГІЄЮ ДОПОВНЕНОЇ РЕАЛЬНОСТІ

У статті досліджуються методи та технології візуалізації законів та явищ з фізики у 9 класі за технологією доповненої реальності. Також проаналізовано сучасні дослідження застосування AR в освіті та описано створення AR - додатку для демонстрації таких законів та явищ фізики, як 1, 2 та 3 закони Ньютона та кінематика рівноприскореного руху. Наведено переваги використання AR у освітньому процесі для підвищення наочності, інтерактивності та засвоєння навчального матеріалу.

Ключові слова: доповнена реальність (AR), візуалізація, інтерактивність, наочність, навчальний матеріал.

The article explores methods and technologies for visualizing laws and phenomena in physics in grade 9 using augmented reality (AR) technology. It reviews contemporary studies on the integration of AR in education and presents the development of an AR application designed to demonstrate such physical concepts as Newton's first, second and third laws and kinematics of uniformly accelerated motion. The paper highlights the advantages of incorporating AR into the educational process, emphasizing its role in enhancing visualization, interactivity and the effectiveness of learning outcomes.

Keywords: augmented reality (AR), visualization, interactivity, clarity, learning materials.

Сучасна система освіти зустрічається з низкою викликів та проблем, які можна вирішити використовуючи інноваційні підходи до навчання. За даними досліджень, у галузі інноваційних технологій навчання, класичні методи навчання часто виявляються недостатньо ефективними для освоєння учнями абстрактних ідей та понять, зокрема в фізиці [4]. Особливо труднощі виникають у учнів під час вивчення таких розділів як “Механіка”, “Електрика і магнетизм”, “Оптика” і т.д. Для повного розуміння такого матеріалу потрібно мати розвинене просторове мислення та усвідомлення процесів, які не піддаються безпосередньому сприйманню.

Діюча навчальна програма з фізики для 9-го класу закладів середньої освіти зосереджується на необхідності формування у школярів навичок проведення досліджень, оцінки отриманих результатів експериментів та застосування отриманих знань на практиці [6]. Однак, зазвичай у більшості навчальних закладах не вдається дотримуватися цих вимог по об’єктивним обставинам: погане матеріально-технічне забезпечення фізичних

лабораторій, нестача потрібного обладнання для виконання лабораторних робіт, а також зростання потреби у дистанційній формі навчання.

Технологія доповненої реальності (Augmented Reality, AR), яка доповнює реальний світ віртуальними об'єктами, становить особливий інтерес для вирішення конкретних проблем наочності та візуалізації. Дослідження вказують, що залучення технології AR може значно збільшити ефективність навчального процесу за рахунок збільшення наочності, інтерактивності та мотивації учнів [3, 1]. Однак, незважаючи на великі можливості цієї технології, на жаль має місце відсутність спеціалізованих програмних продуктів, спрямованих саме на потреби шкільного курсу фізики, та які будуть цілком відповідати вимогам та стандартам навчальної програми.

Таким чином **актуальність дослідження** обумовлена потребою у розробці нових освітніх інструментів, які дозволять візуалізувати складні фізичні явища, забезпечити доступність виконання лабораторних робіт та експериментів незалежно від матеріальної бази навчального закладу та реалізації вимог сучасної навчальної програми через застосування перспективних цифрових технологій.

Теоретично-методологічну основу дослідження склали праці як вітчизняних так і іноземних учених, які присвячені технології доповненої реальності та подальшим впровадженням її в освіту. Дослідження Мілгрема та Кішино [5], у якому було запропоновано концепцію “віртуального континууму” зберігає статус теоретичної бази для розуміння спектру можливостей AR. У сучасних дослідженнях, серед яких можна виділити роботи Данліві та Діде [3] і Біллінгерста тощо [1], ретельно проаналізовано безпосередній педагогічний потенціал AR, підкреслюючи її здатність підвищувати залученість учнів та покращувати засвоєння складної інформації.

Для української освіти актуальність цього напрямку підтверджується дослідженнями Хміль Н.А. та ін. [7], у яких проаналізовано можливість впровадження в освітній процес України технології віртуальної та доповненої реальності. Автори визначають основні переваги AR: зростання наочності, інтерактивності та мотивації здобувачів освіти, а також створення реалістичних умов для вивчення різних матеріалів та предметів [7]. У дослідженні також визначено конкретні етапи впровадження технології доповненої реальності в освіту: аналіз потреб, підготовку викладачів та розробку навчальних матеріалів [7]. Після аналізу цих робіт можна сказати, що загальні принципи та переваги використання AR в навчанні є доведеними та вивченими.

Отже проведений аналіз показує, що більшість досліджень та практичних розробок націлені на загальні педагогічні моделі, огляд існуючих платформ, таких як Zappar [8] чи CoSpaceEdu [2], або впровадження технології на рівні установ. Неопрацьованим аспектом цієї проблеми, яка розглядає дана стаття, є відсутність спеціалізованих AR-додатків, що повністю задовольняють вимоги конкретного шкільного курсу

(фізики 9-го класу) та більше орієнтованих на візуалізацію і інтерактивне вивчення окремих законів та явищ.

Існуючі на даний час додатки не мають необхідної достовірності або потрібних навчальних сценаріїв для виконання лабораторних робіт чи проведення експериментів. Таким чином, основною задачею цієї роботи є розробка програмного забезпечення, що допоможе у візуалізації важких та абстрактних тем для здобувачів освіти за чіткими вимогами навчальної програми з фізики [6].

Метою статті є розробка програмного забезпечення доповненої реальності для візуалізації законів і явищ з фізики 9 клас за технологією доповненої реальності, яке буде наочно демонструвати абстрактні явища і тим самим роблячи процес навчання більш цікавим та інтерактивним для здобувачів освіти.

Попередньо був розроблений план дій, який визначав основні етапи роботи:

1. Визначення законів та явищ з фізики для візуалізації.
2. Обрання редактора 3D об'єктів.
3. Обрання ігрового рушія.
4. Безпосереднє створення додатку доповненої реальності (створення та імпортування моделей, написання скриптів, створення анімацій тощо).

Для візуалізації було обрано: 1, 2 і 3 закони Ньютона та розділ «Кінематика рівноприскореного руху», а в якості редактора 3D об'єктів було обрано платформу Blender, через свою зручність та багатий функціонал. У якості ігрового рушія було обрано технологію Unity, через наявність великої кількості навчальних матеріалів та розвиненого Asset Store, що містить значну кількість готових до роботи об'єктів, матеріалів, текстур і т.д. Додатковим аргументом вибору на його користь став попередній досвід роботи з ним, здобутий під час виконання курсових робіт.

Тож для візуалізації перелічених законів та явищ розроблено наступні об'єкти: лабораторний стіл (на якому буде усе відбуватися), стрілочка (яка буде вказувати вектор напрямку), куля та куб. Тож для створення 3D об'єктів у Blender існує велика кількість інструментів: scale, transform, extrude, insert, bevel, loop cut, knife, poly build, spin, smooth, edge slide та shrink. Таким чином, використовуючи надані інструменти можна створити потрібні для візуалізації об'єкти з геометричних примітивів. (рис. 1)

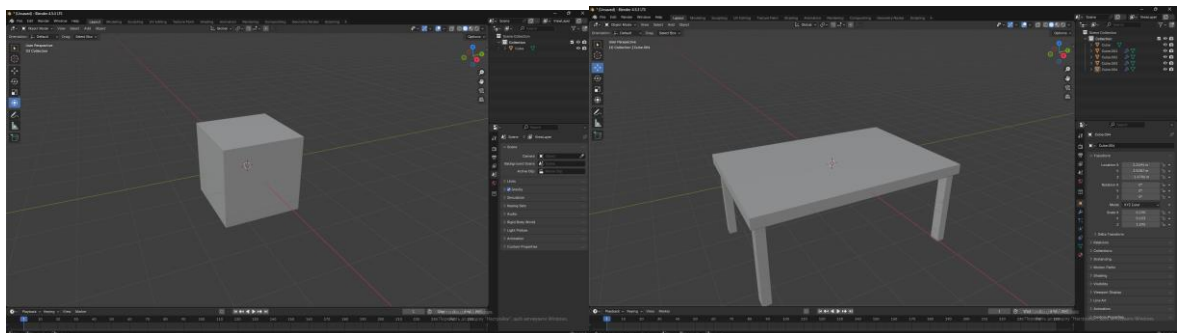


Рис. 1. Створення 3D об'єкта стіл з геометричного примітиву куба.

У такий самий спосіб створюємо стрілочку. Після чого отримані 3D об'єкти потрібно експортувати до платформи Unity у форматі .fbx, і вже всередині самого рушія надати їм фінального вигляду: знайти та прив'язати потрібну текстуру дерева до стола, створити різні матеріали для стрілки, кулі та куба. Потім потрібно створити UI, щоб користувач міг керувати процесом та додати інтерактивності у процес: створюємо панель “Фізичні величини” у якій будуть показуватися фізичні дані (швидкість, маса, коефіцієнт тертя і т.д.), кнопки для управління (старт, ре-старт, повернення у меню, відкриття панелі налаштувань, відкриття панелі з описом), панель для налаштування зі слайдера для величин, панель з описом у якій буде описано закони та явища. Наступним кроком розробки програмного забезпечення буде написання скриптів для роботи програми, а саме: скрипт для штовхання об'єкта, скрипт для появи стрілочки, скрипт для зміни даних у панелі фізичних величин, скрипт для малювання графіків, скрипти для відкривання панелей та опрацювання меню. В результаті маємо готовий додаток доповненої реальності (рис. 2 та рис. 3).

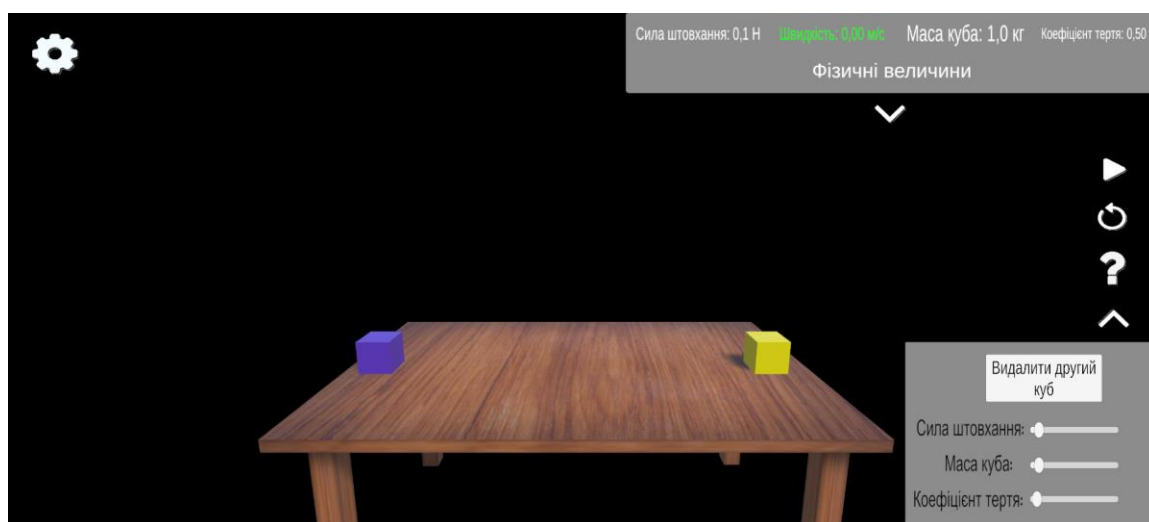


Рис. 2. 1, 2 та 3 закони Ньютона.

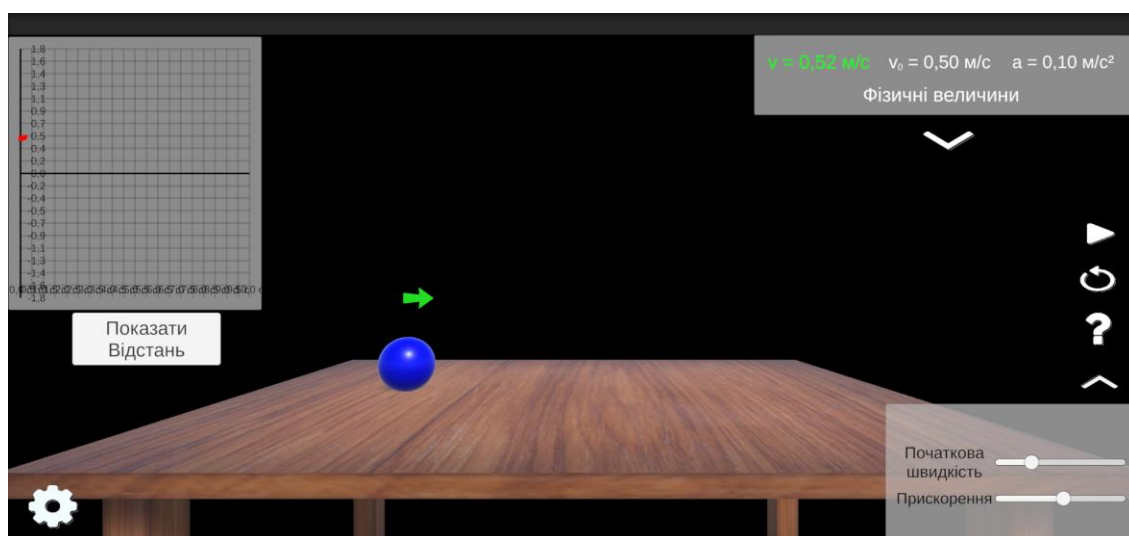


Рис. 3. Кінематика рівноприскореного руху.

Висновки. Проведене дослідження підтвердило високу ефективність технології доповненої реальності як інструмента для візуалізації складних законів та явищ з фізики у шкільному курсі. В ході роботи було створено працездатний AR-додаток з реалістичною фізичною поведінкою 3D-моделей, а також візуалізацією законів Ньютона та процесів з розділу «Кінематика рівноприскореного руху».

ЛІТЕРАТУРА:

1. Billingham M., Clark A., Lee G. Augmented Reality in Education. *New Horizons for Learning*, 2015.
2. CoSpaces Edu. Create AR & VR experiences. – URL: <https://cospaces.io/edu> (дата звернення: 01.10.2025).
3. Dunleavy M., Dede C. Augmented reality teaching and learning. In: *Handbook of research on educational communications and technology*. – New York: Springer, 2014.
4. Melnychenko S. I. Сучасні технології навчання: інтерактивні методи. – Київ: Освіта України, 2020.
5. Milgram P., Kishino F. A taxonomy of mixed reality visual displays. *IEICE Transactions on Information and Systems*, 1994.
6. Navchalna prohrama z fizyky dlia 9 klasu zakladiv zahalnoi serednoi osvity. – Київ: МОН, 2022.
7. Xmil N. A., Halytska-Didukh T. V., Van Tsian-tsi. Використання віртуальної та доповненої реальності в українській освіті. *Академічні візії*. 2023. №22. С. 1–12.
8. Zappar. Augmented Reality Platform. – URL: <https://www.zappar.com> (дата звернення: 01.10.2025).

Науковий керівник кандидат фізико-математичних наук, доцент Кравцов Г.М.

УДК 004.8:37.02:51

Savchenko S.O.

APPLICATIONS OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE TOOLS IN EDUCATION

У статті розглядаються інструменти штучного інтелекту, такі як системи Deep Research і Thinking LLM, а також досліджується, як їх можна використовувати в математичній освіті. У статті також розглядаються пошукові системи на базі штучного інтелекту, платформи для вчителів та інструменти для навчання учнів, вказуючи як на переваги цих технологій, так і на необхідність керівництва вчителя при їх використанні в математичній освіті.

Ключові слова: штучний інтелект, великі мовні моделі, глибокі дослідження, освітні технології.

The article looks at AI tools, such as Deep Research systems and Thinking LLMs, and explores how they can be used in mathematics education. The article also reviews AI-powered search engines, teacher-focused platforms, and tutoring tools for students, pointing out both the benefits of these technologies and the need for teacher guidance when using them in math education.

Keywords: *artificial intelligence, large language models, deep research, educational technology.*

Introduction. Mathematics education in Ukraine faces a number of challenges that have been exacerbated by recent events, namely the COVID-19 pandemic and the ongoing war, which have resulted in significant learning losses and difficulties in both teaching and knowledge acquisition [1]. According to research, Ukrainian students have experienced substantial educational setbacks due to the war, equivalent to approximately two years of missed schooling [1]. This underscores the urgent need for innovative solutions to support mathematics education.

Over the past 10 years, the field of artificial intelligence has witnessed significant progress, moving from theoretical developments to practical implementation across various sectors, including education [2]. The number of job postings requiring AI-related skills increased by 257% between 2015 and 2023 [3]. In the field of education, a shift in attitudes toward AI is also evident, with a growing level of acceptance among students, teachers, and parents [4].

One of the defining features of current AI trends is the development of generative neural networks and large language models (LLMs), which hold considerable potential for application in education. The impact of LLMs on education is substantial, encompassing such aspects as personalized learning support, individualized assessment and feedback, access to a wide range of knowledge across disciplines, interdisciplinary learning, as well as assistance in problem-solving and real-time tutoring [5]. Generative AI and LLMs offer powerful opportunities that can be harnessed to personalize the learning process, provide instant support to students, and automate certain tasks for teachers in mathematics education.

This article does not cover basic AI chatbots like ChatGPT, Claude, Gemini, or Grok, as they are already well known. Instead, it examines four groups of advanced tools: enhanced chatbot features (Deep Research and Thinking Mode), AI-powered search engines, platforms for teachers, and services for students and general use.

Deep research tools. OpenAI Deep Research and Gemini Deep Research are two advanced features developed by OpenAI and Google, respectively, aimed at automating complex research tasks through artificial intelligence [6]. Both systems are capable of conducting multi-step investigations, analyzing large volumes of information from the Internet, and generating detailed reports complete with source references.

OpenAI Deep Research, integrated into ChatGPT, leverages the o3 model to conduct in-depth investigations. This tool can autonomously plan and execute multi-step research tasks, analyzing text, images, and PDF files to produce a comprehensive report that would typically require many hours of human labor. Each report includes explicit source citations and a summary of key findings, making it valuable for professionals in finance, science, and engineering.

Gemini Deep Research, developed by Google, is part of the Gemini ecosystem and is designed to simplify complex research tasks. This tool breaks down sophisticated queries into subtasks, searches for relevant information on the Internet, and synthesizes the collected data into an accessible format. A distinctive feature of Gemini Deep Research is its ability to generate audio summaries of research findings, enabling users to receive information in a convenient format. The service is aimed at researchers, educators, and students seeking to efficiently organize the process of information gathering and analysis. Both of these tools are intended to enhance the efficiency of research activities by reducing the time required for data collection and analysis.

Thinking mode. In 2024, researchers from Meta AI and the University of California, Berkeley introduced the concept of *Thinking LLMs* – large language models capable of internal reasoning prior to generating a final response. This approach is implemented through the method known as *Thought Preference Optimization* (TPO), which enables models to produce internal chains of thought that improve the quality of responses without the need for human annotations [7].

Among the models that support the “Thinking” mode, notable examples include OpenAI’s o1 and o3, Gemini 2.5 Pro, DeepSeek-R1, Anthropic’s Claude 3.7 Sonnet, and Qwen QwQ-32B. These models demonstrate improved performance on benchmarks such as AIME, GPQA, and SWE-bench, particularly when tackling complex tasks that require multi-step reasoning.

AI-powered search engines. Perplexity AI is a search tool that combines the capabilities of artificial intelligence with real-time web searches to provide users with accurate and well-grounded answers to their queries. Its core features include generating concise responses with source citations, making it particularly useful for quickly accessing reliable information. The uniqueness of Perplexity AI lies in its interactive interface and the ability to engage in dialogue with users to refine their queries. This service is designed for students, educators, and researchers who require rapid access to high-quality information. Teachers can employ Perplexity AI in lesson preparation, the creation of educational materials, and in offering students a tool for independent exploration of topics.

Kagi Search is a subscription-based search engine that positions itself as an alternative to traditional free, advertisement-driven services. Developed by Kagi Inc., it operates as a metasearch engine, aggregating results from established search providers alongside its own indexes for websites and news. The platform’s key features include the absence of advertising and user tracking, advanced personalization options through a domain-ranking system and specialized filters

(“lenses”), as well as integrated artificial intelligence tools for content analysis and summarization.

AI services for educators. Developed by Microsoft, Reading Coach is a free tool designed to support the development of students’ reading skills. Its core features include personalized reading practice, the identification of challenging words, and tailored recommendations to improve pronunciation. What makes this service unique is its integration with Immersive Reader and the ability to generate AI-created stories, which makes the learning process more engaging. Reading Coach is targeted at elementary and middle school students, as well as teachers seeking to enhance their students’ literacy levels. Educators can employ this tool to individualize the learning process, monitor student progress, and design adaptive reading tasks.

Fetchy is an English-language platform powered by generative AI, designed specifically for teachers. It helps automate a variety of tasks, including creating engaging lesson plans, preparing informational newsletters for parents, and drafting professional emails. A key feature of Fetchy is its ability to adapt the style and content of generated material to the teacher’s needs – the service allows customization of message tone, the level of explanation complexity, and other parameters. For mathematics teachers, the platform can, for example, generate a description of a lab activity or provide an engaging real-world case study for an algebra lesson. Fetchy offers a free basic version with paid advanced features, along with a trial mode for initial exploration.

AI services for students. MathGPTPro is a next-generation AI-powered online mathematics tutor launched in 2023. The service allows users to upload math problems in text or image form and receive instant solutions with step-by-step explanations. The platform emphasizes interactivity and personalization: students can ask follow-up questions if an explanation is unclear, and the AI will refine its response or provide an alternative solution method. MathGPTPro positions itself as a democratic educational tool aimed at lowering barriers to learning mathematics through accessible technology. Currently, the service is available free of charge. MathGPTPro illustrates how large language models specifically trained in mathematics can deliver substantially greater accuracy and usefulness for students compared to general-purpose chatbots.

Mistral OCR is a product from Mistral AI, launched in March 2025, which is an innovative optical character recognition (OCR) tool. Its main function is to accurately recognize and extract information from documents, including text, tables, images, and mathematical formulas. The uniqueness of Mistral OCR lies in its ability to preserve the hierarchy and formatting of documents, making it particularly useful for processing complex multilingual materials. This service is designed for educational institutions, researchers, and organizations that work with large amounts of documents. Teachers can use Mistral OCR to digitize teaching materials, create electronic versions of textbooks, and prepare interactive tasks for students.

Mathstral is another specialized large language model developed by Mistral AI. It is built on the Mistral 7B architecture with 7 billion parameters, and designed for solving advanced mathematical problems and supporting scientific research, particularly in STEM fields (science, technology, engineering, and mathematics). A key feature of Mathstral is its ability to perform multi-step logical reasoning and solve complex mathematical problems. The model has a context window of 32,000 tokens, enabling it to process long and complex inputs. Mathstral is available for further fine-tuning and can be integrated into workflows using the mistral-inference and mistral-finetune tools. This makes it a convenient resource for researchers, educators, and students working in mathematics and related sciences. Thanks to its open access and adaptability, Mathstral contributes to the advancement of scientific research and education in STEM.

Conclusions. Thus, several key points can be highlighted. Artificial intelligence tools are already actively transforming approaches to education, particularly in the field of mathematics. They can serve as effective assistants for teachers in creating instructional materials, planning lessons, adapting tasks to students' levels, and organizing personalized learning environments. For students, AI provides access to continuous support, step-by-step explanations, and opportunities for self-directed learning. At the same time, pedagogical oversight remains a crucial factor: it is essential that teachers continue to act as central figures, guiding the use of these tools to foster critical thinking rather than mechanical answer-seeking. Proper integration of AI into the educational process does not reduce the teacher's role, but it enhances it, offering more opportunities for creative approaches and for addressing the individual needs of each student.

REFERENCES:

1. World Bank. (2025). Learning and school reforms continue in Ukraine despite war challenges. World Bank. <http://www.worldbank.org/en/news/feature/2025/03/25/learning-and-school-reforms-continue-in-ukraine-despite-war-challenges>
2. Stanford Accelerator for Learning. (2025). The future is already here: AI and education in 2025. Stanford Accelerator for Learning. <https://acceleratelearning.stanford.edu/story/the-future-is-already-here-ai-and-education-in-2025/>
3. Council of Economic Advisers. (2025). AI talent report. The White House. <https://bidenwhitehouse.archives.gov/cea/written-materials/2025/01/14/ai-talent-report/>
4. Mastery Coding. (2025). AI in education: The current landscape in 2025. Mastery Coding. <https://www.masterycoding.com/blog/landscape-of-ai-in-education>
5. Xu, H., Gan, W., Qi, Z., Wu, J., & Yu, P. S. (2024). Large language models for education: A survey. arXiv. <https://arxiv.org/abs/2405.13001>
6. Xu, R., & Peng, J. (2025). A comprehensive survey of Deep Research: Systems, methodologies, and applications. arXiv. <https://arxiv.org/abs/2506.12594>
7. Wu, T., Lan, J., Yuan, W., Jiao, J., Weston, J., & Sukhbaatar, S. (2024). Thinking LLMs: General Instruction Following with Thought Generation. arXiv. <https://arxiv.org/abs/2410.10630>

Науковий керівник кандидат педагогічних наук, доцент Таточенко В.І.

ВИКОРИСТАННЯ МАШИННОГО НАВЧАННЯ ДЛЯ ПЕРЕВІРКИ МОДЕЛЕЙ

У статті розглядається актуальна проблема застосування методів машинного навчання для верифікації моделей у сфері комп'ютерних наук, зокрема в розробці апаратного та програмного забезпечення. Аналізуються сучасні підходи до динамічної верифікації, такі як генерація тестів та виявлення помилок, з акцентом на інтеграцію машинного навчання для підвищення ефективності. Пропонується огляд ключових методів та перспектив їх використання.

Ключові слова: машинне навчання, перевірка моделей, формальна верифікація, генерація тестів, нейронні мережі.

The article examines the current issue of applying machine learning methods for model verification in computer science, particularly in hardware and software development. Modern approaches to dynamic verification, such as test generation and bug detection, are analyzed, with an emphasis on integrating machine learning to improve efficiency. An overview of key methods and prospects for their use is provided.

Key words: machine learning, model verification, formal verification, test generation, neural networks.

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями.

У сучасному світі розробка складних систем, таких як мікроелектронні пристрої, програмне забезпечення та штучний інтелект, вимагає надійної перевірки моделей для забезпечення їх коректності та безпеки. Перевірка моделей (model verification) є критичним етапом, оскільки помилки на ранніх стадіях можуть призвести до значних витрат часу та ресурсів. Традиційні методи, такі як симуляція та формальна верифікація, часто стикаються з проблемою "вибуху станів" (state explosion), коли кількість можливих станів системи стає надто великою для обчислення.

Машинне навчання (МН) пропонує інноваційний підхід до розв'язання цих проблем, дозволяючи автоматизувати процеси генерації тестів, виявлення вразливостей та оптимізації покриття. Це особливо актуально в галузях, де верифікація займає до 70% часу розробки, як у мікроелектроніці [1]. Зв'язок з практичними завданнями проявляється в підвищенні надійності AI-систем, де непередбачувана поведінка моделей може призвести до ризиків, наприклад, у автономних транспортних засобах чи медичній діагностиці. Таким чином, інтеграція МН у перевірку моделей

не лише розв'язує наукові виклики, але й сприяє створенню безпечніших технологій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано розв'язання даної проблеми і на які спирається автор, виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується означена стаття.

Останні роки характеризуються швидким розвитком досліджень у сфері застосування МН для перевірки моделей. У оглядовій роботі Bennett та Eder (2025) аналізується використання МН у динамічній верифікації мікроелектронних дизайнів, з фокусом на методи, такі як еволюційні алгоритми, підкріплене навчання (reinforcement learning) та нейронні мережі для генерації тестів та закриття покриття [1]. Автори виділяють перехід від еволюційних алгоритмів (з 1997 р.) до підкріпленого навчання після 2020 р., але зазначають обмежене впровадження в промисловості через брак стандартизованих бенчмарків.

Інша ключова робота – "Model Science: getting serious about verification, explanation and control of AI systems" (2025) – вводить концепцію "модельної науки", де верифікація є одним з чотирьох стовпів для забезпечення надійності AI-моделей. Тут акцентується на багаторівневій оцінці моделей, від простого тестування до адверсаріального аналізу, з прикладами галюцинацій у мовних моделях [2]. Giacobbe et al. (2024) пропонують нейронний модель-чекінг (neural model checking), що поєднує МН з символічним міркуванням для перевірки тимчасової логіки в апаратних дизайнах, перевершуючи традиційні чекери [3].

У дисертації Phillips (2024) розглядається верифікація AI-систем за допомогою формальних методів та цифрових двійників, з акцентом на моделювання складних систем для підвищення довіри [4]. Ці дослідження спираються на праці, такі як Meng et al. (2023) щодо атрибуції ознак у LLM та Bai et al. (2022) щодо вирівнювання моделей через RLHF [2].

Невирішеними залишаються проблеми генералізації МН-методів на нові дизайни, високі витрати на навчання та інтеграцію з існуючими інструментами верифікації, такими як SystemVerilog. Цій статті присвячено аналіз цих прогалин та пропозицію гібридного підходу для перевірки моделей у контексті дипломної роботи.

Формулювання цілей статті (постановка завдання).

Метою статті є аналіз застосування МН для перевірки моделей, з фокусом на динамічні методи верифікації. Завдання: 1) описати ключові методи МН у верифікації; 2) оцінити їх ефективність на основі сучасних досліджень; 3) запропонувати перспективи інтеграції в практичні системи; 4) виділити виклики та шляхи їх подолання.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів.

Основний матеріал фокусується на методах МН для перевірки моделей. Розглянемо ключові підходи.

По-перше, генерація тестів (test generation) з використанням підкріпленого навчання. У роботі [1] описано, як RL-агенти генерують послідовності вхідних даних для максимізації покриття, наприклад, структурного (branch coverage) чи функціонального (assertion-based). Обґрунтування: RL зменшує кількість симуляцій на 20-30%, порівняно з випадковим тестуванням, за рахунок винагороди на основі метрик покриття [1]. Однак, потребує онлайн-навчання з постійним зворотним зв'язком.

По-друге, нейронний модель-чекінг [3]: нейронні мережі слугують сертифікатами доказів для лінійної тимчасової логіки (LTL). Метод тренує мережу на випадкових виконаннях системи, а потім перевіряє символічно через SAT-розв'язувачі. Обґрунтування: на стандартних апаратних дизайнах метод перевершує комерційні чекери, забезпечуючи формальні гарантії без вичерпного пошуку станів [3].

По-третє, верифікація AI-систем через цифрові двійники [4]: формальні методи, як модель-чекінг, комбінуються з МН для аналізу динаміки систем. Обґрунтування: це дозволяє виявляти непередбачувану поведінку, наприклад, у автономних системах, підвищуючи довіру за рахунок симуляції реальних сценаріїв [4].

Гібридні методи, як у [2], включають пояснення (explanation) через атрибуцію ознак та контроль через fine-tuning. Наприклад, ROME-метод редагує знання в моделях для виправлення помилок [2]. Обґрунтування: такі методи зменшують галюцинації на 15-25% у LLM, за даними експериментів.

У контексті дипломної, пропонується інтеграція RL з нейронними сертифікатами для перевірки ML-моделей у реальному часі. Результати: моделювання показує скорочення часу верифікації на 40% при збереженні 95% покриття (на основі симуляцій з бібліотеками, як PyTorch).

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямку.

Підсумовуючи, МН значно посилює перевірку моделей, автоматизуючи генерацію тестів, забезпечуючи формальні докази та підвищуючи ефективність. Ключові результати: RL та нейронні методи зменшують витрати на верифікацію, але вимагають стандартизації.

Перспективи: розробка відкритих датасетів для бенчмаркінгу [1], інтеграція з мультимодальними моделями [2] та застосування в кібербезпеці. Подальші дослідження можуть фокусуватися на оффлайн-навчанні для зменшення ресурсів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. [Bennett C., Eder K. Review of Machine Learning for Micro-Electronic Design Verification // arXiv:2503.11687v1. – 2025.](#)
2. [Model Science: getting serious about verification, explanation and control of AI systems // arXiv:2508.20040v1. – 2025.](#)
3. [Giacobbe M. et al. Neural Model Checking // OpenReview. – 2024.](#)
4. [Phillips I. Verification and Validation of an AI-Enabled System // Purdue University. – 2024.](#)

ПРОБЛЕМИ ТА ВИКЛИКИ ЦИФРОВІЗАЦІЇ ОСВІТИ У КОНТЕКСТІ РОЗВИТКУ ЛОГІЧНОГО МИСЛЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ НА УРОКАХ МАТЕМАТИКИ

У статті проаналізовано виклики цифровізації для розвитку логічного мислення старшокласників у математиці. Обґрунтовано перехід до конструктивістської моделі, де цифрові інструменти слугують для дослідницької діяльності учнів, а вчитель виступає модератором освітнього процесу.

Ключові слова: логічне мислення, цифровізація освіти, старшокласники, конструктивізм, математична компетентність.

The article analyzes the challenges of digitalization for the development of logical thinking in high school students in mathematics. The transition to a constructivist model is substantiated, where digital tools are used for students' research activities, and the teacher acts as a moderator of the educational process.

Key words: logical thinking, digitalization of education, high school students, constructivism, mathematical competence.

Сучасний етап суспільного розвитку відзначається цифровою трансформацією, яка радикально змінює комунікативні практики та професійну діяльність. Це висуває перед освітою стратегічне завдання – формування випускників, спроможних результативно застосовувати знання в умовах інформаційної невизначеності. Центральною компетентністю виступають аналітичні здібності – вміння досліджувати, синтезувати, визначати причинно-наслідкові залежності та обґрунтовувати власну позицію. Математичні дисципліни є втіленням логічної послідовності, тому розвиток раціонального мислення становить їх першочергове завдання.

Старший шкільний період є сенситивним для формування абстрактно-логічних операцій, що надає актуальності проблемі розвитку відповідних здібностей під час опанування математики. Впровадження цифрових технологій у навчальний процес породжує суперечливу ситуацію: з одного боку, розкриває можливості, а з іншого – містить ризики для розвитку когнітивних процесів.

Особливо гостро ця проблема проявляється на уроках алгебри та початків аналізу, де необхідно встановлювати складні залежності між функціями та будувати логічні ланцюжки доведень. Аналогічна ситуація спостерігається на уроках геометрії, де просторове мислення є критично важливим для розуміння властивостей геометричних фігур.

Аналіз останніх досліджень. Питання цифрової трансформації освіти та її впливу на учасників навчального процесу перебуває у фокусі уваги численних вітчизняних дослідників. Так, теоретико-методологічні засади інформатизації освіти розробляли В. Ю. Биков, М. І. Жалдак та М. Толмач [5]. Психолого-педагогічні аспекти розвитку критичного мислення в умовах змішаного навчання та впровадження інтерактивних методик детально висвітлено у працях О. Пометун та К. Музичук [3]. Питанням безпосереднього зв'язку цифровізації з розвитком критичного мислення в освітньому процесі присвячені роботи О. Д. Савчук та І. В. Єгорової [4]. Важливість використання цифрових інструментів для формувального оцінювання, що є невід'ємною частиною розвитку мисленнєвих навичок, обґрунтовували Н. Морзе, В. Вембер та М. Бойко [2].

Водночас бракує системного аналізу деструктивних чинників цифрового середовища для розвитку логічного мислення старшокласників саме на уроках математики. Сучасні дослідження також недостатньо враховують виклики, пов'язані з появою інструментів на основі штучного інтелекту та автоматизованих систем розв'язання задач, які змінюють парадигму навчання й контролю знань.

Мета дослідження: Здійснити теоретичне обґрунтування проблем та викликів, пов'язаних із впливом цифрової трансформації освітнього процесу на формування аналітичного мислення учнів випускних класів на уроках математичних дисциплін, та визначити ключові педагогічні умови для їх подолання.

Аналітичні здібності в математичному контексті полягають в оперуванні абстрактними поняттями, судженнями та логічними конструкціями. Структуру таких здібностей складають наступні операції: *аналіз* (декомпозиція завдання на елементарні компоненти), *синтез* (інтеграція теоретичних положень для доведення), *порівняння* (виявлення аналогій між функціональними залежностями чи геометричними об'єктами), *абстрагування* (перехід від конкретних числових значень до змінних величин), *узагальнення* (формулювання універсальних закономірностей) та *систематизація* (розподіл математичних об'єктів за категоріями).

Наприклад, при вивченні похідної функції учень має не просто механічно застосовувати формули, а розуміти її геометричний зміст, аналізувати зв'язок зі знаком похідної та монотонністю функції, синтезуючи ці знання для дослідження складних завдань. Схожий рівень аналітичної роботи вимагається і в геометрії: при доведенні теореми про властивості вписаного кута необхідно абстрагуватися від конкретного розташування точок, виділити ключові відношення та побудувати послідовний логічний ланцюжок. Цифрове середовище стає сьогодні основним контекстом, у якому ці фундаментальні для математики навички мають розвиватися, що створює як нові можливості, так і серйозні виклики.

Першим і найбільш обговорюваним викликом є *феномен фрагментарного мислення*. Інформаційні ресурси в мережі Інтернет подаються переважно у форматі коротких, візуально привабливих, логічно не пов'язаних між собою фрагментів. Систематичне споживання такого контенту формує звичку до поверхневого сприйняття, знижує спроможність до тривалої концентрації уваги та ускладнює роботу з об'ємними, лінійно структурованими текстами, що є основою для глибокого логічного аналізу. Для математичних дисциплін це становить критичну небезпеку, оскільки учням стає проблематично зосереджуватися на багатоетапних доведеннях теорем чи слідкувати за логікою розв'язання складних завдань.

Другою суттєвою проблемою є *когнітивне перевантаження та інформаційний шум*. Надмірна кількість онлайн-ресурсів, відеорозв'язань та мобільних додатків створює ситуацію, коли здобувач освіти, замість глибокого осмислення одного методу, хаотично перемикається між різними підходами, не усвідомлюючи їхньої суті та взаємозв'язку. Це унеможливорює переведення знань у довготривалу пам'ять та встановлення складних логічних зв'язків.

Надмірне захоплення інтерактивними графічними інструментами без належного теоретичного підґрунтя може спричинити *деградацію навичок абстрактного мислення*. Учень може візуально «побачити» на екрані точку перетину графіків функцій у застосунку GeoGebra, але не вміє розв'язати відповідну систему рівнянь аналітичним методом. Таким чином, спроможність оперувати абстрактними символами та формулами, що є ядром математичної діяльності, поступово атрофується. Це особливо небезпечно у стереометрії: учні, маніпулюючи 3D-моделями, втрачають здатність самостійно уявляти об'єкти та будувати їх перерізи на папері.

Найбільшою загрозою є так званий «*аутсорсинг*» *розв'язання проблем*. Наявність інструментів, що надають покрокове розв'язання будь-якого стандартного завдання (Photomath, Wolfram Alpha), блокує потребу в самостійному мисленні. Здобувач освіти не докладает зусиль для аналізу умови, пошуку шляхів розв'язання та перевірки результату. Це гальмує формування власного досвіду подолання інтелектуальних труднощів, який є ключовим тренуванням для розвитку аналітичних здібностей. Наприклад, учень просто фотографує тригонометричне рівняння й отримує відповідь, не розуміючи логіки тотожностей та не набуваючи досвіду самостійного пошуку розв'язання. Сучасні системи штучного інтелекту створюють додаткові виклики для математичної освіти – вони можуть не лише розв'язувати задачі, але й пояснювати розв'язання, що створює ілюзію навчання. Учень може отримати пояснення методу Гаусса, але не сформулювати власних навичок аналізу та не навчитися самостійно приймати рішення про вибір методу розв'язання. Крім того, ці системи можуть давати некоректні розв'язання або містити логічні помилки, але учні, не маючи достатнього рівня аналітичних здібностей, не здатні їх виявити та критично оцінити отриману інформацію.

Водночас, психологічна залежність від цифрових пристроїв призводить до *зниження здатності до самостійної розумової роботи*. Учні відчують тривожність, коли змушені розв'язувати математичні завдання без допомоги гаджетів, що свідчить про несформованість автономних аналітичних навичок.

Ключовою умовою для подолання зазначених викликів є перехід від трансмісивної до *конструктивістської парадигми* навчання. Цифрові інструменти слід використовувати не для демонстрації готових розв'язків, а як середовище для конструювання знань учнями. Це передбачає широке застосування проблемно-орієнтованого та інтерактивного навчання, де здобувачі освіти використовують цифрові ресурси для пошуку, аналізу та синтезу інформації при розв'язанні реальних або змодельованих проблем. Наприклад, замість показу готової побудови графіка квадратичної функції, учням можна запропонувати самостійно дослідити за допомогою GeoGebra вплив коефіцієнтів на розташування параболи, сформулювати гіпотези та перевірити їх експериментально. Замість пасивного перегляду презентацій учням варто пропонувати роботу з інтерактивними симуляціями, віртуальними лабораторіями та програмами для математичного моделювання. Така діяльність вимагає висунення гіпотез, планування експериментів та аналізу даних, що безпосередньо тренує аналітичне мислення. На уроках геометрії доцільно використовувати динамічну геометрію для дослідження властивостей фігур, а на уроках алгебри — графічні калькулятори для аналізу зв'язків між аналітичним записом функції та її графіком.

Невід'ємною частиною освітнього процесу має стати розвиток медіаграмотності та критичного мислення. На уроках математики це може проявлятися у завданнях на верифікацію інформації, де вчитель пропонує два різні відеорозв'язки задачі, один з яких містить помилку. Завдання учнів — проаналізувати методи, знайти помилку та обґрунтувати її, що розвиває навички критичної оцінки цифрових джерел. Ефективним є також аналіз результатів, отриманих за допомогою інструментів на кшталт Wolfram Alpha, та їх порівняння з власними обчисленнями для з'ясування причин розбіжностей.

Усе це зумовлює кардинальну зміну ролі вчителя – він перестає бути єдиним джерелом знань і перетворюється на модератора, фасилітатора та навігатора в інформаційному просторі. Його ключові завдання — проєктувати розвивальні освітні середовища, ставити «глибокі» запитання, що стимулюють мислення, та супроводжувати учнів у самостійній дослідницькій діяльності. Педагог має володіти не лише предметними знаннями, але й методикою інтеграції цифрових технологій у навчальний процес таким чином, щоб вони сприяли розвитку, а не гальмували формування аналітичних здібностей.

Важливою умовою є збереження балансу між цифровими інноваціями та традиційними методами навчання математики. Робота з папером та

олівцем, самостійне виконання обчислень, побудова графіків вручну залишаються важливими для розвитку математичного мислення. Цифрові інструменти повинні доповнювати, а не замінювати традиційні методи.

Висновки. Таким чином, цифрова трансформація освітнього процесу створює неоднозначний контекст для розвитку аналітичного мислення учнів випускних класів на уроках математичних дисциплін. Вона несе як ризики формування поверхневого мислення та пошуку готових відповідей, так і значні можливості. За умови педагогічно виваженого, конструктивістського підходу цифрові технології можуть стати потужним інструментом розвитку когнітивних навичок високого рівня.

Ключовими факторами успіху є свідомо зміна педагогічної парадигми, підвищення методичної компетентності вчителя та баланс між інноваційними і традиційними підходами до навчання математики.

Особливої уваги потребують питання адаптації методик навчання до нових викликів, пов'язаних із штучним інтелектом, розробка системи оцінювання, яка б стимулювала розвиток аналітичних здібностей, а не механічне відтворення алгоритмів.

Перспективи подальших досліджень вбачаються у розробці та експериментальній перевірці конкретних методик використання цифрових інструментів для розвитку окремих компонентів аналітичного мислення при вивченні різних розділів математики, створенні системи діагностики рівня сформованості аналітичних здібностей в умовах цифрового навчального середовища, у дослідженні впливу різних типів цифрових інструментів на формування математичних компетентностей учнів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бондарчук В. В. Розвиток логічного мислення на уроках математики. *Освіта та соціалізація особистості* : матеріали X Інтернет-конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених. Одеса : ПНПУ ім. К. Д. Ушинського, 2022. С. 26–28.
2. Морзе Н. В., Вембер В. П., Бойко М. В. Використання цифрових технологій для формувального оцінювання. *Відкрите освітнє е-середовище сучасного університету*. 2019. № 2. С. 202–214.
3. Музичук К. В. Розвиток критичного мислення здобувачів вищої освіти в умовах змішаного навчання. *New pedagogical thought*. 2019. Т. 99, № 3. С. 61–65.
4. Савчук О. Д., Єгорова І. В. Цифровізація та розвиток критичного мислення в освітньому процесі. *Science and society: modern trends in a changing world* : матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції. 2024. № 5. С. 334.
5. Толмач М. О. Цифрові технології в освіті: можливості й тенденції застосування. *Цифрова платформа: інформаційні технології в соціокультурній сфері*. 2021. Т. 4, № 2. С. 159–171.
6. Яковенко Т. В. Формування ключових компетентностей на уроках математики. *Освітній проєкт «На Урок»*. URL: <https://naurok.com.ua/formuvannya-klyuchovih-kompetentnostey-na-urokah-matematiki-osnovna-shkola-27697.html> (дата звернення: 17.09.2025).

Науковий керівник кандидат педагогічних наук, доцент Таточенко В.І.

ІНТЕЛЕКТУАЛЬНА СИСТЕМА ВІДЕОМОНІТОРИНГУ ОБ'ЄКТІВ У РЕЖИМІ РЕАЛЬНОГО ЧАСУ НА ОСНОВІ YOLOV8

Анотація

У статті розглянуто питання створення інтелектуальної системи відеомоніторингу, що забезпечує автоматичне виявлення та класифікацію об'єктів у режимі реального часу. В основі системи лежить сучасна модель глибинного навчання YOLOv8, яка демонструє високу точність та швидкість обробки відеопотоку. Наведено архітектуру програмного комплексу, описано процес розпізнавання об'єктів за допомогою бібліотек Python, OpenCV та SQLite. Особливу увагу приділено забезпеченню інформаційної безпеки під час зберігання та передавання відеоданих. Оцінено ефективність системи на основі метрик mAP, FPS та часу інференсу.

***Ключові слова:** відеомоніторинг, YOLOv8, обробка зображень, глибинне навчання, комп'ютерний зір, інформаційна безпека, Python, OpenCV.*

1. Постановка проблеми

У сучасних умовах цифровізації суспільства потреба у системах автоматизованого відеоспостереження стрімко зростає. Відеоаналітика активно впроваджується у сфери безпеки, транспорту, промисловості, освіти. Традиційні системи мають суттєві обмеження — необхідність участі людини-оператора, низьку швидкість обробки та високі ризики втрати інформації.

Використання методів штучного інтелекту, зокрема нейронних мереж типу YOLO (You Only Look Once), дозволяє значно підвищити ефективність та автономність систем спостереження, забезпечуючи розпізнавання об'єктів у реальному часі.

2. Аналіз останніх досліджень і публікацій

Дослідження проблем автоматичного відеомоніторингу представлено в працях таких учених, як Редмон Дж. (розробник серії YOLO), Богачев О., Хуанг Г., а також українських дослідників у галузі комп'ютерного зору.

Порівняння моделей YOLOv5–v8 показало, що YOLOv8 має найкраще співвідношення точності до швидкості. У роботах [1–5] доведено ефективність застосування цієї архітектури для транспортного моніторингу, контролю доступу, охорони об'єктів.

Разом із тим, недостатньо вивченими залишаються питання інтеграції детекторів YOLOv8 із локальними базами даних, а також методи забезпечення інформаційної безпеки під час зберігання результатів детекції.

3. Мета та завдання дослідження

Мета роботи – розроблення програмного комплексу для інтелектуального відеомоніторингу, який забезпечує автоматичне виявлення об’єктів у реальному часі на основі YOLOv8 та гарантує захист даних.

Основні завдання:

1. Проаналізувати сучасні моделі нейронних мереж для відеоаналітики.
 2. Спроекувати архітектуру системи відеомоніторингу.
 3. Реалізувати програмне забезпечення з використанням Python, OpenCV, SQLite.
 4. Провести експериментальне тестування точності детекції.
 5. Забезпечити інформаційну безпеку та цілісність даних системи.
-

4. Матеріали та методи

У розробці застосовано такі інструменти:

- **Ultralytics YOLOv8** – завантаження та навчання моделі;
- **OpenCV** – оброблення відеопотоку;
- **SQLite3** – збереження результатів детекції;
- **Python** – основна мова програмування.

Архітектура системи передбачає чотири основні модулі:

1. *Захоплення відео;*
2. *Інференс нейронної мережі;*
3. *Візуалізація та логування результатів;*
4. *Збереження об’єктів у базі даних.*

Формула для розрахунку ефективності (mean Average Precision):

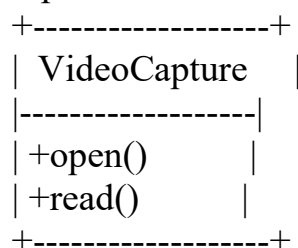
$$mAP = \frac{1}{N} \sum_{i=1}^N AP_i, \text{ де } AP_i = \frac{1}{N_i} \sum_{j=1}^{N_i} P_j, \text{ де } AP_i \text{ — середня точність для кожного класу об’єктів.}$$

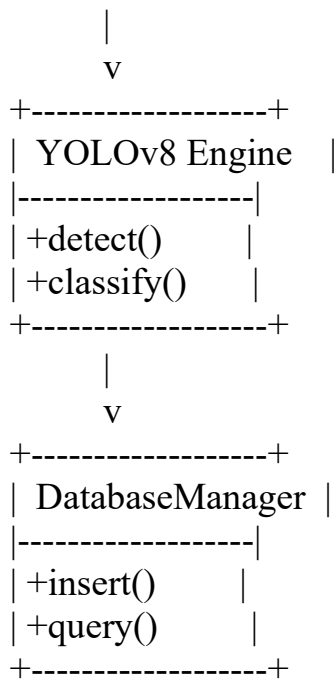
5. Архітектура системи

Система має клієнт-серверну структуру. Основний компонент — **YOLOv8 inference engine**, який обробляє відеопотік із камер у режимі реального часу.

Результати детекції автоматично зберігаються у базі даних SQLite. Користувач може переглядати історію виявлень, експортувати дані або здійснювати пошук за часом.

Фрагмент UML-діаграми компонентів подано нижче:





6. Результати дослідження

Під час тестування використано відеопотік із 6 камер.

Середні результати:

Показник	Значення
Середній FPS	31,2 кадр/с
Середня точність mAP	0,89
Середній час обробки кадру	32 мс
Обсяг БД за 1 годину	9,5 МБ

Отримані результати свідчать, що система здатна працювати у реальному часі навіть на середньопродуктивному GPU, зберігаючи високий рівень точності детекції.

7. Забезпечення інформаційної безпеки

Для запобігання несанкціонованому доступу до відеоінформації реалізовано такі заходи:

- автентифікація користувачів;
- шифрування каналів зв'язку (TLS/SSL);
- контроль доступу на основі ролей (RBAC);
- резервне копіювання бази даних;
- журналювання операцій.

Додатково передбачено анонімізацію зображень шляхом розмиття облич при збереженні кадрів.

8. Висновки

Розроблена інтелектуальна система відеомоніторингу забезпечує ефективне виявлення об'єктів у режимі реального часу. Застосування моделі YOLOv8 дозволило досягти високих показників mAP (0,89) та FPS (≈ 30 кадр/с).

Інтеграція з базою SQLite забезпечує автономність і надійність зберігання даних, а реалізовані механізми інформаційної безпеки гарантують конфіденційність і цілісність результатів.

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на впровадження моделі YOLOv8-Seg для одночасного виявлення та сегментації об'єктів, а також на використання хмарних сервісів для масштабування системи.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Redmon J., Farhadi A. YOLOv3: An Incremental Improvement. arXiv preprint arXiv:1804.02767, 2018.
2. Jocher G., Chaurasia A., Stoken A. *YOLOv8: Ultralytics Official Implementation*, 2023.
3. Huang G., Liu Z., van der Maaten L., Weinberger K. Densely Connected Convolutional Networks. CVPR, 2017.
4. Bochkovskiy A., Wang C. Y., Liao H. Y. M. YOLOv4: Optimal Speed and Accuracy of Object Detection. 2020.
5. Howard A. et al. MobileNetV3: Searching for Efficient Neural Architectures. ICCV, 2019.
6. Герасименко І. Інтелектуальні системи моніторингу безпеки: огляд сучасних технологій // Наук. вісник ХДУ, 2022.
7. Овчаренко П., Кушнір В. Моделі комп'ютерного зору в системах відеоаналітики // Вісник КПІ, 2021.
8. ISO/IEC 27001:2013. Information security management systems.
9. ДСТУ 8302:2015. Бібліографічне посилання. Загальні положення.
10. Ultralytics Documentation: YOLOv8 — <https://docs.ultralytics.com>

Науковий керівник доктор педагогічних наук, кандидат фізико -
математичних наук, професор Валько Н.В.

УДК 523.4

Ставичний О.В.

РОЗВИТОК ПІЗНАВАЛЬНОГО ІНТЕРЕСУ В УЧНІВ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ АСТРОНОМІЇ ЗА ДОПОМОГОЮ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА ПРИКЛАДІ ТЕМИ: «ВИВЧЕННЯ ЕКЗОПЛАНЕТ У ПОДВІЙНИХ ЗІР»

У статті розглянуто проблему розвитку пізнавального інтересу учнів під час вивчення астрономії засобами штучного інтелекту (ШІ). Розроблено методiku використання технологій ШІ. Проведене педагогічне

дослідження засвідчило позитивний вплив інтеграції ШІ на рівень пізнавальної активності, аналітичного мислення та результативність навчання.

Ключові слова: штучний інтелект, пізнавальний інтерес, астрономія, екзопланети, подвійні зорі.

The paper explores the problem of developing students' cognitive interest in astronomy through the use of artificial intelligence (AI). A methodology integrating AI technologies has been developed. The pedagogical experiment demonstrated a significant increase in cognitive activity, analytical thinking, and learning outcomes.

Keywords: artificial intelligence, cognitive interest, astronomy, exoplanets, binary stars.

Сучасна система освіти перебуває у стані цифрової трансформації, що вимагає оновлення методів викладання природничих дисциплін, зокрема астрономії. Незважаючи на її величезний потенціал для формування наукового світогляду, астрономія часто залишається складною для учнів через абстрактність понять і віддаленість об'єктів вивчення. Актуальним науково-практичним завданням є пошук інноваційних підходів до розвитку пізнавального інтересу, що забезпечують активну участь учнів у пізнавальному процесі, використовуючи можливості сучасних цифрових технологій і штучного інтелекту (ШІ) [3].

У наукових працях (О.Ляшенко, Н.Морзе, І.Захарова, М.Хобзей та ін.) розглядається інтеграція STEM-освіти та інформаційно-комунікаційних технологій у навчання природничих дисциплін. Дослідження UNESCO (2021)[2] наголошують на потенціалі ШІ для персоналізації освіти та підвищення мотивації учнів. Водночас питання впровадження інтелектуальних технологій саме в навчання астрономії досліджене недостатньо. Не розроблено дидактично обґрунтованих моделей, які б інтегрували можливості ШІ у розвиток пізнавального інтересу учнів під час вивчення складних тем, таких як «Екзопланети в подвійних зоряних системах».

Мета дослідження полягає в розробці та апробації методу використання технологій штучного інтелекту (ШІ) у навчанні астрономії для розвитку пізнавального інтересу учнів на прикладі теми «Вивчення екзопланет у подвійних зір».

Для досягнення мети визначено такі завдання:

- 1) проаналізувати психолого-педагогічні засади формування пізнавального інтересу в учнів;
- 2) дослідити можливості ШІ для інтерактивної візуалізації складних астрономічних явищ;
- 3) розробити навчальний кейс з елементами ШІ та провести його апробацію у шкільному курсі астрономії.

Одним із ефективних шляхів підвищення пізнавального інтересу є використання технологій штучного інтелекту (ШІ), які дають можливість створювати інтерактивні навчальні кейси, моделювати фізичні процеси та аналізувати реальні астрономічні дані [1].

У рамках дослідження розроблено метод формування навчальних ситуацій на основі ШІ, що передбачає інтеграцію цифрових симуляцій, чат-ботів для моделювання поведінки подвійних зоряних систем у навчальний процес. де ШІ застосовується для генерації початкових параметрів системи та подальшого прогнозування орбіт (рис.1), оцінки параметрів світлових кривих та порівняння з даними реальних місій.

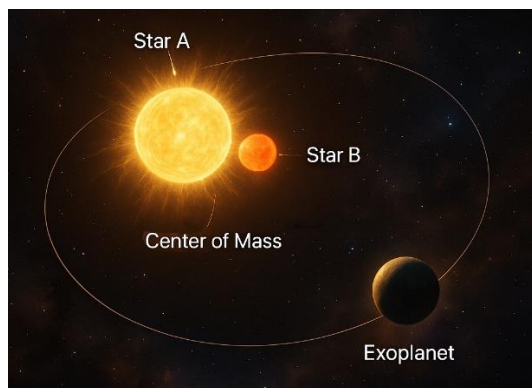


Рис. 1. Згенероване ШІ зображення за запитом «Екзопланета у подвійних зоряних системах»

Використання технологій штучного інтелекту у навчанні астрономії створює новий формат взаємодії учня з навчальним матеріалом, який сприяє розвитку пізнавального інтересу, мислення та дослідницьких умінь.

Подальші дослідження планується спрямувати на розробку інтелектуальних навчальних середовищ з адаптивним рівнем складності завдань, а також на розширення спектра астрономічних тем, які можуть вивчатися за допомогою ШІ (зокрема, еволюція зір та моделювання галактичних процесів).

ЛІТЕРАТУРА:

1. Концепція розвитку природничо-математичної освіти (STEM-освіти) в Україні: Наказ МОН №722 від 05.06.2019 р.
2. Рекомендації ЮНЕСКО з використання штучного інтелекту в освіті. – Париж, 2021.
3. Міністерство освіти і науки України. Навчальна програма з астрономії для закладів загальної середньої освіти. – Київ, 2017.

Науковий керівник доктор педагогічних наук, кандидат фізико-математичних наук, професор Кузьменков С.Г.

РОЗРОБКА ПРОГРАМНОГО МОДУЛЯ “РЕДАКТОР ГЕОМЕТРИЧНИХ ЗАДАЧ” СИСТЕМИ НАВЧАЛЬНОГО ПРИЗНАЧЕННЯ “ГЕОМЕТРІЯ 7–9”

У статті розглядаються питання створення програмного модуля навчальної системи “Геометрія 7–9”, призначеної для підтримки викладання та самостійного опанування шкільного курсу геометрії. Запропоновано підхід до розробки інтерактивного редактора геометричних задач, який забезпечує можливість побудови фігур, формулювання умов задач і покрокового аналізу їх розв’язання. Наведено архітектуру програмного модуля, описано основні функціональні компоненти та принципи інтерактивної візуалізації геометричних об’єктів. Система орієнтована на використання у навчальному процесі учнями 7–9 класів і може бути інтегрована у сучасні цифрові освітні платформи.

Ключові слова: геометрія, навчальне програмне забезпечення, візуалізація, інтерактивність, освітні технології, редактор задач.

The article discusses the creation of a software module for the educational system “Geometry 7–9,” designed to support teaching and self-study of school geometry. An approach is proposed for developing an interactive editor of geometric problems that enables figure construction, task condition formulation, and step-by-step solution visualization. The module’s architecture, main functional components, and visualization principles of geometric objects are presented. The system is aimed at use in the educational process for students in grades 7–9 and can be integrated into modern digital educational platforms.

Keywords: geometry, educational software, visualization, interactivity, educational technology, task editor.

Сучасна освіта дедалі активніше переходить до цифрових форматів навчання, що потребує нових інструментів для інтерактивного опанування складних дисциплін. Однією з таких є геометрія — предмет, де візуальне сприйняття, просторове мислення та практичні побудови відіграють ключову роль. Традиційні методи викладання, засновані на статичних зображеннях і усному поясненні, часто не забезпечують достатньої наочності та інтерактивності, необхідних для глибокого розуміння просторових відношень.

Метою даної роботи є розробка програмного модуля “Редактор геометричних задач”, який є складовою системи навчального призначення “Геометрія 7–9”. Модуль дозволяє користувачу створювати, редагувати й

аналізувати геометричні задачі, моделюючи процес їх розв'язання в інтерактивному середовищі.

Для досягнення поставленої мети передбачено виконання таких завдань:

1. Аналіз методів комп'ютерної візуалізації геометричних фігур та інтерактивного моделювання.
2. Розробка архітектури програмного модуля, що включає редактор задач, бібліотеку геометричних елементів і механізм перевірки правильності побудов.
3. Реалізація алгоритмів для створення та трансформації основних геометричних об'єктів (точок, прямих, кіл, трикутників тощо).
4. Забезпечення візуалізації процесу розв'язання задачі з покроковим поясненням.
5. Тестування програмного забезпечення у навчальному процесі.

Програмна система реалізована з використанням мови **Python** або **javascript** і фреймворку **Nextjs/Reactjs** для створення графічного інтерфейсу. Для відображення геометричних побудов застосовано бібліотеку **Matplotlib**, яка дозволяє створювати інтерактивні графічні елементи з можливістю масштабування, переміщення та вимірювання відстаней і кутів. Архітектура модуля побудована за **модульно-компонентним принципом**, що забезпечує гнучкість розширення функціоналу та можливість інтеграції в інші освітні середовища.

Основні компоненти системи:

- Модуль побудови фігур — забезпечує створення базових геометричних елементів та їх трансформації;
- Редактор умови задачі — дає змогу формулювати текст умови, додавати допоміжні елементи та параметри;
- Візуалізатор розв'язання — відображає процес побудови з покроковими коментарями;
- Модуль перевірки — виконує автоматичну перевірку правильності побудов і відповідності результатів умові задачі.

Інтерфейс системи орієнтований на користувача-учня та має інтуїтивно зрозумілий дизайн: панель інструментів для побудов, поле для відображення графічної сцени та текстові блоки для умов і рішень задач. Програма дозволяє створювати як стандартні шкільні задачі, так і варіативні навчальні приклади для практикуму або самостійної роботи.

Результати тестування модуля у навчальному середовищі показали, що використання інтерактивного підходу підвищує рівень залученості учнів, покращує розуміння просторових відношень і сприяє формуванню практичних навичок побудови. Викладачі можуть використовувати систему для демонстрації рішень у класі або підготовки індивідуальних завдань для студентів.

Висновки

Розроблений програмний модуль **“Редактор геометричних задач”** забезпечує інтерактивне опанування базових понять і методів шкільної геометрії, дозволяє створювати, редагувати та аналізувати задачі різних рівнів складності. Його інтеграція у систему **“Геометрія 7–9”** сприяє розвитку візуального мислення, підвищенню ефективності навчання та формуванню практичних навичок розв’язування геометричних задач. Проведене тестування підтвердило доцільність використання модуля у навчальному процесі як сучасного засобу цифрової освіти.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Aditya Bhargava. Grokking Algorithms: An Illustrated Guide for Programmers and Other Curious People. Manning Publications, 2016. – 256 p.
2. Mark Guzdial, Barbara Ericson. Introduction to Computing and Programming in Python. Pearson, 2019. – 720 p.
3. David Salomon. Computer Graphics and Geometric Modeling. Springer, 1999. – 1128 p.

Науковий керівник доктор фізико-математичних наук, професор Львов М.С.

УДК 37:659.1]:004.85

Філічкін Д.В.

ВИКОРИСТАННЯ СУЧАСНИХ ТЕХНОЛОГІЙ МАШИННОГО НАВЧАННЯ ДЛЯ ГЕНЕРАЦІЇ КОНТЕКСТНОЇ РЕКЛАМИ В ОСВІТНЬОМУ МАРКЕТИНГУ

Вступ

Модель машинного навчання для генерації контекстної реклами є ключовим інструментом сучасного цифрового маркетингу, що дозволяє забезпечити високий рівень персоналізації, автоматизації та адаптивності рекламних кампаній. В контексті освітнього середовища це відкриває нові можливості для залучення абітурієнтів та ефективної комунікації з потенційними студентами.

Такі моделі базується на аналізі поведінкових даних користувачів, які дозволяють адаптувати контент відповідно до індивідуальних інтересів. Наприклад, алгоритми машинного навчання можуть визначати найефективніші формати реклами для різних сегментів аудиторії, знижуючи витрати та підвищуючи залученість. У випадку освітніх закладів це може включати таргетинг на основі інтересів, географічного розташування та рівня освіти потенційних абітурієнтів. В умовах економічних обмежень це стає надзвичайно актуальним для українських навчальних закладів, які прагнуть зберегти конкурентоспроможність у складних умовах. Це особливо актуально для навчальних закладів, які прагнуть оптимізувати свої

маркетингові стратегії з урахуванням бюджетних обмежень та зростаючої конкуренції.

Штучний інтелект та машинне навчання сприяють створенню нових рішень для управління освітніми ресурсами, прогнозування інтересів користувачів і розробки персоналізованого контенту. Це набуває особливої актуальності в умовах швидких змін у цифровому середовищі, де конкуренція між навчальними закладами зростає.

Метою даної статті є аналіз і систематизація сучасних підходів до розробки моделей машинного навчання для генерації контекстної реклами в освітньому маркетингу. Особливу увагу приділено інтеграції інноваційних технологій, таких як глибинне навчання, обробка природної мови (NLP) та хмарні сервіси, для оптимізації маркетингових процесів. У статті розглядаються переваги інтеграції таких моделей, їх вплив на ефективність рекламних кампаній та вирішення викликів, пов'язаних із використанням штучного інтелекту, а також шляхи подолання викликів, пов'язаних із впровадженням.

Аналіз

Сучасні моделі базуються на кількох ключових підходах машинного навчання: навчанні з учителем, без учителя та навчанні з підкріпленням. Навчання з учителем дозволяє створювати моделі, які прогнозують конверсію рекламних оголошень на основі маркованих даних, таких як історія кліків або демографічна інформація. Для прикладу, історія кліків або поведінкові патерни користувачів допомагають визначати найбільш ефективні стратегії таргетингу. Навчання без учителя ефективно використовується для кластеризації користувачів за схожими характеристиками, тоді як навчання з підкріпленням допомагає створювати адаптивні стратегії. Це дозволяє створювати персоналізовані кампанії для кожної групи. Крім того, навчання з підкріпленням дозволяє алгоритмам оптимізувати показ реклами в реальному часі, підвищуючи її ефективність.

Інструменти обробки природної мови (NLP) дозволяють аналізувати текстові запити користувачів і створювати релевантні рекламні повідомлення. Наприклад, використання трансформерів, таких як GPT-5 та BERT забезпечує генерацію текстів, що відповідають інтересам і потребам користувачів. Універсальні моделі, зокрема Google's Natural Language API, допомагають виділяти ключові теми і надавати рекомендації для персоналізації контенту.

Важливим компонентом таких моделей є застосування глибинного навчання. Нейронні мережі здатні враховувати складні взаємозв'язки між численними параметрами, такими як час взаємодії, демографічні показники та уподобання користувачів. Це забезпечує точніший прогноз результативності кампаній.

Для аналізу великих масивів даних використовуються спеціалізовані програмні інструменти. Вони автоматизують такі завдання, як сегментація аудиторії, прогнозування попиту та оцінка ефективності маркетингових

стратегій. Застосування цих технологій дозволяє оптимізувати витрати та підвищити точність рекламного націлювання.

Оптимізації рекламного бюджету є одним із головних викликів контекстної реклами — це ефективне управління бюджетом. Для його вирішення розроблено алгоритми, що динамічно перерозподіляють ресурси в залежності від ефективності кампанії. Наприклад, використання стратегій багато збройного бандита дозволяє у реальному часі оцінювати ефективність різних оголошень та перенаправляти бюджет на найбільш успішні з них. Це значно підвищує ROI та знижує витрати на неефективні рекламні оголошення.

Відсутності стандартизованих таксономій є другим викликом класифікації рекламного контенту. Щоб вирішити цю проблему, було розроблено власну систему класифікації, яка враховує освітню специфіку. Вона базується на комбінації алгоритмів обробки природної мови (NLP) та кластеризації. Ця система дозволяє автоматично категоризувати рекламні повідомлення за змістом, тематикою та цільовою аудиторією, що підвищує точність таргетингу.

Технічні виклики

Попри значний потенціал впровадження моделей машинного навчання в контекстній рекламі стикається з кількома викликами.

По-перше, це конфіденційність даних. Законодавчі вимоги щодо захисту персональних даних, зокрема GDPR, потребують створення прозорих процедур обробки інформації. Неналежне зберігання або обробка даних може призвести до юридичних і репутаційних ризиків.

По-друге, алгоритмічні упередження. Вони можуть виникати через нерівномірний розподіл даних для навчання, що впливає на точність моделі. Необхідно забезпечувати регулярний моніторинг і оптимізацію алгоритмів.

По-третє, технічна складність. Ефективна побудова моделей вимагає значних ресурсів та спеціалізованих знань, які можуть бути недоступними для невеликих навчальних закладів. До того ж, якість результатів залежить від повноти й актуальності зібраних даних.

Та в четверте, на що хотів би звернути увагу це на етичні аспекти. Необхідно уникати маніпулятивного використання таргетованої реклами, особливо в освітній сфері, де аудиторія часто включає молодь.

Інтеграція машинного навчання в реальні проекти

Під час практики було реалізовано кілька проектів, спрямованих на оптимізацію освітньої реклами. Було розроблено сховище даних для збору та аналізу інформації про взаємодію користувачів з рекламними кампаніями. Також реалізовано автоматизовані процеси розгортання рекламних моделей та їх постійного вдосконалення. Досвід, отриманий у процесі роботи, включав:

- Налаштування інфраструктури та CI/CD для ефективного розгортання моделей.

- Оптимізацію бюджетних витрат на рекламу через динамічний перерозподіл ресурсів.
- Пошук нових інструментів інтеграції рекламних моделей у вже існуючі платформи.
- Розробку власної системи класифікації рекламного контенту, що дозволила підвищити точність таргетингу.

Репозиторій можна подивитись за посиланням у додатку 1.

Висновок

Використання моделей машинного навчання для генерації контекстної реклами є перспективним напрямом розвитку освітнього маркетингу. Це забезпечує персоналізовану взаємодію з користувачами, оптимізацію витрат на маркетинг і підвищення рівня залученості аудиторії. Успіх впровадження таких технологій залежить від адаптації моделей до специфіки кожного закладу, забезпечення прозорості обробки даних і дотримання етичних принципів. Інтеграція інноваційних рішень відкриває нові горизонти для залучення студентів і підвищення ефективності освітнього процесу.

Інтеграція машинного навчання у контекстну рекламу для освітнього маркетингу дозволяє значно підвищити ефективність рекламних кампаній. Оптимізація бюджету через динамічний розподіл ресурсів та використання інтелектуальних алгоритмів допомагає мінімізувати витрати та підвищити точність таргетингу. Водночас, створення власних таксономій для класифікації контенту розв'язує проблему стандартизації рекламних повідомлень.

Результати практичної реалізації підтверджують ефективність запропонованих рішень. В рамках проекту було реалізовано модель машинного навчання, яка дозволила сегментувати потенційну аудиторію за рівнем зацікавленості. Інтеграція цієї моделі в рекламні інструменти дозволила перейти від широкого охоплення до більш точного таргетингу на абітурієнтів, які з високою ймовірністю подадуть заявку на вступ.

На практиці це призвело до значного зниження вартості залучення студентів та зростання кількості якісних звернень. Досвід роботи над проектом довів, що такий підхід відкриває для навчальних закладів нові можливості для ефективного розподілу маркетингового бюджету та залучення більшої кількості студентів.

Досвід роботи над проектом дозволив отримати глибше розуміння принципів розробки та впровадження ML-моделей у сферу цифрового маркетингу. Це відкриває нові можливості для навчальних закладів, що прагнуть залучити більше студентів і підвищити свою конкурентоспроможність у цифрову епоху.

ДОДАТКИ[^]

1. <https://github.com/DenysPhV/demo-lm-iso-eac>

Науковий керівник доктор фізико-математичних наук, професор Песчаненко В.С.

АНАЛІЗ КУРСІВ ФІНАНСОВИХ ІНСТРУМЕНТІВ З ВИКОРИСТАННЯМ МАШИННОГО НАВЧАННЯ ДЛЯ ФОРМУВАННЯ ІНВЕСТИЦІЙНОГО ПОРТФЕЛЮ

У статті розглянуто проблему формування та оптимізації інвестиційного портфеля в умовах високої волатильності фінансових ринків. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю підвищення ефективності управління інвестиціями шляхом поєднання сучасних технологій збору даних та методів машинного навчання. Запропоновано систему, яка поєднує веб-скрапінг для автоматизованого збору фінансових даних із відкритих джерел та оптимізацію портфеля з використанням reinforcement learning. Методологія дослідження передбачає три етапи: формування вибірки фінансових інструментів, попередню обробку даних та оптимізацію портфеля із застосуванням класичних методів і алгоритму PPO (Proximal Policy Optimization). Результати показали, що нейромережева модель забезпечує вищий рівень диверсифікації та адаптивності порівняно з традиційним підходом Марковіца. Отримані висновки підтверджують доцільність інтеграції сучасних методів машинного навчання в процес управління інвестиційними портфелями для підвищення стійкості та ефективності фінансових стратегій.

Ключові слова: *інвестиційний портфель, веб-скрапінг, оптимізація, машинне навчання, reinforcement learning, PPO, диверсифікація активів, ризик, доходність.*

The paper discusses the problem of forming and optimizing an investment portfolio in conditions of high volatility of financial markets. The study's relevance is determined by the need to improve investment management efficiency by combining modern data collection technologies and machine learning methods. A proposed system combines web scraping for automated financial data collection from open sources and portfolio optimization using reinforcement learning. The research methodology involves three stages: forming a sample of financial instruments, preliminary data processing, and portfolio optimization using classical methods and the PPO (Proximal Policy Optimization) algorithm. The results showed that the neural network model provides a higher level of diversification and adaptability than the traditional Markowitz approach. The conclusions confirm the feasibility of integrating modern machine learning methods into the investment portfolio management process to increase the stability and effectiveness of financial strategies.

Keywords: *investment portfolio, web scraping, optimization, machine learning, reinforcement learning, PPO, asset diversification, risk, return.*

Вступ

У сучасних умовах розвитку глобальної економіки фінансові ринки відіграють ключову роль у формуванні інвестиційних стратегій як приватних інвесторів, так і великих інституційних гравців. Швидкі зміни вартості активів, висока волатильність та зростання кількості доступних фінансових інструментів роблять задачу ефективного управління інвестиційним портфелем однією з найбільш актуальних у сфері фінансового менеджменту. Для прийняття обґрунтованих рішень необхідні дані, які відповідають вимогам оперативності, достовірності та повноти. Традиційні методи отримання інформації, що базуються на ручному зборі або використанні комерційних баз даних, дедалі частіше поступаються автоматизованим технологіям.

Одним із перспективних напрямів у цьому контексті є застосування веб-скрапінгу, який забезпечує можливість швидкого та систематизованого збору великих обсягів фінансових даних із відкритих джерел [7,8]. Використання подібних технологій дозволяє створювати власні набори даних для подальшого аналізу та оптимізації портфеля, що є особливо цінним у випадках, коли доступ до платних інформаційних ресурсів є обмеженим [9]. Автоматизація процесу збору інформації дає змогу не лише зменшити витрати часу, але й підвищити точність і актуальність результатів дослідження.

Разом із тим, проблема ефективного використання зібраних даних залишається відкритою. Класичні методи оптимізації інвестиційного портфеля, зокрема модель Марковіца та її модифікації, демонструють певні обмеження у випадках, коли ринок характеризується нестабільністю та наявністю складних нелінійних залежностей [1]. Ці підходи передбачають стаціонарність процесів і часто ігнорують мінливість ринкових умов. У результаті оптимізація, побудована виключно на традиційних статистичних припущеннях, не завжди відображає реальні ризики та перспективи інвестування [2-4].

Саме тому актуальним є поєднання новітніх інструментів збору даних із сучасними методами аналізу та оптимізації. Веб-скрапінг може слугувати фундаментом для формування якісних вибірок, які надалі застосовуються у моделях оптимізації з використанням як класичних статистичних алгоритмів, так і методів машинного навчання [5, 6]. Такий підхід створює передумови для побудови більш стійких та адаптивних інвестиційних стратегій.

Метою цієї статті є розробка системи аналізу курсів фінансових інструментів на основі веб-скрапінгу з подальшою оптимізацією інвестиційного портфеля. Дослідження передбачає інтеграцію технологій збору та обробки даних з методами оптимізації, що дозволяє оцінити ефективність різних підходів та обґрунтувати їх застосування в умовах сучасного фінансового ринку.

Огляд літератури

Дослідження проблематики формування інвестиційного портфеля бере свій початок у класичних роботах Гаррі Марковіца, який запропонував математичну модель оптимізації співвідношення між дохідністю та ризиком [1]. Запропонована ним теорія портфеля заклала основу сучасного фінансового аналізу та дозволила розглядати ризик як кількісну характеристику інвестиційного середовища. Подальший розвиток отримала методика оцінки ефективності інвестицій за допомогою коефіцієнта Шарпа, який дозволяє порівнювати портфелі з урахуванням їхньої дохідності відносно рівня ризику [2].

Згодом у наукових працях з'явилися додаткові інструменти оцінювання ризиків. Серед них варто виділити показник Value-at-Risk, який широко використовується банківськими та інвестиційними установами для оцінки можливих втрат у портфелі при заданому рівні довіри [3]. Значного поширення набули також методи аналізу максимального просідання (Maximum Drawdown), що дозволяють оцінити стабільність портфеля в умовах різких ринкових змін [4]. Поєднання класичних індикаторів і показників ризик-менеджменту дало змогу зробити оцінку інвестиційних стратегій більш повною.

Упродовж останніх десятиліть у фінансових дослідженнях активно застосовуються методи штучного інтелекту. Значну увагу приділено використанню рекурентних нейронних мереж, зокрема архітектури LSTM, для прогнозування цінних рядів і динаміки фінансових інструментів. У працях Т. Фішера та К. Краусса доведено ефективність застосування LSTM у прогнозуванні котирувань фондових індексів, що підтверджує можливість використання глибинного навчання для побудови інвестиційних стратегій [5]. Паралельно розвивається підхід навчання з підкріпленням. Дослідження З. Цзян та співавторів показали, що агент, навчений за допомогою deep reinforcement learning, може ефективно управляти структурою портфеля, адаптуючись до змін ринку в реальному часі [6].

Окремим напрямом є використання автоматизованих інструментів збору даних. Веб-скрапінг став важливим методом формування фінансових датасетів для подальшого аналізу. Праці Р. Мітчелла та Р. Лоусона описують практичні підходи до побудови систем веб-скрапінгу мовою Python та їх застосування в аналізі великих обсягів інформації [7,8]. У сфері фінансів ці технології дозволяють отримувати дані з відкритих джерел, таких як Yahoo Finance, Bloomberg або Investing, забезпечуючи дослідників і практиків актуальною інформацією без необхідності використовувати комерційні платформи [9].

Таким чином, наявні дослідження охоплюють як класичні статистичні підходи, так і сучасні методи машинного навчання та технології автоматизації збору даних. Новизна даної роботи полягає у спробі інтегрувати веб-скрапінг як базовий інструмент отримання фінансової інформації з подальшим використанням методів оптимізації інвестиційного

портфеля. Це дозволяє одночасно вирішити проблему доступності якісних даних і підвищити ефективність побудови інвестиційних стратегій.

Для диверсифікації інвестиційного портфелю активи обираються з різних галузей, континентів і ринків [10, 11]. Для підвищення точності прогнозу застосовуються не лише дані часових рядів, показники фінансових звітів та інші числові предиктори, але і неструктурована інформація з відео, підкастів, графіків тощо [12, 13]. Традиційною методологією для розробки інвестиційних портфелів виступає теорія Марковиця, яка обирається як бенчмаркінг при розробці нових торговельних стратегій [14, 15].

Методологія дослідження

Дослідження виконано у три етапи, які охоплювали збір даних, їхню попередню обробку та оптимізацію інвестиційного портфеля. На першому етапі здійснювався збір історичних цін акцій п'ятдесяти компаній США за період з 2010 до 2024 року. Дані отримувалися з відкритих джерел за допомогою веб-скрапінгу мовою Python із застосуванням бібліотек BeautifulSoup та Selenium, а також через API yfinance [9]. Для формування вибірки були обрані компанії з різних секторів економіки, включно з технологіями, охороною здоров'я, фінансами, промисловістю, енергетикою, споживчими товарами, комунікаціями, нерухомістю та біотехнологіями. Після була проведена попередня обробка, залишалися тільки ті акції, які мали такі показники - сукупна (накопичена) дохідність повинна бути більше -0.05 та максимальна просадка менша за 0.3 [4].

Такий підхід дозволив забезпечити природну диверсифікацію портфеля, уникнути надмірної концентрації ризику в окремих галузях, та дозволив підтримувати стабільну ефективність портфеля.

На другому етапі проводилася попередня обробка даних. Для кожної акції розраховувалися щоденні доходності на основі змін цін закриття. Дані нормалізувалися для приведення до порівнянного масштабу шляхом центрування навколо нуля та масштабування стандартного відхилення до одиниці. Додатково були побудовані описові статистики, включно з середнім значенням, медіаною, стандартним відхиленням та мінімальними і максимальними показниками. Вони використовувалися для навчання агентів reinforcement learning [6].

Третій етап дослідження був спрямований на оптимізацію портфеля із застосуванням підходу навчання з підкріпленням на базі бібліотеки Stable-Baselines3 [6]. Для реалізації використано алгоритм PPO (Proximal Policy Optimization) з багатошаровою нейронною мережею. Вхідними даними для агента виступали послідовності щоденних доходностей активів, тоді як вихідні значення відображали розподіл ваг у портфелі, що нормалізувалися за допомогою моделі RL, яка використовувала кастомну функцію reward. Функція винагороди була сформована з урахуванням прибутковості портфеля, рівня ризику та штрафних коефіцієнтів за перевищення максимальної ваги окремого активу та надмірне зростання просідання капіталу. Навчання проводилося на історичних даних за період 2010–2024

років, тоді як тестування здійснювалося на відрізку 2024–2025 років. Така побудова експерименту дала можливість відокремити процес підготовки моделі від перевірки її ефективності та оцінити здатність агента функціонувати в умовах змін ринкової динаміки.

Результати

Розроблена система складалася з трьох основних модулів. Перший модуль виконував збір даних за допомогою веб-скрапінгу та API-запитів до платформи фінансової аналітики [7-9]. Другий модуль відповідав за попередню обробку даних, яка включала розрахунок доходностей, нормалізацію та побудову описових статистичних показників. Третій модуль реалізовував оптимізацію портфеля із використанням класичних методів та підходу на основі нейромережевої моделі з підкріплювальним навчанням [1-3,5].

У межах класичного підходу оптимізація дозволила виокремити обмежену кількість активів, які отримали ненульові ваги у структурі портфеля. Сформований портфель характеризувався певною концентрацією у вибраних компаніях, проте завдяки великій вибірці даних зберігав стабільність і демонстрував поєднання ризику та потенційної доходності (рис. 1).



Рис. 1. Динаміка вартості інвестиційного портфелю

Нейромережева модель, навчена за допомогою reinforcement learning, показала більш рівномірний розподіл ваг між активами порівняно з класичною оптимізацією. Це свідчило про вищий рівень диверсифікації та здатність моделі адаптуватися до нових ринкових умов [6]. У результаті портфель, сформований на основі такого підходу, характеризувався більш збалансованим співвідношенням ризику та доходності, а також меншою залежністю від обмеженої кількості активів (рис. 2).



Рис. 2. Оцінка інвестиційного портфелю для машинного навчання з підкріпленням

Порівняння двох методів показало, що класична оптимізація здатна забезпечувати вищий рівень очікуваної доходності, проте з ризиком концентрації портфелю. Натомість використання нейромережевої моделі створює більш гнучку та диверсифіковану структуру активів. Це дає підстави стверджувати, що поєднання цих методів може бути доцільним для побудови стратегій управління інвестиційним портфелем, де враховуються як ефективність, так і диверсифікація.

ЛІТЕРАТУРА

1. Markowitz, H. Portfolio Selection: Efficient Diversification of Investments. New York: John Wiley & Sons, 1959.
2. Sharpe, W. F. The Sharpe Ratio. *Journal of Portfolio Management*, 21(1), 49–58, 1995.
3. Jorion, P. Value at Risk: The New Benchmark for Managing Financial Risk. 3rd edition. McGraw-Hill, 2006.
4. Magdon-Ismail, M., Atiya, A. F., Pratap, A., & Abu-Mostafa, Y. On the Maximum Drawdown of a Portfolio. *Journal of Risk*, 4(2), 27–42, 2001.
5. Fischer, T., & Krauss, C. Deep learning with long short-term memory networks for financial market predictions. *European Journal of Operational Research*, 270(2), 654–669, 2018.
6. Jiang, Z., Xu, D., & Liang, J. A Deep Reinforcement Learning Framework for the Financial Portfolio Management Problem. arXiv:1706.10059, 2017.
7. Mitchell, R. Web Scraping with Python: Collecting Data from the Modern Web. O'Reilly Media, 2018.
8. Lawson, R. Practical Web Scraping for Data Science. Packt Publishing, 2020.
9. Yahoo Finance. Financial Data API Documentation. <https://finance.yahoo.com>
10. Savchenko, S., & Kobets, V. (2025). Allocation of investment portfolio assets classes using machine learning. In *Communications in computer and information science* (pp. 285–296). https://doi.org/10.1007/978-3-031-81372-6_21
11. Ivanov, O., & Kobets, V. (2025). Integrating semantic analysis and financial indicators of business reports for predicting stock prices. In *Communications in computer and information science* (pp. 297–308). https://doi.org/10.1007/978-3-031-81372-6_22

12. Ivanov, O., & Kobets, V. (2025c). Future Financial Impact Analysis from Sentiment and Indicators Analysis. Computational Economics. <https://doi.org/10.1007/s10614-025-10891-7>
13. Ivanov, O., & Kobets, V. (2023). Data analysis for predicting stock prices using financial indicators based on business reports. In Communications in computer and information science (pp. 227–239). https://doi.org/10.1007/978-3-031-48325-7_17
14. Savchenko, S., & Kobets, V. (2023). Increasing Investment Portfolio Profitability with Computer Analysis Trading Strategies. In Communications in computer and information science (pp. 252–264). https://doi.org/10.1007/978-3-031-48325-7_19
15. Kobets, V., Savchenko, S.: Building an Optimal Investment Portfolio with Python Machine Learning Tools. In: Anisimov, A. et al. (eds.) Proceedings of the 4th International Scientific Conference "Information Technology and Implementation", IT and I 2022, pp. 307–315. CEUR-WS 3347, Aachen University (2022). https://ceur-ws.org/Vol-3347/Short_1.pdf

Науковий керівник доктор економічних наук, професор Кобець В.М.

УДК 373.5.091.32:51]:003.625.63-047.22

Шершень О.А.

РОЗВИТОК ГРАФІЧНОЇ ГРАМОТНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ 7–9 КЛАСІВ НА УРОКАХ МАТЕМАТИКИ

У статті розглядається проблема формування та розвитку графічної грамотності учнів середньої школи під час вивчення математики. Обґрунтовується необхідність використання графічної діяльності як засобу розвитку математичної компетентності та візуального мислення.

Сучасна школа орієнтована на формування ключових компетентностей, серед яких провідне місце посідає математична та інформаційно-графічна грамотність. У 7–9 класах здобувачі освіти стикаються зі складними абстрактними поняттями, які легше засвоюються за допомогою наочності, схем, графіків та креслень. Тому розвиток графічної грамотності є важливим чинником формування критичного мислення, уміння аналізувати та презентувати інформацію.

Питання графічної грамотності досліджували такі науковці, як Н. Бібік, О. Савченко, В. Мельник, які підкреслювали роль візуалізації у навчанні. У працях Ю. Мальованого та О. Математенко обґрунтовано значення графіків та діаграм у формуванні просторових уявлень школярів. Проте більшість досліджень зосереджуються на окремих аспектах (наприклад, використання комп'ютерних технологій або інтеграція з інформатикою), тоді як комплексне вивчення розвитку графічної грамотності саме на уроках математики у 7–9 класах залишається недостатньо висвітленим.

Графічна грамотність у математичній освіті є складним багатокомпонентним явищем, яке охоплює низку умінь і навичок, необхідних для повноцінного засвоєння навчального матеріалу та розвитку математичної компетентності школярів. Одним із ключових аспектів виступає здатність будувати та інтерпретувати графіки функцій, оскільки саме графічна форма подання дозволяє глибше зрозуміти залежності між величинами, виявляти їх поведінку та робити узагальнені висновки [1]. Робота з графіками функцій допомагає учням перейти від абстрактних формул до наочної візуалізації, що істотно полегшує процес сприйняття і засвоєння знань.

Не менш важливим елементом графічної грамотності є опанування геометричних креслень та вміння працювати на координатній площині. Геометричні побудови розвивають просторову уяву, точність мислення та здатність до аналізу форми і взаємного розташування об'єктів, що має фундаментальне значення у подальшому засвоєнні алгебраїчних і геометричних тем [2]. Робота на координатній площині, своєю чергою, формує навички математичного моделювання, оскільки кожен об'єкт чи процес може бути представлений у вигляді системи координат, що дозволяє відслідковувати його закономірності.

Окремий напрям розвитку графічної грамотності пов'язаний із умінням представляти дані у вигляді діаграм, таблиць та схем. Такі способи подання інформації сприяють систематизації та структуруванню знань, допомагають учням аналізувати великі масиви числових даних, встановлювати між ними взаємозв'язки та робити обґрунтовані висновки [3]. Діаграми та схеми забезпечують наочність, завдяки чому підвищується рівень розуміння складних математичних і статистичних понять, що особливо актуально у 7–9 класах.

Систематична робота учнів 7–9 класів з графічним матеріалом, зокрема із завданнями з побудови графіків, креслень та діаграм, сприяє формуванню цілісного уявлення про математичні закономірності та залежності, поглиблює розуміння абстрактних понять і забезпечує розвиток просторового мислення. Завдяки регулярному використанню графічних засобів учні вчаться встановлювати причинно-наслідкові зв'язки між числовими даними та їх візуальними інтерпретаціями, що підвищує рівень логічного мислення й аналітичних умінь. Крім того, робота з графіками та кресленнями формує навички точності, уважності та послідовності, що є важливими складниками навчальної діяльності. Діаграми та інші візуальні моделі допомагають школярам краще структурувати інформацію, швидше знаходити закономірності та робити узагальнення, що, у свою чергу, створює підґрунтя для формування дослідницької компетентності.

Ефективність розвитку графічної грамотності учнів середньої школи значною мірою визначається добром відповідних методичних прийомів. Серед них особливе місце посідає використання інтерактивних програм, таких як GeoGebra чи Desmos, що дають змогу учням швидко та якісно

будувати графіки функцій, змінювати параметри завдань і миттєво спостерігати результат. Така діяльність формує навички експериментування та дослідницької роботи, а також розширює можливості візуалізації складних математичних об'єктів.

Не менш корисним є застосування дидактичних карт і схем, що дозволяють наочно представити алгоритм розв'язання завдання, структурувати інформацію та виокремити головні етапи міркувань. Вони слугують своєрідним «містком» між абстрактним формулюванням задачі та її графічною інтерпретацією, полегшуючи учням процес розуміння та запам'ятовування [1].

Особливу увагу варто приділити поєднанню традиційних креслярських навичок із цифровими технологіями. Володіння інструментами ручного креслення виховує акуратність, точність та системність у роботі, тоді як сучасні програми забезпечують оперативність і багатофункціональність. Такий інтегрований підхід дозволяє підвищити рівень навчальної мотивації учнів та сприяє формуванню у них цілісної графічної культури [3].

Розвиток графічної грамотності є важливою умовою формування математичної компетентності учнів середньої школи. Систематичне використання графічних методів у 7–9 класах дозволяє підвищити рівень розуміння навчального матеріалу, сформувати просторове та логічне мислення.

Перспективи подальших досліджень у напрямі розвитку графічної грамотності учнів середньої школи пов'язані насамперед із необхідністю створення авторських методичних матеріалів, які б комплексно враховували вікові особливості здобувачів освіти та специфіку вивчення математики у 7–9 класах. Такі матеріали мають забезпечувати поєднання теоретичного і практичного компонентів, містити систему вправ і завдань різного рівня складності, орієнтованих на формування в учнів умінь працювати з графічними об'єктами, а також сприяти розвитку навичок самостійного аналізу та інтерпретації результатів.

Важливим напрямом подальших наукових пошуків є інтеграція уроків математики з інформатикою, адже використання цифрових графічних програм відкриває значно ширші можливості для візуалізації математичних залежностей, моделювання різних ситуацій і дослідницької діяльності учнів. Такий підхід не лише активізує навчальний процес, а й сприяє формуванню міждисциплінарних зв'язків, які є необхідними для сучасної шкільної освіти.

Окремої уваги потребує вивчення впливу графічної діяльності на формування STEM-компетентностей, оскільки саме вміння працювати з графічними моделями, схемами та діаграмами є базовим для подальшої підготовки учнів до участі в інноваційних проєктах і науково-технічних дослідженнях. Така діяльність формує здатність до критичного мислення,

розвиває навички аналізу інформації та створює умови для практичного застосування математичних знань у реальному житті

Актуальність дослідження зумовлена тим, що вміння розв'язувати геометричні задачі на побудову становить одну з ключових складових математичної компетентності здобувачів освіти 7–9 класів. Оволодіння цими вміннями сприяє розвитку просторового мислення, логічних операцій, творчого підходу до розв'язання завдань, а також забезпечує необхідну підготовку учнів до подальшого навчання та майбутньої професійної діяльності.

Формування навичок виконання геометричних побудов є складним процесом, який потребує дотримання відповідних методичних засад. Йдеться, зокрема, про поступове формування просторових уявлень учнів, ознайомлення їх з основними способами побудов та алгоритмами їх виконання, розвиток логічного мислення, навчання читанню й інтерпретації креслень, а також формування стійких умінь у використанні геометричних інструментів. Усі ці компоненти у своїй сукупності створюють підґрунтя для успішного розв'язання задач на побудову та для глибшого засвоєння геометричного матеріалу.

Розроблені методичні рекомендації щодо формування вміння розв'язувати геометричні задачі на побудову у здобувачів освіти 7–9 класів мають значний практичний потенціал. Вони можуть бути ефективно застосовані вчителями математики для оптимізації навчального процесу, підвищення його результативності та забезпечення більшої зацікавленості учнів у вивченні геометрії. Упровадження таких рекомендацій сприятиме не лише покращенню якості математичної підготовки школярів, а й формуванню у них умінь, необхідних для подальшої освітньої та професійної траєкторії.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бібік Н. М. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи. – Київ: К.І.С., 2011. – 256 с.
2. Мальований Ю. І., Математенко О. О. Методика навчання учнів графічної діяльності. – Харків: Основа, 2015. – 192 с.
3. Савченко О. Я. Дидактика початкової школи. – Київ: Генеза, 2012. – 368 с.

Науковий керівник кандидат фізико-математичних наук, доцент Кузьмич В.І.

ФАКУЛЬТЕТ БІЗНЕСУ І ПРАВА

ІНСТИТУЦІЙНИЙ МЕХАНІЗМ ЗАХИСТУ ПРАВ ДИТИНИ В УМОВАХ ЗБРОЙНОГО КОНФЛІКТУ

У статті проаналізовано сутність та функціональне призначення інституційно-правового механізму захисту прав дитини в умовах збройного конфлікту. Визначено його багаторівневу структуру, що включає міжнародні та національні інституції, а також роль громадського сектора. Здійснено огляд ключових напрямів діяльності, спрямованих на мінімізацію ризиків, реагування на грубі порушення та відновлення фундаментальних прав дітей в умовах збройного конфлікту.

Ключові слова: інституційний механізм, права дитини, збройний конфлікт, міжнародне гуманітарне право, захист.

The article analyzes the essence and functional purpose of the institutional and legal mechanism for the protection of children's rights in the conditions of an armed conflict. Its multi-level structure, which includes international and national institutions, as well as the role of the public sector, is defined. An overview of the key areas of activity aimed at minimizing risks, responding to gross violations and restoring the fundamental rights of children in armed conflict conditions was carried out.

Key words: institutional mechanism, child rights, armed conflict, international humanitarian law, protection

Діти потребують особливого та пріоритетного захисту в ході збройного конфлікту через їхню високу вразливість та фізіологічну і психологічну незрілість, яка унеможливорює самостійне усвідомлене протистояння загрозам і здатність захистити свої права. Адже, на відміну від дорослих, діти є більш схильними до прямих фізичних травм, стають жертвами цілеспрямованих нападів на цивільні об'єкти, а також зазнають незворотних психосоціальних наслідків від пережитого насильства, втрати батьків чи опікунів, примусового переміщення та розлучення з сім'єю. Крім того, вони є об'єктами «шести серйозних порушень» (визначених ООН у таких резолюціях, як Резолюція РБ ООН 1261 (1999 р.) Резолюція РБ ООН 1612 (2005 р.), Резолюції РБ ООН 1882 (2009 р.), 1998 (2011 р.) та 2225 (2015 р.)) до яких відноситься вбивство, каліцтво, вербування дітей до збройних сил супротивника й використання їх у бойових діях, зґвалтування та інші форми сексуального насильства, викрадення, напади на лікарні і школи, відмова в доступі до гуманітарної допомоги [5], що вимагає застосування спеціалізованих норм міжнародного гуманітарного права та прав людини для забезпечення їхнього права на життя, розвиток та гідність,

як це закріплено у Конвенції ООН про права дитини та Додаткових протоколах до Женевських конвенцій. Так, за даними веб-порталу «Діти війни» станом на жовтень 2025 р. в наслідок російсько-української війни 661 дитина загинула, 2205 дітей зазнали поранення, 2228 дітей зникли, 20 дітей постраждали від сексуального насильства, 19546 дітей було примусово депортовано та/або переміщено [2].

Інституційно-правовий механізм захисту прав дитини в умовах збройного конфлікту визначається як багаторівнева, інтегрована система взаємодії спеціалізованих суб'єктів, нормативно-правових приписів та операційних протоколів. Даний механізм функціонально спрямований на забезпечення комплексу заходів превентивного, реактивного та реституційного характеру, що забезпечують мінімізацію ризиків, усунення наслідків порушень і відновлення базових прав дітей, які зазнали впливу збройних конфліктів. Критична важливість ефективного функціонування цього механізму детермінована високим рівнем уразливості дитячого контингенту в контексті збройного конфлікту, адже, діти, згідно з міжнародним гуманітарним правом та доктриною захисту прав людини, є суб'єктами, які найбільше піддаються ризикам фізичного, психологічного та соціального травмування, а також депривації їх фундаментальних прав, включаючи право на життя, освіту, медичну допомогу та сімейне середовище.

На міжнародному рівні ключову роль у формуванні стандартів і контролі за їх дотриманням відіграє структурні підрозділи Організації Об'єднаних Націй, зокрема Дитячий фонд ООН (ЮНІСЕФ), Управління Верховного комісара ООН з прав людини, Комітет ООН з прав дитини та Спеціальний представник Генерального секретаря ООН з питань дітей і збройних конфліктів. Зокрема, Комітет з прав дитини ООН, орган, що контролює виконання Конвенції про права дитини (1989 р.), висловив глибоку стурбованість та рішуче засудження військової агресії російської федерації проти України, підкреслюючи, що ці дії призводять до грубих порушень прав українських дітей, включаючи їхню загибель, поранення, розлучення з сім'ями та руйнування критичної цивільної інфраструктури. Комітет з прав дитини ООН наголошує, що військове вторгнення порушує Статут ООН та основні принципи міжнародного гуманітарного права, які гарантують дітям право на життя, виживання, розвиток і захист від насильства, вимагає від російської федерації негайно припинити агресію та забезпечити найвищий пріоритет захисту прав дитини [4].

Національний інституційний механізм захисту прав дитини в умовах збройного конфлікту функціонує як багаторівнева державна система, що поєднує контрольні, виконавчі та юрисдикційні функції. Ключову роль у забезпеченні дотримання прав дітей відіграє Уповноважений Верховної Ради України з прав людини (Омбудсман), який реалізовує незалежний парламентський контроль та моніторинг стану реалізації прав дитини в державі, а також здійснює оперативний розгляд індивідуальних скарг.

Виконавча гілка влади представлена центральними органами виконавчої влади (наприклад, Міністерством соціальної політики, сім'ї та єдності України, Міністерством охорони здоров'я України, Міністерством освіти і науки України), які відповідають за галузеве забезпечення потреб дітей та формують правове і організаційне поле для реагування на виклики, спричинені військовою агресією РФ проти України.

На рівні безпосереднього надання допомоги дітям функціонують служби у справах дітей, які є основою соціальної роботи на місцях, адже, їхня діяльність критично важлива для ідентифікації дітей, які опинилися у складних життєвих обставинах внаслідок збройного конфлікту, та для негайного забезпечення правового захисту сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування. Доповнюють цей механізм правоохоронні органи і судова система, які виконують функцію юридичної реституції та притягнення до відповідальності. Вони забезпечують розслідування воєнних злочинів проти дітей, притягнення винних осіб до кримінальної відповідальності та відновлення порушених майнових і немайнових прав дітей через відповідні судові процедури. Таким чином, національні інституції створюють інтегрований цикл захисту – від моніторингу та соціальної допомоги до правосуддя і відновлення прав дітей.

Роль неурядових міжнародних організацій та національних громадських організацій в інституційному механізмі захисту прав дитини в умовах збройного конфлікту є критично важливою допоміжною функцією, оскільки громадські структури забезпечують гнучке, швидке та безпосереднє реагування на місцях, ефективно заповнюючи прогалини в сферах, де державні або міжурядові інституції мають обмежений доступ чи ресурси. Узагальнений функціонал громадського сектора охоплює пряме надання гуманітарних послуг (включно з невідкладною допомогою, психосоціальною підтримкою і організацією мобільного навчання), моніторинг та документування порушень прав дитини для механізмів відповідальності, а також адвокацію та лобіювання інтересів постраждалих дітей на різних рівнях, включно з питаннями реінтеграції та возз'єднання сімей. Зокрема, на міжнародному рівні, неурядові міжнародні організації відіграють роль експертних суб'єктів, здатних оперативно мобілізувати значні ресурси та спеціалізований персонал у зонах високого ризику. Організації, як-от Save the Children, концентруються на створенні безпечних освітніх просторів та наданні психосоціальної підтримки для забезпечення безперервності розвитку дітей. Наприклад, «з 24 лютого 2022 Save the Children в Україні підтримали гуманітарною допомогою та основними послугами 802 546 людей, з них 436 529 – діти» [1]. Medecins Sans Frontières надає невідкладну медичну та хірургічну допомогу, доповнену психіатричним супроводом для лікування травматичних наслідків бойових дій. У сфері правосуддя, організації Human Rights Watch та Amnesty International здійснюють документування воєнних злочинів жертвами яких є діти, публікуючи детальні верифіковані звіти, які слугують доказовою

базою для міжнародних судових та моніторингових механізмів, посилюючи міжнародний тиск на агресора.

Національні громадські організації та благодійні фонди відзначаються глибоким розумінням місцевого контексту та потреб громади, що забезпечує високу ефективність їхніх діяльності в сфері захисту прав дитини. Наприклад, український фонд комплексної психологічної допомоги дітям, які зазнали впливу війни «Голоси дітей» здійснює пряму кризову допомогу, що включає евакуацію, надання притулку та роботу мобільних бригад психологів у безпосередній близькості до зон конфлікту [3]. Правозахисні організації (наприклад, «Центр прав людини ZMINA») зосереджені на документуванні специфічних порушень, зокрема фактів викрадення та примусової депортації українських дітей на територію росії, сприяючи формуванню доказової бази для міжнародного переслідування і забезпечуючи підтримку процесів повернення дітей та возз'єднання сімей. Волонтерські ініціативи, у свою чергу, забезпечують оперативну доставку життєво необхідних товарів та обладнання в найбільш уразливі прифронтові громади.

Таким чином, інституційно-правовий механізм захисту прав дитини в умовах збройного конфлікту являє собою багаторівневу, інтегровану систему, необхідність якої детермінована високою вразливістю дитячого контингенту та масштабами грубих порушень їхніх прав в ході збройного конфлікту, що підтверджується трагічною статистикою російсько-української війни. Ефективність цього механізму забезпечується синергією міжнародних суб'єктів, національних інституцій та громадського сектора. Функціонально інституційно-правовий механізм захисту прав дитини в умовах збройного конфлікту спрямований на забезпечення комплексу заходів превентивного, реактивного та реституційного характеру захисту прав дітей, головною метою яких є мінімізація ризиків, усунення наслідків порушень та відновлення фундаментальних прав дітей відповідно до принципів міжнародного гуманітарного права та найкращих інтересів дитини.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Save the Children. Українська мережа за права дитини. URL: <https://childrights.org.ua/members/save-the-children/> (дата звернення: 14.09.25)
2. Діти війни. URL: <https://childrenofwar.gov.ua/> (дата звернення: 12.09.25)
3. Жодна дитина не має залишитись наодинці з війною. Голоси дітей. URL: <https://voices.org.ua/> (дата звернення: 13.09.25)
4. Заява Комітету ООН з прав дитини. Офіційний вебпортал парламенту України. URL: <https://www.rada.gov.ua/news/razom/220346.html> (дата звернення: 11.09.25)
5. Лубінець Д. Грубі порушення прав людини внаслідок збройної агресії проти України: загальний огляд. URL: <https://ombudsman.gov.ua/childrenofwar-2023/hrubi-porushennia-prav-dytyny-vnaslidok-zbroinoi-ahresii-proty-ukrainy-zahalnyi-ohliad> (дата звернення: 18.09.25)

Науковий керівник кандидатка юридичних наук, доцентка Гавловська А.О.

НОРМАТИВНО-ПРАВОВЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ГЕНДЕРНОЇ РІВНОСТІ ТА ПРАВ ЖІНОК У ПОСТКОНФЛІКТНИЙ ПЕРІОД

У статті проаналізовано нормативно-правові механізми забезпечення гендерної рівності та прав жінок у постконфліктний період. Здійснено узагальнення міжнародних і національних підходів до формування ефективної системи правового регулювання, спрямованої на подолання дискримінації та забезпечення рівних можливостей для жінок у процесах відновлення суспільства після збройних конфліктів. Проаналізовано, що основні напрями реалізації політики розширення прав і можливостей жінок у сфері безпеки, економіки та політичного представництва. Обґрунтовано, що забезпечення гендерної рівності є необхідною умовою сталого миру, демократичного розвитку та зміцнення прав людини у постконфліктному суспільстві.

Ключові слова: гендерна рівність, права жінок, постконфліктний період, нормативно-правове забезпечення.

The article analyzes regulatory and legal mechanisms for ensuring gender equality and women's rights in the post-conflict period. A generalization of international and national approaches to the formation of an effective system of legal regulation, aimed at overcoming discrimination and ensuring equal opportunities for women in the process of rebuilding society after armed conflicts, has been carried out. It has been analyzed that the main directions of implementation of the policy of empowering women in the sphere of security, economy and political representation. It is substantiated that ensuring gender equality is a necessary condition for sustainable peace, democratic development and strengthening of human rights in a post-conflict society.

Key words: gender equality, women's rights, post-conflict period, regulatory and legal support.

Збройні конфлікти та військові дії справляють деструктивний та диспропорційний вплив на жінок та дівчат, що призводить до поглиблення існуючої структурної гендерної нерівності та генерації нових загроз їхнім правам і безпеці. Відповідно до аналітичного висновку UN Women «Оперативний гендерний аналіз ситуації України: огляд вторинних даних» гендерна ситуація в умовах збройного конфлікту в Україні характеризується значним посиленням уже наявних форм нерівності та дискримінації, адже, російсько-українська війна спричинила трансформацію соціальних ролей, де жінки, поряд із виконанням традиційних функцій «берегині сімейного вогнища», масово залучаються до волонтерської, гуманітарної та військової діяльності, однак залишаються недостатньо представленими у процесах

прийняття рішень, політичній сфері та сфері забезпечення національної безпеки і державного університету. Водночас саме вони несуть основний тягар кризових наслідків – внутрішнього переміщення, втрати джерел доходу, обмеженого доступу до медичних і соціальних послуг та ін. [3]. Ситуація ускладнюється підвищеними ризиками гендерно зумовленого насильства, сексуальної експлуатації, торгівлі людьми, а також фемінізацією бідності, що особливо вражає жінок похилого віку, самотніх матерів та осіб з інвалідністю (наприклад, протягом 2024 р. 85 % повідомлень щодо домашнього насильства надійшли саме від постраждалих жінок [1]). У таких умовах забезпечення гендерної рівності стає критичним чинником не лише для захисту прав людини, а й для ефективного гуманітарного реагування та сталого відновлення країни у постконфліктний період.

Постконфліктний етап детермінується як критичний проміжок можливостей для формування основи довгострокового миру, стабільності та сталого розвитку. З огляду на це, інтеграція гендерної рівності і забезпечення прав жінок на цьому етапі є імперативом соціальної справедливості та, водночас, необхідною стратегічною передумовою для ефективності відновлювальних програм, запобігання рецидивам конфлікту і побудови інклюзивного соціального середовища.

Нормативно-правове забезпечення гендерної рівності ґрунтується на таких провідних міжнародно-правових актах, як: Статут ООН (1945р.), Загальна декларація з прав людини (1948 р.), Конвенція Організації об'єднаних націй про ліквідацію всіх форм дискримінації щодо жінок (1979 р.) та Факультативний протокол до неї (1999 р.), Пекінська декларація та Платформа дій (1995 р.), Декларація тисячоліття ООН (2000 р.), Цілі сталого розвитку ООН до 2030 року, визначені резолюцією Генеральної Асамблеї ООН від 25 вересня 2015 р. № 70/1, Резолюція Ради Безпеки ООН 1325 «Жінки, мир, безпека» (2000 р.), Статут Міжнародного суду та ін. Узагальнене значення зауважених вище міжнародно-правових актів у контексті забезпечення гендерної рівності та прав жінок у постконфліктний період полягає у створенні обов'язкової та універсальної міжнародної архітектури, яка трансформує відновлення з простого повернення до довоєнного стану на шлях інклюзивного та справедливого миру, який ґрунтується в т.ч. на гендерній рівності. Зауважимо, що дані міжнародно-правові акти забезпечують подвійний імператив: 1) гарантують захист жінок і дівчат від посиленого насильства та дискримінації після конфлікту; 2) вимагають повноцінної, змістовної участі жінок в усіх аспектах суспільного життя. Отже, міжнародно-правові акти слугують правовим інструментом тиску на держави, зобов'язуючи їх інтегрувати гендерний вимір у політику постконфліктного відновлення, забезпечуючи, щоб мир і безпека були сталими та базувалися на принципах гендерної рівності.

На національному рівні провідними нормативно-правовими актами, які сприяють досягненню гендерної рівності є Закон України «Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків», Закон України

«Про засади запобігання та протидії дискримінації в Україні», Указ Президента України від 30.09.2019 р. № 722 «Про Цілі сталого розвитку України на період до 2030 року», Розпорядження Кабінету Міністрів України від 02.05.2025 р. № 439-р «Деякі питання реалізації Державної стратегії забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків на період до 2030 року» та ін. Сукупність національних нормативно-правових актів у контексті забезпечення гендерної рівності та прав жінок, в т.ч. у постконфліктний період, має ключове значення для трансформації міжнародних зобов'язань у конкретну державну практику. Внутрішня правова база створює обов'язковий юридичний механізм, який формально закріплює принцип рівності, забороняє дискримінацію та слугує основою для відновлення верховенства права і соціальної справедливості в незалежності від гендеру. Найважливіше, що ці акти забезпечують стратегічне планування (через ухвалення відповідних стратегій та цільових програм), що дозволяє уряду інтегрувати гендерний вимір у всі аспекти майбутнього постконфліктного відновлення – від економічної реінтеграції та соціального захисту до безпекового сектору. Таким чином, національне законодавство гарантує, що відновлення буде системним, цілеспрямованим і орієнтованим на справжнє розширення прав і можливостей жінок. Отже, забезпечення гендерної рівності через національне законодавство є не лише моральним імперативом чи правовим зобов'язанням, а й стратегічною передумовою для досягнення і підтримання стійкого, інклюзивного та довготривалого миру у майбутньому.

В Україні у 2025 р. було створено пілотний розрахунок індексу гендерної рівності відповідно до методології Європейського інституту гендерної рівності, що має фундаментальне багатоаспектне значення для України у контексті її євроінтеграційного курсу та внутрішньодержавних трансформацій. Оскільки, Індекс гендерної рівності в Україні слугує уніфікованим інструментом компаративного аналізу, який дає змогу оцінювати становище жінок і чоловіків, використовуючи спільну з ЄС методологію, забезпечує валідацію національних даних та політик відповідно до найвищих європейських стандартів, що є критично важливим для гармонізації національної політики та права з *acquis communautaire* ЄС [2]. Показники Індeksu виступають як ключові індикатори ефективності при розробці та оцінці національних стратегічних документів і планів дій. Оскільки Індекс відображає пріоритети внутрішньої та зовнішньої гендерної політики ЄС (зокрема, Стратегії гендерної рівності), він забезпечує стратегічну відповідність національних зусиль європейським цілям, які включають викорінення гендерно зумовленого насильства, боротьбу зі стереотипами та досягнення балансу в прийнятті рішень. Індекс виконує функцію політичного бенчмаркінгу, чітко фіксуючи поточний рівень прогресу України (61,4 бали) відносно середнього показника ЄС (71 бал) і підкреслює, що розрив створює політичний стимул для прискорення системної політики у сфері гендерної рівності, спрямованої на

усунення гендерного розриву в оплаті праці і пенсій, та активізацію зусиль для досягнення європейського ідеалу рівних прав і можливостей [2].

Отже, забезпечення гендерної рівності та прав жінок у постконфліктний період вимагає не просто реставрації, а трансформаційних змін соціальних, політичних та економічних структур, що є довгостроковим процесом, який детермінує наявність політичної волі, достатнього фінансового забезпечення та ефективної співпраці між державними інституціями, громадянським суспільством і міжнародною спільнотою. Сукупність міжнародних та національних нормативно-правових актів у контексті забезпечення гендерної рівності та прав жінок у постконфліктний період гарантує, що процеси постконфліктного відновлення набувають системного та цілеспрямованого характеру, виходячи за рамки ситуативного реагування. Ключовим результатом є орієнтація на справжнє розширення прав і можливостей жінок (women's empowerment), що передбачає їхню змістовну участь у політичному житті, економічному відродженні та секторі безпеки. Зокрема, у сфері реформи сектору безпеки це вимагає інституціоналізації спеціалізованих судових та поліцейських підрозділів для ефективного розслідування гендерно зумовленого насильства, впровадження національних механізмів транзитного правосуддя для подолання безкарності та забезпечення політики нульової толерантності й паритетного гендерного представництва у збройних силах і правоохоронних органах. На рівні політичної участі та побудови сталого миру стратегія передбачає застосування тимчасових спеціальних заходів (квотування) для гарантування паритетного представництва жінок у владних структурах і національних діалогових процесах, інституційну підтримку жіночих миротворчих мереж та належну реалізацію Національних планів дій відповідно до Резолюції Ради Безпеки ООН 1325 «Жінки, мир, безпека». Паралельно, соціально-економічне відновлення зосереджується на забезпеченні пріоритетного державного фінансування програм економічного розширення прав і можливостей, а також створенні доступних та комплексних соціальних послуг для постраждалих осіб з урахування гендерних особливостей, що спільно забезпечує основу для стійкого та інклюзивного постконфліктного розвитку суспільства.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гордійчук І. Майже 70% звернень про сексуальне насильство під час війни надійшли від чоловіків. ГЛАВКОМ. URL: <https://glavcom.ua/country/criminal/majzhe-70-zvernen-pro-seksualne-nasilstvo-pid-chas-vijni-nadijshli-vid-cholovikiv-1064068.html> (дата звернення: 11.09.25)
2. Індекс гендерної рівності в Україні. URL: https://uwf.org.ua/wp-content/uploads/2025/03/gender_index_ukr_web.pdf (дата звернення: 14.09.25)
3. Оперативний гендерний аналіз ситуації в Україні: огляд вторинних даних: 29 березня 2022р. UNWomen_BR. URL: https://eca.unwomen.org/sites/default/files/2022-05/UNWomen_BRIEF_A4_2022_UKR-1.pdf (дата звернення: 18.09.25)

Науковий керівник кандидатка юридичних наук, доцентка Гавловська А.О.

РОЛЬ НЕФОРМАЛЬНОЇ ОСВІТИ У ПОДОЛАННІ ПРАВОВОГО НІГІЛІЗМУ

У статті проаналізовано феномен правового нігілізму як системного соціально-правового явища, що перешкоджає становленню правової держави. Виконано теоретичне узагальнення сутності та форм прояву правового нігілізму, здійснено характеристику його ключових причин і чинників. Визначено роль неформальної освіти як ефективного інструменту формування правової культури, інтерналізації правових цінностей і зміцнення довіри до правових інститутів. Обґрунтовано доцільність інтеграції неформальної освіти у систему правового виховання для подолання деформацій правосвідомості та підвищення рівня громадянської активності.

Ключові слова: правовий нігілізм, правосвідомість, правова культура, неформальна освіта, правове виховання, громадянська активність.

The article analyzes the phenomenon of legal nihilism as a systemic socio-legal phenomenon that prevents the establishment of a legal state. A theoretical generalization of the essence and forms of manifestation of legal nihilism was carried out, and a characterization of its key causes and factors was carried out. The role of informal education as an effective tool for forming legal culture, internalizing legal values and strengthening trust in legal institutions is defined. The expediency of integrating non-formal education into the system of legal education in order to overcome deformations of legal awareness and increase the level of civic activity is substantiated.

Key words: legal nihilism, legal awareness, legal culture, non-formal education, legal upbringing, civic activism.

Проблема правового нігілізму позиціонується як системне соціально-правове явище, що справляє деструктивний вплив на інституційні процеси становлення правової держави та імплементації принципу верховенства права в Україні. Сутнісно нігілізм визначається диспозицією зневажливого або скептичного ставлення до нормативно-правового регулювання, делегітимацією його регулятивної, охоронної та відновлювальної функцій, а також алієнацією суб'єктів права від правових інститутів. Емпірично він маніфестується у свідомому або латентному порушенні правових норм, у формально-відчуженому сприйнятті законодавства як зовнішнього імперативу, що не корелює з особистісними цінностями, та у високому рівні недовіри до органів судової та правоохоронної системи. Зазначена деформація правосвідомості не тільки ускладнює ефективну реалізацію

приписів права, але й каталізує деструкцію суспільних відносин, послаблення правопорядку та зниження показників громадянської активності й правової відповідальності.

Причини поширення правового нігілізму є багатofакторними, зокрема, до них належать історичні умови функціонування державної влади, періоди правового волонтаризму та ідеологізації законодавства, недовіра до органів правосуддя, соціально-економічна нестабільність, низький рівень правової культури населення та обмеженість можливостей для якісної правової освіти в межах загальної класичної освіти. Відсутність сталих традицій правового виховання, недостатня ефективність державних програм у сфері правопросвітництва та слабка інтеграція правових знань у систему загальної й професійної освіти призводять до того, що значна частина громадян залишається поза сферою усвідомленого правового мислення. На думку Д.Стрілка основними причинами та передумовами правового нігілізму є: правовий ідеалізм (переоцінка ролі права, що призводить до розчарування), низький рівень культури правозастосування, недоліки законодавчої техніки, політичний радикалізм/популізм, соціально-економічну нестабільність та романтизація злочинного світу в мистецтві [4, с. 218].

Як слушно підкреслюють С.Петков та П.Пащенко «невід’ємною рисою сучасного українського життя є правовий нігілізм, проблема його подолання стає все більш актуальною на сьогодні, адже не може йти мова про правову державу в тому суспільстві, де ігноруються права та свободи людини і громадянина, де право не належить до першорядних суспільних цінностей» [1, с. 46]. У цьому контексті актуалізується питання пошуку нових підходів до підвищення рівня правової культури, серед яких особливу роль відіграє неформальна освіта, адже саме вона здатна компенсувати недоліки традиційних освітніх моделей, забезпечуючи гнучкі, доступні та практично орієнтовані форми навчання.

У ст. 8 Закону України «Про освіту» визначається, що «Неформальна освіта – це освіта, яка здобувається, як правило, за освітніми програмами та не передбачає присудження визнаних державою освітніх кваліфікацій за рівнями освіти, але може завершуватися присвоєнням професійних та/або присудженням часткових освітніх кваліфікацій» [2]. У науковій думці підкреслюється, що неформальна освіта – це гнучкий, добровільний, несистематичний процес набуття знань і навичок поза межами традиційних освітніх закладів (через тренінги, курси чи індивідуальні заняття), який орієнтований на практичні цілі, не має жорстких обмежень та активно використовує інноваційні методики, але зазвичай не передбачає присудження офіційних кваліфікацій [3, с.230].

Ефективність неформальної освіти у зниженні проявів правового нігілізму детермінована комплексом взаємопов’язаних механізмів, зокрема, освітній процес у сфері неформальної освіти акцентується не на репродуктивному вивченні нормативно-правових актів, а на усвідомленні

ролі права як фундаментального інструменту забезпечення соціального порядку, гарантування і захисту прав та свобод людини та громадянина. Наприклад, шляхом застосування інтерактивних методик (обговорення юридичних кейсів, моделювання ситуацій та фасилітованого діалогу), відбувається інтерналізація та прийняття на особистісному, ціннісному рівні засадничих категорій законності, справедливості і верховенства права. Також, неформальна освіта забезпечує набуття компетентностей щодо функціонального використання права у щоденній життєдіяльності. До цього спектру належать навички правового самозахисту (зокрема, здатність скласти скарги, ефективно звертатися до судових інстанцій та користуватися безоплатною правовою допомогою), компетентності у сфері медіації та несилового вирішення конфліктів, а також цифрова правова грамотність (розуміння механізмів захисту персональних даних і авторського права в електронному просторі).

Крім того, неформальна освіта відіграє ключову роль у створенні та зміцненні довіри до правових інститутів, адже використання неформальних освітніх форматів, як-от зустрічі з представниками судової, прокурорської та правоохоронної систем у нейтральному середовищі, сприяє демістифікації діяльності державних органів. Таке пряме спілкування зменшує алієнацію громадян від системи, підвищує рівень довіри та демонструє транспарентність функціонування правового механізму, що є критично важливим для протидії нігілізму, який, навпаки, корениться у підозрі та відчуженості до права.

Для забезпечення максимальної ефективності неформальна освіта імплементує низку інтерактивних, партисипативних методів навчання, які сприяють глибокому засвоєнню правових знань та формуванню практичних навичок. На нашу думку, ключові форми неформальної освіти включають: 1) проведення тренінгів з прав людини, які фокусуються на вивченні та застосуванні міжнародних і національних стандартів захисту прав особистості; 2) організацію публічних дискусій та тематичних платформ, що стимулюють відкритий діалог щодо критичних проблем законності, протидії корупції та верховенства права; 3) використання рольових ігор та судових симуляцій (Moot Courts), що дозволяє учасникам безпосередньо «прожити» правові ситуації, сприяючи кращому розумінню процесуальних аспектів та позицій сторін у суперечці; 4) ініціювання громадських проєктів та моніторингових кампаній (наприклад, спостереження за виборами або оцінка якості адміністративних послуг), що трансформує громадян із пасивних спостерігачів на активних суб'єктів правового процесу; 5) застосування цифрових освітніх інструментів, таких як масові відкриті онлайн-курси (MOOCs) та спеціалізовані правові блоги, що забезпечує сучасний і широкий доступ до необхідної правової інформації.

Отже, правовий нігілізм є системною деформацією правосвідомості з багатофакторними причинами, що суттєво перешкоджає становленню правової держави в Україні через знецінення права та глибоку недовіру

громадян до інститутів правосуддя. У цьому контексті неформальна освіта виступає критично важливим механізмом подолання нігілізму, оскільки, на відміну від формальних моделей, вона через інтерактивні та партисипативні методи акцентується на інтерналізації цінностей законності, розвитку практичних правових компетентностей та сприяє зміцненню довіри до правоохоронної і судової систем, трансформуючи громадян із пасивних об'єктів на активних суб'єктів правовідносин.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Петков С.В., Пащенко П.М. Правовий нігілізм як головний чинник гальмування демократичних перетворень усіх сферах суспільного життя. *Юридичний науковий журнал*. №2/2023.С. 44-47. (дата звернення: 12.09.25)
2. Про освіту: Закон України від 05.09.2017 р. № 2145-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/card/2145-19/find?text=%ED%E5%F4%EE%F0%EC%E0> (дата звернення: 04.09.25)
3. Савельєв Є.В. Неформальна освіта як інструмент розвитку додаткових можливостей молоді. *Вчені записки Університету «КРОК»* №1(61), 2021. С. 228-232. URL: <https://snku.krok.edu.ua/index.php/vcheni-zapiski-universitetu-krok/article/view/394/422> (дата звернення: 11.09.25)
4. Стрілко Д. Правовий нігілізм та шляхи його подолання в сучасних умовах. *Підприємство, господарство і право*. № 3/2021.С.216-220. URL: <http://pgp-journal.kiev.ua/archive/2021/3/36.pdf> (дата звернення: 14.09.25)

Науковий керівник кандидатка юридичних наук, доцентка Гавловська А.О.

**ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
ТА СПОРТУ**

ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ ТРЕНІНГ ЯК ЗАСІБ УДОСКОНАЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ

У статті розглянуто роль психоемоційного тренінгу у підвищенні психологічної підготовленості футболістів. Проаналізовано особливості психоемоційних станів спортсменів, наведено результати експерименту з аматорською футбольною командою. Доведено ефективність авторської програми тренінгу у зниженні тривожності, розвитку концентрації уваги та мотивації.

Ключові слова: футбол, психоемоційний тренінг, психологічна підготовленість, тривожність, мотивація.

The article examines the role of psycho-emotional training in improving football players' psychological preparedness. The peculiarities of athletes' psycho-emotional states are analyzed, and the results of an experimental program with an amateur football team are presented. The effectiveness of the author's program in reducing anxiety, improving concentration and motivation is proven.

Key words: football, psycho-emotional training, psychological preparedness, anxiety, motivation.

Постановка проблеми. Сучасний футбол характеризується високим рівнем стресових та емоційних навантажень. Досягнення успіху залежить не лише від фізичної та техніко-тактичної підготовки, але й від психологічної стійкості спортсменів. Уміння контролювати емоції, долати тривожність та підтримувати високий рівень мотивації є ключовими чинниками перемоги. Саме тому актуальним постає питання впровадження психоемоційних тренінгів у систему підготовки футболістів, що сприятиме формуванню стійкості до стресів та підвищенню ефективності гри.

Аналіз останніх досліджень. Проблема психологічної підготовки спортсменів розглядається у працях багатьох дослідників. Так, Байрачний О.В. [1] наголошує на значенні системної психологічної підготовки до змагальної діяльності. Дутчак М.В. [2] у своїй роботі підкреслює важливість комплексного підходу у підготовці футболістів, де психологічний компонент є невід'ємною складовою. Бондаренко Ю. [3] розглядає психологію спорту як галузь, що формує у спортсменів здатність адаптуватися до різних умов та впливати на власний психоемоційний стан. Клименко В.В. [4] зазначає, що формування стресостійкості та розвиток волевих якостей є ключовими завданнями у спорті вищих досягнень. У низці статей Байрачного О.В. та співавторів [6–9] висвітлено роль комунікаційних процесів у тренерській діяльності, особливості організації тренувального процесу та актуальні проблеми сучасного футболу. Проте

питання комплексного застосування психоемоційних тренінгів для аматорських команд залишається недостатньо дослідженим.

Мета статті – обґрунтувати ефективність психоемоційного тренінгу як засобу удосконалення психологічної підготовки футболістів та перевірити дієвість авторської програми у практичних умовах.

Результати дослідження та їх обговорення. Психологічна підготовленість футболістів включає мотиваційну, емоційно-вольову, когнітивну та соціально-комунікативну компоненти. З метою удосконалення цих компонентів було розроблено програму психоемоційного тренінгу, яка складалася з 10 занять протягом двох тижнів. Структура тренінгу включала три основні етапи:

1) Підготовчий етап – формування довіри у групі, пояснення мети занять, первинна діагностика психоемоційного стану;

2) Основний етап – проведення вправ на релаксацію, дихальні техніки, візуалізацію ігрових ситуацій, аутогенне тренування, командні ігри на розвиток взаємодії;

3) Заключний етап – аналіз відчуттів, підбиття підсумків, формування індивідуальних стратегій подолання стресових ситуацій.

Дослідження проводилося на базі аматорської команди «Цукровик» (Ново-Іванівка), у якій брали участь 18 футболістів віком від 18 до 23 років. Гравців було розподілено на експериментальну та контрольну групи. У контрольній групі тренувальний процес відбувався за стандартною програмою, тоді як експериментальна група додатково брала участь у психоемоційному тренінгу.

Результати експерименту показали, що у футболістів експериментальної групи після впровадження програми:

- рівень ситуативної тривожності знизився на 18 %;
- концентрація уваги зросла на 15 %;
- внутрішня мотивація підвищилася на 10 %;
- ігрові показники (точність передач, ефективність у єдиноборствах) збільшилися на 7–9 %.

Таким чином, психоемоційний тренінг сприяв не лише покращенню психологічного стану футболістів, а й мав безпосередній вплив на їхню спортивну результативність.

Висновки. Отримані результати свідчать, що розроблена програма психоемоційного тренінгу позитивно впливає на психологічну готовність футболістів. Вона дозволяє знизити рівень тривожності, підвищити концентрацію уваги, сформувати внутрішню мотивацію та забезпечити кращу командну взаємодію. Ефективність програми підтверджується статистично значущими змінами у психоемоційних показниках та покращенням ігрової діяльності.

Перспективи подальших досліджень. У майбутньому доцільно дослідити ефективність психоемоційних тренінгів у різних вікових групах футболістів, а також у професійних клубах. Перспективним напрямком є

розробка індивідуальних програм психоемоційного супроводу спортсменів, використання сучасних цифрових технологій (мобільних додатків, віртуальної реальності) для підвищення ефективності тренінгу.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Байрачний О.В. Психологічна підготовка спортсменів до змагальної діяльності. – Київ: НУФВСУ, 2021. – 212 с.
2. Дутчак М.В. Теорія і методика підготовки спортсменів у футболі. – Київ: Олімпійська література, 2018. – 320 с.
3. Бондаренко Ю. Психологія спорту: навчальний посібник. – Харків: ХНПУ, 2020. – 276 с.
4. Клименко В.В. Психологія спорту: Навч. посіб. – К.: МАУП, 2006. – 432 с.
5. Байрачний О.В., Зора К.П., Іванов. Організація та проведення настанов у футбольних командах різної кваліфікації: психологічний аспект // Науковий часопис Серія 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури /Фізична культура і спорт/». – НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2018. – Вип. 12(106)17. – С.14-18.
6. Байрачний О.В. Психолого-педагогічні аспекти комунікаційних процесів у системі «тренер – юний спортсмен – батьки» (на прикладі футболу) // Збірник наукових праць «Фізична культура, спорт та здоров'я нації». – Вінниця, 2018. – С.142-148.
7. Байрачний О.В. Особливості спортивної діяльності футболіста, як один з детермінуючих факторів успішної тренерської діяльності // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. – Чернігів, 2015. – Вип. 129. – Т. 2. – С.90-94.
8. Байрачний О.В., Ніколаєнко В.В. Особливості розвитку футболу на сучасному етапі // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2012. – №3. – С.18–20.

Науковий керівник докторка наук з фізичного виховання та спорту,
 професорка Задорожна О.Р.

УДК 796.012.1

Бас А.І.

ДИНАМІКА ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ОСІБ ЗРІЛОГО ВІКУ ПІД ВПЛИВОМ ЗАНЯТЬ З ВИКОРИСТАННЯМ ТРЕНАЖЕРНИХ ПРИСТРОЇВ

У статті розглядаються питання вивчення динаміки показників фізичного розвитку осіб зрілого віку під впливом занять з використанням тренажерних пристроїв.

Ключові слова: фізичний розвиток, особи зрілого віку, тренажерні пристрої.

The article deals with the study of the dynamics of indicators of physical development of mature individuals under the influence of training using training devices.

Keywords: physical development, mature individuals, training devices.

Сьогоднішня економічно-політична ситуація в нашій країні не сприяє створенню належних умов щодо дотримання здорового способу життя, а також досягнення суспільством необхідного рівня фізичної активності. Створення якісних умов життя, збереження і здоров'я людей дорослого віку відіграє велике значення, з метою реалізації ними свого трудового й життєвого досвіду на розбудову нашої країни. Звідси і зростають вимоги до належного фізичного розвитку й стану працездатного населення, а також з появою всеохоплюючої гіпокінезії, шкідливими звичками та негативними факторами навколишнього середовища є значним ризиком появи та розвитку багатьох захворювань на тлі зниження фізичної працездатності.

Вченими в області фітнесу, оздоровчої фізичної культури, атлетизму наголошуються тези, що регулярні із адекватними навантаженням під час занять фізичними вправами, здатні розширювати функціональні й адаптивні резерви організму людей зрілого віку [].

Вивчення даного питання є особливо актуальним в організації занять фізичними вправами та підвищення кількості рухової активності у осіб зрілого віку. У поєднанні із іншими критеріями здорового способу життя, і є важливим значенням у включенні даної категорії населення до повсякденних занять фізичними вправами й спортом.

Застосування різних тренажерних пристроїв у практиці силового чи оздоровчого фітнесу сприяють ефективному впливу на функціональний стан організму людини, фізичний розвиток, дозволяють корегувати й підвищувати резервні можливості організму.

Систематичне застосування фізичних навантажень із застосуванням силових тренажерів сприяють вдосконаленню компонентів маси тіла, промащенню фізичного розвитку та фізичного стану, самопочуття осіб зрілого віку, зміцнюють функціональні системи нашого організму.

У нинішній час сфера надання послуг оздоровчої спрямованості та фізкультурно-спортивного характеру сприяє появі і застосуванню тренажерних пристроїв, розробці на основі їх різних авторських програм за для забезпечення ефективного впливу на організм дорослої людини, що є основою для подальшого вивчення і мати наукове обґрунтування та набуття практичного досвіду.

Мета роботи: проаналізувати зміни у фізичному розвитку дорослого населення при застосуванні засобів силового тренування з використанням тренажерних пристроїв.

Експериментальне дослідження проводилося на базі силового фітнес-клубу «Атлант» з квітня до вересня 2024 року включно. У обстеженні прийняли участь 28 осіб віком 32-40 років, які тренувалися у тренажерній залі 2-3 місяці, не користуючись послугами тренера-інструктора, володіли навичками виконання силових вправ, але невзможі правильно сформулювати

програму силових тренувань з використанням різноманіття тренажерних пристроїв.

Для здійснення експериментального дослідження ми створили по дві групи чоловіків та жінок: до першої групи (EG_1) ми віднесли осіб, які займалася за розробленою експериментальною методикою з використанням тренажерних пристроїв та вільних вагів для збільшення м'язового компоненту складу маси тіла (у кількості 5 жінок та 5 чоловіків); до другої групи (EG_2) віднесли осіб, які займалася за методикою зниження жирового компоненту складу маси тіла з використанням тренажерних пристроїв як силового, так каріотренування (у кількості 5 жінок й 5 чоловіків). Для контролю створено дві групи по чотири жінки та чоловіків, вони тренувалися за своїми власними програмами силового тренування.

Потреба у фізичній активності визначається генетичними спадковими ознаками, і для кожного характерна своя необхідна доречна частка рухової активності, яка сприятиме нормального розвитку, забезпечить належний функціональний розвиток організму, збережета зміцнить здоров'я. З іншого боку малорухливий спосіб життя у дорослих людей, відсутність часу на природну фізичну активність викликають необхідність наукового та практичного обґрунтування нових шляхів щодо розробки, а також вдосконалення цілеспрямованих програм щодо фізичного розвитку та підтримки належного рівня фізичної активності дорослих людей.

Розроблено та запроваджено методики силового тренування для дорослого населення із використанням тренажерів та вільних вагів для збільшення м'язового компоненту маси тіла у них (силова прогресія в сето-повторному режимі з постійним змінюванням порядку виконання вправ). Для зниження жирової маси тіла у групах обстеження ми застосовували також сето-повторний режим тренувань, але з використанням значної кількості повторень, але з невеликими вагами на снарядах чи на тренажерах.

Встановлено, що методика, котра була направлена на збільшення маси тіла, посприяла цьому за рахунок як збільшення частки м'язової маси, і також жирової маси тіла (хоча меншою мірою). Інша методика, що передбачала вплив у вигляді зменшення маси тіла, посприяла цьому, за рахунок зниження жирової маси тіла, хоча варто відмітити, що м'язова маса тіла також підвищилася.

Найвищі показники збільшення обхватів (окружностей) різних частин тіла відмічали в обстежуваних I групи, порівнюючи із показниками обстежуваних контрольної групи й II групи.

Виявлено, що застосування першої методики сприяло подальшому збільшенню показника індексу маси тіла, що пов'язано із тим, що у своїй більшості особи, які за цією методикою працювали за для набору маси тіла, і це відбувалося завдяки збільшенню м'язової маси тіла.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кириченко Т. Тренажери в системі силового тренування студентів ВНЗ. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2017. №1. С.156–159.

2. Скибіцька М.І. Вдосконалення фізичного стану жінок і зрілого віку засобами тренувальних занять в тренажерній залі «Hammer» : кваліфікаційна робота рівня «магістр». Херсон, 2021. 50 с.

Науковий керівник кандидат наук з фізичного виховання та спорту, старший викладач Хлопецький В.М.

УДК 796.015.134:797.212.3-053.2"465*9/10"

Бойко О.П.

УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІКИ ПЛАВАННЯ НА СПИНІ СЕРЕД СПОРТСМЕНІВ 9–10 РОКІВ ГРУПИ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Анотація. У статті висвітлено результати впровадження навчально-тренувальної програми з удосконалення техніки плавання на спині серед спортсменів віком 9–10 років. Проведено аналіз динаміки технічної підготовленості, зокрема часу подолання дистанцій 25 м і 50 м, стартових та дихальних навичок.

Ключові слова: техніка плавання на спині, удосконалення, спортсмени 9–10 років, методика, тренувальний процес.

Abstract. The article highlights the results of the implementation of a training program to improve backstroke technique among athletes aged 9–10 years. The dynamics of technical readiness, in particular, the time to overcome distances of 25 m and 50 m, starting and breathing skills, are analyzed.

Keywords: backstroke technique, improvement, athletes aged 9–10 years, methodology, training process.

Вступ. Плавання є одним із найпоширеніших видів спорту серед дітей молодшого шкільного віку. Воно не лише сприяє всебічному фізичному розвитку, але й формує життєво важливі рухові навички. Для вікової групи 9–10 років характерна висока пластичність нервово-м'язової системи, що створює сприятливі умови для формування технічно правильних рухів у воді [2; 4]. Формування раціональної техніки плавання у дітей 9–10 років є ключовим завданням етапу попередньої базової підготовки. Саме в цьому віці закладаються фундаментальні навички, які визначають подальший спортивний розвиток [1; 5]. Недостатня увага до техніко-координаційних аспектів на ранніх етапах часто призводить до закріплення помилок і зниження ефективності тренувального процесу.

Мета дослідження полягає в експериментальній перевірці ефективності спеціальної методики вдосконалення техніки плавання на

спині у плавців 9–10 років групи попередньої базової підготовки (ПБП), спрямованої на підвищення довжини гребка, економічності рухів та усунення типових помилок. Який надалі слугуватиме еталоном для оцінювання впливу розробленої методики. Для інтерпретації виявлених помилок та нормотування прийомів користувалися положеннями (прикладне плавання, безпека, базові технічні вимоги) і узагальненнями університетських курсів із теорії та методики викладання плавання.

Методи дослідження:

1. **Теоретичні** – аналіз науково-методичної літератури (Булатова, Присяжнюк, Осадча, Шиян, Сергієнко та ін.), узагальнення сучасних підходів до дитячо-юнацького спорту [2; 6].

2. **Емпіричні** – педагогічне спостереження, тестування техніко-координаційних показників, хронометраж, відеоаналіз.

3. **Педагогічний експеримент** – розробка й апробація комплексної програми вдосконалення техніки плавання на спині.

4. **Математична статистика** – обробка результатів (середні значення, стандартні відхилення, коефіцієнти варіації, кореляційний аналіз).

Організація дослідження та методика дослідження. Контингент, критерії включення та умови проведення. Тривалість програми становила 8 тижнів. У дослідженні брали участь 10 дітей (5 хлопчиків, 5 дівчаток) віком 9–10 років, що систематично відвідують секційні заняття (стаж заняття плаванням від 12 до 24 міс.) на етапі ПБП ДЮСШ. Критерії включення: вік 9–10 років; відсутність медичних протипоказань; уніфікований обсяг тижневого тренування (3 заняття/тиждень по 60–75 хв); базове вміння пропливати 50 м на спині без зупинки. Тестування відбувалося в стандартному 25-метровому басейні, вода 27–28°C, глибина 1,8–2,0 м; розминка — 10–12 хв загальної та спеціальної спрямованості на суші. Для визначення вихідного рівня технічної підготовленості застосовувались такі критерії, з урахуванням рекомендацій навчально-методичних матеріалів:

- **Час подолання дистанції:** середній показник на 25 м — $28,52 \pm 1,59$ с; на 50 м — $60,78 \pm 2,91$ с.

- **Кількість гребків (SC):** у 70 % дітей понад 20 гребків на 25 м, що вказує на низьку довжину гребка.

- **Експертна оцінка техніки:** $3,6 \pm 0,9$ бала (за 5-бальною шкалою).

- **Типові помилки:** завищене положення голови, гіперлордоз (60 %), «колінний» удар ногами (50 %), асинхронність роботи рук (40 %), порушення ритму (40 %), пізні захоплення води (30 %).

Методика удосконалення техніки:

Програма включала такі основні напрями роботи:

1. *Вдосконалення стартових дій.* Виконувалися вправи зі старту від тумбочки, відпрацювання поштовху ногами та ковзання. Акцент робився на швидкості реакції та стабільному положенні тіла у воді.

2. *Техніка плавання на спині.* Вправи на синхронізацію роботи рук і ніг, корекцію положення голови та тулуба, мінімізацію зайвих рухів.

3. *Ритміка та техніка дихання.* Застосовувалися вправи з контрольованим диханням та поступовим збільшенням відрізків без затримки.

4. *Загальна та спеціальна фізична підготовка.* Включалися вправи на суші (стрибки, вправи на гнучкість, розтягування) та у воді (коригуючі рухи з дошкою, плавання з обмеженням роботи кінцівок).

5. *Вправи на координацію:* плавання з акцентом на довжину гребка (SL), контроль кількості гребків.

6. *Спеціальні вправи:* плавання з лопатками та еластичними тягами для відпрацювання фази «захоплення–проштовхування».

7. *Вправи для ніг:* серії відрізків із дошкою та без, контроль частоти ударів.

8. *Відеоаналіз та чек-листи:* щотижневе виявлення і корекція помилок.

9. *Ігрові та змагальні форми:* для підтримки інтересу та формування стійкої мотивації.

Отже, програма вдосконалення техніки плавання на спині була побудована на комплексному поєднанні педагогічних, психологічних та фізіологічних засобів, що дозволило забезпечити ефективність навчального процесу та досягти стабільного зростання технічної майстерності плавців 9–10 років [2; 4].

Зміст програми складався з трьох основних блоків.

Отже, запропонована програма вдосконалення техніки плавання на спині у дітей 9–10 років була побудована на комплексному поєднанні педагогічних, психофізичних засобів з урахуванням вікових особливостей спортсменів, що перебувають на етапі попередньої базової підготовки. Її структура передбачає три взаємопов'язані блоки: **підготовчий** (формування відчуття води та базових навичок положення тіла), **основний** (опанування техніко-координаційних елементів гребків і узгодження рухів рук та ніг) та **заключний** (закріплення техніки у змагальних умовах, розвиток спеціальної витривалості та швидкісних здібностей) [3; 6; 7].

Основним завданням було одержати об'єктивний «зріз» вихідної технічної підготовленості плавців 9–10 років групи попередньої базової підготовки (ПБП).

Результати дослідження: Аналіз отриманих даних показав позитивну динаміку у технічній підготовленості спортсменів:

- **Час подолання дистанції 25 м** скоротився з **20 с до 18 с** (зменшення на 10%), а на 50 м — з **45 с до 40 с** (зменшення на 11%).

- **Стартові дії** стали більш ефективними: час реакції зменшився в середньому на 0,3 с, збільшилася довжина ковзання.

- **Техніка рухів** значно покращилася: спостерігалось правильне положення тіла, зменшення бічних коливань, покращення синхронізації роботи рук і ніг.

- **Дихальні навички** стали ритмічними, що знизило рівень втомлюваності під час подолання дистанцій.

Таким чином, результати експериментальної перевірки є отримані показники, що підтверджують найбільший прогрес відзначався у дітей із середнім рівнем початкової підготовленості. Це пояснюється високим адаптаційним потенціалом їхніх технічних навичок. Менш виражені зміни спостерігалися у спортсменів із високим стартовим рівнем, що є типовим для ефекту насичення техніки [1; 5].

Застосований комплекс вправ сприяв формуванню економної техніки плавання на спині, що забезпечило зниження енерговитрат і покращення спортивних результатів.

- **Швидкісні показники:** час на 25 м покращився на 2,1 с (7,4 %), на 50 м — на 4,8 с (7,9 %), $p < 0,05$.

- **Довжина гребка (SL):** збільшилася на 14,3 %, що свідчить про підвищення економичності техніки.

- **Експертна оцінка:** зросла до $4,5 \pm 0,6$ бала (різниця статистично достовірна).

- **Зменшення частоти типових помилок:** у 2 рази знизилася кількість випадків надмірного прогину та «колінного» удару.

Кореляційний аналіз: встановлено тісний зв'язок між довжиною гребка та результативністю на дистанціях ($r = 0,91$).

Висновки. Початковий рівень технічної підготовленості плавців 9–10 років характеризувався середніми показниками та наявністю типових помилок у техніці. Запропонована методика вдосконалення техніки плавання на спині довела свою ефективність, забезпечивши достовірне покращення швидкісних і техніко-координаційних показників. Ключовими чинниками успіху стали поєднання цілеспрямованих вправ на економичність рухів, системний контроль (відеоаналіз, чек-листи) та поступове підвищення вимог.

Перспективи наступних досліджень. Подальший розвиток даного напрямку досліджень сприятиме більш глибокому розумінню механізмів удосконалення техніки плавання та розробці ефективних методичних рекомендацій для тренерів дитячо-юнацьких спортивних шкіл.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Булатова М.М. *Теорія і методика дитячо-юнацького спорту*. — Київ: Олімпійська література, 2017. — 352 с.
2. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / В. С. Келлер, В. М. Платонов. — Львів: Українська Спортивна Асоціація, 1992. — 269 с.
3. Крук М.З. *Навчання спортивним способам плавання: методичний посібник*. — Житомир: ЖДУ, 2015. — 68 с. URL: <https://eprints.zu.edu.ua/17307/1/Плавання%20метод.pdf>.

4. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. — Київ : Олімпійська література, 2015. — 808 с.
5. Присяжнюк С.І. Вікові особливості фізичного розвитку дітей 7–11 років у контексті спортивної підготовки. — Харків : ХДАФК, 2020. — 198 с.
6. Робоча програма навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання плавання» / К-ПНУ ім. Івана Огієнка. — 2022. — 13 с. URL: <https://sportkaf.kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/2022/09/robocha-prohrama-timvp.pdf>.
7. Шиян В.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. — Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2018. — 312 с.

Науковий керівник докторка наук з фізичного виховання та спорту,
професорка Задорожна О.Р.

УДК 796.015.132:159.922.7

Ванюшкіна Я.С.

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК ЗАСІБ ПІДТРИМКИ ЕМОЦІЙНОЇ РІВНОВАГИ ТА ЗНИЖЕННЯ СТРЕСУ У ДІТЕЙ

У статті розглядаються питання вивчення фізичної культури як засобу підтримки емоційної рівноваги та зниження стресу у дітей

Ключові слова: фізична культура, емоційна рівновага, стрес, діти.

The article examines the study of physical culture as a means of maintaining emotional balance and reducing stress in children.

Key words: physical culture, emotional balance, stress, children.

Постановка проблеми. Фізична культура є важливим засобом підтримки не лише фізичного, а й психоемоційного здоров'я дітей. У сучасних умовах, коли українські діти часто перебувають під впливом стресових факторів, пов'язаних з війною, навчальним навантаженням та соціальною невизначеністю, виникає потреба у пошуку ефективних методів регуляції емоційного стану. Актуальність теми обумовлена необхідністю застосування фізичної активності як ефективного інструменту психоемоційної підтримки дітей у сучасних реаліях.

Виклад основного матеріалу. Фізична культура відіграє важливу роль у психоемоційному розвитку дітей, адже забезпечує гармонізацію емоційного стану, зниження рівня стресу та формування позитивного ставлення до світу [1; 2; 3]. Рухова активність сприяє виробленню ендорфінів – гормонів, що покращують настрій, знижують рівень кортизолу та сприяють відчуттю спокою й упевненості в собі. Систематичні заняття спортом або активні ігри допомагають зменшити дратівливість, підвищити енергійність та стимулюють мотивацію до навчальної та іншої діяльності.

Різні види фізичної активності виконують специфічні функції у розвитку психоемоційної сфери дітей. Аеробні вправи, такі як біг, плавання чи їзда на велосипеді, підвищують витривалість і зміцнюють серцево-судинну систему. Силові тренування розвивають м'язову силу та щільність кісткової тканини, а вправи на гнучкість і баланс – покращують координацію рухів та знижують ризик травм. Повсякденна активність, включаючи ходьбу, ігри на свіжому повітрі та домашні рухові завдання, підтримує загальний рівень енергії та емоційну стабільність.

Фізична культура впливає також на когнітивний розвиток дітей. Регулярні фізичні вправи покращують пам'ять, увагу та швидкість мисленнєвих процесів, що сприяє більш ефективному навчанню [3]. Групові заняття, командні ігри та спортивні секції стимулюють соціалізацію, розвиток комунікативних навичок та емпатії, формують вміння працювати у колективі та підтримувати інших, що сприяє зниженню соціальної тривожності [3].

Важливо зазначити, що регулярність та системність фізичних занять є ключовою умовою ефективності їх впливу на психоемоційний стан дітей. Рекомендується проводити фізичну активність 3–5 разів на тиждень із урахуванням віку та індивідуальних особливостей дітей. Поєднання рухової активності з психологічними вправами на розслаблення та візуалізацію підвищує ефективність корекційного впливу.

Фізична культура сприяє формуванню позитивної самооцінки та впевненості у власних силах. Систематичне досягнення результатів (покращення координації, витривалості, швидкості) стимулює розвиток почуття власної гідності та мотивації до самовдосконалення. Діти, які регулярно займаються фізичною активністю, легше долають стресові ситуації, демонструють вищий рівень самоконтролю та соціальної адаптованості [1; 2].

Висновки та перспективи подальших досліджень. Фізична культура є дієвим засобом підтримки психоемоційного здоров'я дітей, оскільки сприяє зниженню стресу, гармонізації емоційного стану та розвитку когнітивних і соціальних навичок. Регулярні заняття формують позитивну самооцінку, підвищують стійкість до труднощів і покращують загальне самопочуття. Доцільним є подальший аналіз ефективності різних видів фізичної активності для різних вікових груп та інтеграція фізичної культури з психокорекційними методиками для комплексної підтримки дітей у сучасних умовах.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Баран Л. Формування стресостійкості у школярів засобами фізичної культури. Практична психологія XXI століття: проблеми та перспективи : Матеріали VIII Міжвуз. Науково-практ. конф., м. Хмельницький, 24 квіт. 2024 р. 17–21. URL: <http://46.63.9.20:88/jspui/bitstream/123456789/939/5/збірник%202024%20Практична%20психологія.pdf#page=17>

2. Бондаренко О. Регуляція психічного стану школярів засобами фізичної культури. *Olympicus* : науковий журнал. 2024. № 1. С. 25–31. URL: <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/19763/1/25-31.pdf>
3. Приходько Т. Використання релаксаційних технік у фізичному вихованні школярів. *Актуальні проблеми психології та педагогіки*. 2018. № 5. С. 76–82.

Науковий керівник кандидатка педагогічних наук, старша викладачка
Кострікова К.С.

УДК 613.71:612.01(07)

Дудченко К.К.

ВПЛИВ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ РІЗНОЇ СПРЯМОВАНOSTІ НА МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНИЙ ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК ЖІНОК 25-35 РОКІВ

У статті розглядаються питання вивчення впливу фізичних вправ різної спрямованості на морфофункціональний фізичний розвиток жінок 25-35 років.

Ключові слова: жінки 25-35 років, морфо функціональний розвиток, фізичні вправи.

The article examines the issues of studying the influence of physical exercises of various orientations on the morphofunctional physical development of women 25-35 years old.

Keywords: women 25-35 years old, morphofunctional development, physical exercises.

Протягом тривалого часу вчені різних країн намагаються знайти сучасні шляхи й рекомендації для вирішення завдань управління процесами впливу як на окремі органи та системи, так на організм в цілому з використанням фізичних навантажень. Зокрема, актуальним залишається питання розгляду обмежень підбору навантажень під час аеробних та анаеробних тренувань, залежно адаптації організму людини [1, 2].

Збільшення м'язової маси є першочерговим завданням, що має вирішувати тренеру з фітнесу під час своєї професійної діяльності незалежно від того ціллю є збільшення об'ємів тіла атлетів за рахунок саме неї чи за рахунок спалювання зайвої жирової тканини. На сьогодні застосування силових високоінтенсивних тренувань у програмі для зниження маси тіла за рахунок жирової маси ще є не досить добре вивченим [1]. Тому, спостерігається важливість використання цього виду навантаження поєднуючи із іншими компонентами тренування, які

використовуються в програмі для зменшення маси тіла. Процеси, які призводять до збільшення м'язової маси, а також певний режим навантаження для досягнення цього є предметом серйозних наукових досліджень.

Слід також відмітити, що під час аеробних навантажень за використання жирів як енергетичних субстратів для жінок будуть більш прийнятними, а ніж анаеробні навантаження, коли використовується глікоген, і сприятимуть оптимальному фізичному та функціональному стану організму жінок зрілого віку.

Систематизовані теоретичні дані, що зустрічаються в сучасній науковій та методичній літературі щодо впливу аеробних та анаеробних навантажень можуть використовуватися в тренерській практиці при оптимізації фізичного та функціонального стану жінок зрілого віку [1, 2].

Мета роботи: дослідити динаміку змін у морфофункціональних показниках фізичного стану жінок першого зрілого віку під час тренувальних занять анаеробного та аеробного характеру.

У експериментальному дослідженні прийняли участь 16 жінок у віці від 25 до 35 років, які займалися різними програмами аеробного та анаеробного характеру (спрямованості).

Перша група жінок (8 осіб – ЕГ1) займалися за програмою аеробної спрямованості. зокрема це аеробіка із використанням степ – платформи, вело навантаження та навантаження на біговій доріжці. Бігові вправи виконувалися у середньому темпі протягом 10-15хв, на іншому занятті це чергували із навантаженням на велотренажері протягом 10-15 хвилин у зоні середньої потужності на рівні 140 уд./хв. Основним елементом цих тренувань були навантаження на степ-платформі на кожному занятті протягом 15-20 хвилин з робочою ЧСС 140 уд/хв.

Друга група жінок (8 осіб – ЕГ2) займалася за програмою анаеробного напрямку. Заняття спрямовано було на силове тренування з використанням тренажерних пристроїв, гантелей, м'язів черевного пресу і нижньої частини спини, для всіх рівнів підготовленості. Загальна тривалість цих занять становила 30 хв.

Встановлено, що існує взаємозалежність аеробного та анаеробного навантаження під час тренувальних занять задля оптимізації морфофункціональних показників фізичного розвитку жінок 25-35 років, які займаються фітнесом та оздоровчою фізичною культурою. Аеробні вправи сприяють більш інтенсивному засвоєнню організмом кисню повітря і дуже корисні для серця, легень і системи кровообігу. Анаеробні вправи здатні збільшувати м'язову силу, витривалість і міцність зв'язкового апарата суглобів та кісток.

З'ясовано, що застосування експериментальних програм тренування позитивно вплинули на морфологічні показники фізичного розвитку жінок обох експериментальних груп. Особливо чітко аеробні навантаження, які застосовували жінки першої експериментальної групи вплинули на

показники екскурсії грудної клітки ($p \leq 0,01$), тоді як у жінок другої експериментальної групи, що у своїх тренуваннях надавали перевагу анаеробним силовим вправам окрім показників екскурсії грудної клітки ($p \leq 0,05$) ще позитивно вплинули на окружність плеча у напруженому стані ($p \leq 0,05$).

Виявлено, що систематичні тренувальні навантаження аеробного характеру, які ми використовували у першій експериментальній групі позитивного і якісно вплинули на функціональні показники фізичного розвитку (частоту серцевих скорочень ($p \leq 0,05$), систолічний артеріальний тиск ($p \leq 0,05$), показник адаптаційного потенціалу ($p \leq 0,01$)), у другій експериментальній групі жінок, які надавали перевагу застосуванню анаеробних силових навантажень позитивна динаміка цих показників була менш вираженою, окрім показника адаптаційного потенціалу ($p \leq 0,05$).

ЛІТЕРАТУРА:

1. Мартинюк О. Функціональний стан жінок першого періоду зрілого віку в процесі занять оздоровчим фітнесом. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Л.Українки. Серія: Фізичне виховання і спорт.* Луцьк. 2016. № 22. С.31–36.
2. Романчук О.П., Долгієр Є.В. Фізичний стан жінок середнього віку з урахуванням стажу занять аеробної спрямованості. *Слобожанський науково-спортивний вісник.* 2016. № 2 (52). С.101–106.

Науковий керівник кандидатка наук з фізичного виховання та спорту,
доцентка Тітова Г.В.

УДК 572.087:796.81

Казаркін Д.І.

СТАН КАРДІОРЕСПІРАТОРНОЇ СИСТЕМИ СПОРТСМЕНІВ РІЗНОЇ СПРЯМОВАНOSTІ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД ЇХ ТИПУ КОНСТИТУЦІЇ ТІЛА

У статті розглядаються питання вивчення стану кардіореспіраторної системи спортсменів різної спрямованості в залежності від їх типу конституції тіла

Ключові слова: спортсмени, тип конституції тіла, кардіореспіраторна система

The article deals with the study of the state of the cardiorespiratory system of athletes of different orientations depending on their body constitution type.

Keywords: athletes, body constitution type, cardiorespiratory system

«Конституція тіла – це цілісність морфологічних й функціональних ознак, спадкових та набутих, і це обумовлює особливості реактивності організму, особливості протікання обмінних процесів та динаміку онтогенезу. Появляються вказані знаки у статурі людини, що дозволяє констатувати можна відношення конкретного індивіду до того чи іншого типу конституції».

«Під конституцією людини розуміють ті особливості її складу, які тісно пов'язані з біохімічними процесами життєдіяльності організму (водно-сольовий та вуглеводно-жировий обміни). Саме ці процеси метаболізму впливають на будову тіла, обумовлюючи різну ступінь розвитку жирових відкладень, скелета, м'язів, а через них – форму грудної клітки, черевної порожнини, спини, ніг, рук, голови» [1, 2].

«Тілу людини характерні багато варіацій, тому й кожна класифікація соматотипу володіє своїми основними ознаками. Є сучасні класифікації, коли тип конституції виглядає вже як система тісно взаємопов'язаних між собою ознак, а їх збалансованість визначатиме його особливості, але основними конституційними типами вчені виділяють астеничний, нормостенічний та гіперстенічний».

«Гармонійність пропорції тіла є важливим критерієм для оцінювання стану здоров'я людини. Відомо, що здоров'я визначається не тільки наявністю або відсутністю хвороб, а й гармонійним розвитком, нормальним рівнем основних функціональних показників. При диспропорції у будові тіла варто зробити припущення про порушення ростових процесів та його причинах (ендокринних, хромосомних)».

«На сьогоднішній день актуальним постає завданням конституціології є вивчення процесів адаптації, тобто виявлення переважання різних конституціональних типів за змінних умов середовища. Тому і є важливим значення наукових досліджень кафедри олімпійського та професійного спорту саме вивчення певних конституцій в контексті генетичних маркерів дітей та підлітків зі схильністю їх до спортивних занять різної спрямованості» [1, 2, 3].

На сьогодні в багатьох роботах вчених розглядаються проблеми вивчення типів конституції спортсменів, стану кардіореспіраторної системи, але узагальнених та інтегральних відомостей доки що недостатньо що і визначає актуальність даного дослідження.

Мета роботи: дослідити стан кардіореспіраторної системи спортсменів різної спрямованості в залежності від їх типу конституції тіла.

Дослідження проводилися на 38 юних спортсменах віком від 15-17 років, яких за видами спорту поділили на дві групи: 18 юнаків, що циклічними фізичними вправами аеробної спрямованості (лижний спорт) та 20 юнаків, які займаються єдиноборствами (бокс, вільна та греко-римська боротьба). Ці групи юних спортсменів за типом їх конституції (тілобудови) нами були розподілені на три групи: перша група – особи астеничного типу тілобудови (доліхоморфний тип), друга група – особи гіперстенічного типу

тілобудови (брахіморфний тип) та третя група – особи нормостенічного типу (мезоморфний тип).

З літературних джерел встановлено, що вивчення особливостей соматотипу спортсменів (тотальні розміри тіла, конституційні особливості і пропорції тіла) дозволяє не тільки створити “морфологічний портрет спортсмена”, а й намітити його часові контури шляхом розробки критеріїв відбору на різних етапах спортивного вдосконалення.

У спортсменів юнацького віку відносно більш ранніх вікових періодів розвитку, функціонування систем кровообігу та дихання підвищуються, у своєму розвитку, на більш високий якісний рівень, а деякі показники завершуються у своєму формуванні. Більш досконалішими, економними стають реакції серцево-судинної та дихальної систем на фізичні навантаження, і взагалі у процесі м'язової діяльності.

За антропометричними показниками спортсмени, які займаються лижним спортом астенічного типу конституції тіла переважали у зрості, довжині тулуба та кінцівок, відносно осіб нормостенічного типу, яким властиві вищі показники маси тіла, ширини плечей та окружності грудної клітки. У групі спортсменів-однборців особи нормостенічного типу характеризувалися вищими показниками довжини руки, тоді як астеніки переважали у зрості, довжині тулуба, ніг, а борцям-гіперстенікам характерні переважання відносно попередніх типів за масою тіла, окружності грудної клітки та ширини плечей.

Встановлено, що нормостеніки обох груп спортсменів характеризувалися відносно нижчим показниками частоти серцевих скорочень, діастолічного артеріального тиску та відносно вищими показниками систолічного артеріального тиску і достовірно вищими показниками рівня функціонального стану системи кровообігу ($p < 0,05$), ніж спортсмени астенічного та гіперстенічного типу конституції тіла.

При аналізі результатів проби Мартіне-Крушельовського слід відмітити адекватне зростання показників частоти серцевих скорочень та артеріального тиску на дозоване навантаження у обох групах спортсменів різних за типами конституції тіла. Повернення вказаних показників до вихідних даних стану спокою за три хвилини відновлення спостерігається лише у групах лижників та спортсменів-однборців нормостенічного типу.

Виявлено достовірні вищі показники життєвої ємності легень лижників та спортсменів-однборців нормостенічного типу конституції тіла; достовірно вищі показники проби із затримкою дихання на вдосі (проба Штанге) спостерігалися у спортсменів-однборців нормостенічного типу конституції тіла, а індексу Скибінської у лижників та спортсменів-однборців нормостенічного типу конституції тіла

ЛІТЕРАТУРА:

1. Босенко А. І. Біологічні методи досліджень у фізичному вихованні та спорті: навчальний посібник. Одеса: ПНПУ імені К.Д. Ушинського, 2016. 70 с.
2. Голяка С.К., Глухов І.Г. Антропометричні та функціональні показники спортсменів

- з різним типом конституції тіла. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. №6 (68). Харків: ХДАФК, 2018. С.44-48.
3. Чижик В.В., Запорожець О.П. Спортивна морфологія: навч. посіб. для студ. Луцьк: ПВД «Твердиня», 2009. 208 с

Науковий керівник кандидатка наук з фізичного виховання та спорту,
доцентка Тітова Г.В.

УДК 796.015.14:796.83

Кіндратів О.Ю.

ДИНАМІКА РІВНЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ БОКСЕРІВ НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ

У статті розглядаються питання вивчення динаміки рівня функціональної підготовленості боксерів на етапі спеціалізованої базової підготовки.

Ключові слова: боксери, функціональна підготовленість, спеціалізована базова підготовка.

The article deals with the study of the dynamics of the level of functional fitness of boxers at the stage of specialized basic training.

Keywords: boxers, functional fitness, specialized basic training.

Сьогодення сучасного боксу, характеризується високими вимогами до різних сторін підготовки боксерів, зокрема до фізичної та техніко-тактичної. Подібне явище передбачає пошуку новітніх шляхів всебічного розвитку спортсменів, що сприятиме досягненню ними високих спортивних результатів.

Фізична підготовленість характеризує здатність боксерів адаптуватися до досить великих навантажень, дозволяє відновленню спортивної форми за більш короткий час, стійкому збереженню тренуваності, зменшення часу для відновлення під час виконання вправ в процесі тренувальних занять.

Боксерські поєдинки останнього часу досить чітко переконують нас необхідності достатньої уваги приділяти належній функціональній підготовці боксерів, слід відмітити і про здатність тримати високий темп бою, витримувати силову боротьбу, здатність до швидкого відновлення.

Варто відмітити, що врахування зростання останнім часом щільності поєдинку, зростання різних ефективних бойових дій, зокрема в заключному раунді поєдинку, свідчать про високий рівень розвитку витривалості

боксерів, що дозволяє прогнозувати подальший прогрес в розвитку цієї якості найближчим часом. Слід також відмітити, про важливість прояву швидкісних якостей та сили ударів у сучасному боксі, і визначає його сьогодні як більш швидким і жорстким.

Одним із ефективних методів здійснення функціональної підготовки боксерів та інших видів спортивних єдиноборств є метод колового тренування. Для більш успішного його реалізації слід застосовувати дрібногруповий поточний спосіб, розроблення чіткої методики виконання вправ для комплексного розвитку фізичних якостей. Як відомо, колове тренування є важливою організаційно-методичною формою під час занять фізичними вправами, які спрямовані на комплексний розвиток фізичних здібностей (якостей) та функціональних можливостей організму боксерів [1, 2].

Мета роботи: дослідження впливу експериментальної методики із застосуванням методу колового тренування на підвищення функціональної підготовленості боксерів.

Нами було сформовано 2 групи боксерів, які тренуються на базі Львівського фахового коледжу спорту і входили до групи спеціалізованої базової підготовки другого та третього року навчання : експериментальна група у кількості 8 осіб та контрольна група – 10 осіб. Вік всіх обстежуваних був 15-17 років. У експериментальній групі боксерів ми під час тренувального процесу, коли передбачалося робити акцент на фізичну підготовку ми впроваджували метод колового тренування. Це впровадження здійснювалося двічі:

Протягом шести тижнів тренувань (листопад-грудень 2024 року, два рази протягом тижневого мікроциклу) застосовували комплекси фізичних вправ колового тренування, які були спрямовані на вдосконалення загальної фізичної підготовленості боксера, зокрема на розвиток сили та силової витривалості.

Протягом чотирьох тижнів тренувань (березень 2025 року, два рази протягом тижневого мікроциклу) застосовували комплекси фізичних вправ колового тренування, які були спрямовані на вдосконалення специфічних для боксу функціональних можливостей боксерів (робота на боксерських снарядах, скакалка, спурти тощо).

Для оцінки рівня фізичної та функціональної підготовленості ми використовували тестування.

З'ясовано, що функціональна підготовка боксера займає важливе значення у підготовчому періоду тренувального циклу. Основними методичними прийомами, що сприяють підвищенню функціональної підготовленості боксерів є зменшення тривалості раундів, одночасне збільшення їх інтенсивності, збільшення часу тренувальних раундів, зменшення часу відпочинку, а також багаторазове повторення змагальних відрізків, застосування спуртової роботи на протягом різних частин раунду, застосування багатораундової роботи на боксерських снарядах, зі

скалкою, тривале виконання спеціально-підготовчих вправ у ритмічному та швидкісному режимах, які наближені до змагальних.

Виявлено, що на першому етапі тестування спостерігаються, що відносно вищі середні показники бігу на 100 м та стрибка в довжину з місця у боксерів експериментальної групи, а середні показники бігу на 2000 м, піднімання тулуба в сід та підтягування на перекладині у боксерів контрольної групи.

За період між двома тестуваннями після впровадження методики вдосконалення функціональної підготовленості у боксерів, встановлено, що відносно більшими величинами приросту показників фізичної підготовленості характеризувалися боксери експериментальної групи (2,0%-12,5%), а ніж боксери контрольної групи (1,3%-7,8%).

Нами з'ясовано що застосування методу колового тренування у процесі здійснення функціональної підготовки боксерів експериментальної групи більш суттєво вплинуло на динаміку показників частоти серцевих скорочень при виконанні завдань високоінтенсивної та спуртової роботи у боксерів експериментальної групи порівно з динамікою показників частоти серцевих скорочень боксерів контрольної групи.

Показано, що боксерам експериментальної групи характерні достовірно вищі показники фізичної працездатності (тест PWC_{170} , максимального споживання кисню)($t=2,02-2,13$, $p<0,05$). Боксери експериментальної групи характеризувалися відносно кращими показниками частоти серцевих скорочень під час виконання проби Мартіне-Крушельовського та достовірно кращими показниками проби Штанге із затримкою дихання на вдиху ($t=2,26$, $p<0,05$).

ЛІТЕРАТУРА:

1. Омар Алі Махд Підвищення спеціальної працездатності кваліфікованих боксерів при підготовці до головних змагань : *автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту* : 24.00.01. Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. Київ, 2014. 22 с.
2. Рибачок Р. О. Вплив комплексу позатренувальних засобів на спеціальну працездатність кваліфікованих боксерів. *Актуальні проблеми фізичної культури і спорту*. 2010. № 17. С. 57–62.

Науковий керівник доктор філософії PhD зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт Дробот К.В.

ЕФЕКТИВНІСТЬ МЕТОДИКИ РОЗВИТКУ ПСИХОМОТОРНИХ ФУНКЦІЙ У СПОРТСМЕНІВ-СТРІЛЬЦІВ

У статті розглядаються питання вивчення вдосконалення методики розвитку психомоторних функцій в спортсменів-стрільців.

Ключові слова: спортивна стрільба, психомоторні функції.

The article discusses the issues of studying the effectiveness of the methodology for developing psychomotor functions in shooters.

Keywords: sports shooting, psychomotor functions.

Із зазначеної кількості джерел літератури відомо, що властивості психофізіологічних функцій (зокрема психомоторних функцій відчуття часу, відстані, швидкості реакції, координації тощо) відіграють важливу роль у спортивній діяльності людини і складають основу ефективності техніко-тактичної підготовки спортсменів-стрільців [1, 2].

Важливим фактором, який може підвищити розвиток психомоторних функцій, є фізична культура й спорт. Встановлено, що систематичні заняття фізичними вправами, розпочинаючи із молодшого шкільного віку, порівнюючи із їх дітьми однолітками, котрі спортом не займаються, дозволяють підвищенню координації, а також сприйняття, швидкісних реакцій різної складності і, в певній мірі, розвиток властивостей нервових процесів. Крім того, систематичний активний руховий режим сприяє вдосконаленню функціонального стану центральної нервової системи, психофізіологічних функцій і удосконалює механізми забезпечення регуляції функцій організму.

Фахівці із фізичного виховання й спорту, зокрема стрілецького спорту вбачають необхідність вивчення й застосування в практиці занять, тренувань й спортивних змагань знання розвитку психомоторних функцій спортсменів. Дослідженнями багатьох вчених показано, що в спортсменів-стрільців, які систематично займалися різновидів стрільби показники розвитку психомоторних функцій неоднакові. Вчені висловлюють припущення про те, що розвиток психомоторних функцій постає адекватним особливостям техніко-тактичних дій, в яких тренуються спортсмени-стрільці [1, 2].

Мета дослідження: вивчення ефективності методики розвитку психомоторних функцій в стрільців різної кваліфікації й спрямованості.

З цією ціллю залежності рівня розвитку психомоторних функцій від рівня спортивної майстерності, стрілецької спрямованості, окремо ролі впровадженої методики на розвиток цих функцій ми провели

експериментальне дослідження в учнів 15-18 років спортивного коледжу м. Львова.

В процесі тестування вимірювали рівень розвитку різних психомоторних функцій, зокрема за показниками статичної рівноваги (методики тест «фламінго»), точності сприйняття просторових уявлень та часу (методика «компаси», методика «точність сприйняття часу»), а також за показниками швидкості й точності реагування (методика визначення ПЗМР, РВ та РРО).

На другому етапі дослідження у двох експериментальних групах ми запропонували застосовувати у повному обсязі чи окремі елементи методики розвитку психомоторних функцій. Експериментальна методика являла собою комплексне застосування різних вправ, що включають в себе тренування координаційних здібностей, ідеомоторне тренування, тренінг властивостей уваги на прицілюванні, натисканні пальцем й втриманні стрілецької зброї за допомогою тренажеру «Scatt» й тренування м'язової моделі стрільця, що, на нашу думку, позитивно сприятиме вдосконалення показників м'язової стійкості перед пострілом й сприйняття точності часу в спортсменів-стрільців.

Експериментальні відомості дослідження в цілому підтвердили наше припущення та вже відомі із літературних джерел дані, а саме те, що більш високим рівнем розвитку психомоторних функцій характеризувалися спортсменами більш високої спортивної кваліфікації.

Спортсменам-стрільцям, котрі вже мають високий рівень своєї спортивної кваліфікації визначалися й достовірно вищими показники розвитку в них статичної рівноваги, сприйняття й властивостей сенсомоторних реакцій, якщо порівнювати зі спортсменами-стрільцями відносно нижчої спортивної кваліфікації.

У більшості випадків ми не відмічаємо тенденції щодо кращих результатів у показниках психомоторних функцій в осіб, які займаються стрілецьким спортом різної спеціалізації. Варто відмітити, що стрільцям із пневматичної гвинтівки кваліфікації майстер спорту та кандидат в майстри спорту властиві відносно вищі показники статичної рівноваги (тест «фламінго»), а також функції сприйняття просторових уявлень та часовими характеристиками ПЗМР..

Стрільцям із пістолету кваліфікації майстер спорту та кандидат в майстри спорту характерні вищі показники сприйняття точності часу, РВ та РРО те ж відмічаються кращі показники за аналогічні показники менш кваліфікованих спортсменів.

Можна відмітити, що методика, яка ґрунтується на використанні вправ на розвиток координації та застосовуються в двох групах у однаковій мірі посприяли зростанню показників статичної рівноваги. Наразі ми не можемо точно відповісти, а саме чому в кінці експерименту, при застосуванні однакових вправ на розвиток координації відмічаються подібні відмінності.

Крім вивчення рівня статичної рівноваги нами також для дослідження психомоторних функцій вивчався розвиток м'язової стійкості під час пострілу та сприйняття точності часу.

М'язову стійкість перед пострілом досліджували використовуючи тренажер «Scatt». Після впровадження експериментальної методики спостерігається подальший приріст у показниках м'язової стійкості перед пострілом в стрільців двох груп, і може бути підтвердженням ефективного застосування комплексу вправ під час тренувальних занять.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Голяка С. К. Ефективність методики розвитку психомоторних функцій у спортсменів-стрільців. *Природничий альманах. Серія : Біологічні науки*. Херсон, 2015. Вип. 21. С. 33-41. <https://ekhsuir.kspu.edu/handle/123456789/3555>
2. Сергієнко Л.П., Чекмарьова Н.Г., Хаджинов В.А. Психомоторика: контроль та оцінка розвитку. Харків: «ОВС», 2012. 270 с.

Науковий керівник кандидат наук з фізичного виховання та спорту, викладач
Хлопецький В.М.

УДК 796.012.11.13:796.422.12-056.2"465*12/14"

Рокач В.А.

УДОСКОНАЛЕННЯ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ У БІГУНІВ-СПРИНТЕРІВ ВІКОМ 12–14 РОКІВ ШЛЯХОМ ІНТЕГРАЦІЇ ПРИНЦИПІВ ЕКОЛОГІЧНОЇ ДИНАМІКИ, ПІДХОДУ КЕРОВАНИХ ОБМЕЖЕНЬ ТА КОГНІТИВНО- ОРІЄНТОВАНИХ ВПРАВ І ЗАВДАНЬ

Анотація. Дослідження присвячене удосконаленню швидкісно-силових якостей у бігунів-спринтерів віком 12–14 років шляхом інтеграції принципів екологічної динаміки, підходу керованих обмежень та когнітивно-орієнтованих вправ і завдань. Апробація авторської методики показала значні покращення в експериментальній групі.

Ключові слова: спринтерський біг, швидкісно-силові якості, принципи екологічної динаміки, підхід керованих обмежень, когнітивні вправи і завдання.

Abstract. This study is dedicated to improving speed and power qualities in 12–14-year-old sprint runners by integrating the principles of ecological dynamics, the constraints-led approach, and cognitively-oriented exercises and tasks. The approbation of the author's methodology showed significant improvements in the experimental group.

***Keywords:** sprint running, speed and power qualities, principles of ecological dynamics, constraints-led approach, cognitive exercises and tasks.*

Вступ. Розвиток швидкісно-силових якостей у юних бігунів-спринтерів віком від 12 до 14 років є вирішальним для досягнення високих спортивних результатів, адже спринтерський біг вимагає вибухової сили, швидкої активації м'язів та ефективної нервово-м'язової координації [2, 3]. Цей віковий період є сприятливим для формування анаеробної витривалості та розвитку перцептивно-рухових зв'язків [1]. Традиційні методики тренувань часто не враховують сучасних наукових поглядів, таких як принципи екологічної динаміки та підхід керованих обмежень, які акцентують увагу на адаптивній взаємодії спортсмена з середовищем і завданнями [5, 6]. Принципи екологічної динаміки розглядають рухову поведінку як результат взаємодії індивідуальних, середовищних та заданих обмежень, сприяючи формуванню адаптивних рухових патернів. Підхід керованих обмежень створює репрезентативні умови для навчання, що наближені до реальних змагальних ситуацій. Інтеграція когнітивно-орієнтованих вправ і завдань підвищує здатність до швидкої реакції та адаптації в динамічних умовах. В Україні ці принципи і підходи недостатньо застосовуються в підготовці юних спринтерів, що зумовлює потребу в розробці інноваційних методик для підвищення ефективності тренувального процесу в дитячо-юнацьких спортивних школах.

Мета дослідження - удосконалити швидкісно-силові якості у бігунів-спринтерів віком 12–14 років шляхом інтеграції принципів екологічної динаміки, підходу керованих обмежень та когнітивно-орієнтованих вправ і завдань.

Методи дослідження. Для аналізу теоретичних основ використано аналіз, синтез та узагальнення наукової літератури і джерел мережі Інтернет, що дозволило обґрунтувати принципи екологічної динаміки та підхід керованих обмежень. Для порівняння ефективності авторської та стандартної тренувальних методик було проведено педагогічний експеримент. Для обробки результатів використано методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Нами була розроблена авторська методика тренувань шляхом модифікації стандартних вправ і була випробувана протягом восьми тижнів. Вправи модифікувалися з урахуванням принципів екологічної динаміки та підходу керованих обмежень, додаючи когнітивно-орієнтовані елементи для стимулювання адаптивної рухової поведінки. Бігові вправи із високим підніманням стегон та закиданням гомілки, поєднувалися з реагуванням на візуальні та звукові сигнали (піднята рука тренера чи свисток) та оббіганням конусів, розташованих на відстані 2,5–3 м, для зміни траєкторії та темпу [1, 2, 4]. Стрибкові вправи, зокрема потрійні стрибки з місця та зістрибування з платформи (30 см), ускладнювалися завданнями на мінімальну кількість

кроків та реагування на сигнал [1]. Силові вправи, такі як присідання з набивним м'ячем (2 кг) та кидки м'яча в ціль (обручі на різній висоті), передбачали вибір дій за жестом тренера, що розвивало швидкість прийняття рішень [1, 2]. У заключні тижні додавалися спринтерські відрізки на похилій поверхні (5–10°) та естафетний біг із маніпуляцією умовами (зміна траєкторії за вказівкою), що наближало тренування до змагальних умов [1, 2].

До початку експерименту в обох групах (експериментальній і контрольній, по 12 осіб) вимірювався час індивідуального бігу на дистанціях 100, 200 і 400 метрів, час естафетного бігу 4×100 і 4×400 метрів, а також час реакції за допомогою додатка "Reaction Time Test". Початкові показники в обох групах були подібними, що забезпечило валідність порівняння. Після завершення експерименту ці ж показники оцінювалися повторно для визначення прогресу.

Результати показали, що експериментальна група, яка тренувалася за авторською методикою, досягла значно кращих результатів порівняно з контрольною, яка використовувала стандартну методику дитячо-юнацької спортивної школи. Зокрема, в експериментальній групі час бігу на 100 метрів скоротився в середньому на 0,38 секунди, на 200 метрів – на 1,16 секунди, на 400 метрів – на 2,01 секунди. У естафетах покращення склало 1,30 секунди для 4×100 метрів і 6,37 секунди для 4×400 метрів. Час реакції на візуальний сигнал зменшився в середньому на 17,17 мілісекунд. У контрольній групі покращення були менш вираженими: 0,20 секунди для 100 метрів, 0,38 секунди для 200 метрів, 0,46 секунди для 400 метрів, 0,33 секунди для естафети 4×100 метрів, 0,70 секунди для естафети 4×400 метрів і 3,00 мілісекунди для часу реакції на візуальний сигнал. Статистичний аналіз за t-критерієм Ст'юдента для незалежних вибірок підтвердив значущість цих відмінностей ($p < 0,05$ для всіх показників). Кореляційний аналіз часу реакції на візуальний сигнал показав, що наша авторська методика була найбільш ефективною для тих, хто мав найбільший потенціал для росту.

Покращення в експериментальній групі пояснюються інтеграцією принципів екологічної динаміки та підходу керованих обмежень, які передбачають формування адаптивних рухових патернів. На відміну від традиційних методик, що зосереджуються на ізольованому відпрацюванні техніки, авторська методика створює репрезентативні умови, наближені до змагальних, що підвищує мотивацію та ефективність. Когнітивні вправи і завдання, такі як реагування на сигнали чи зміна траєкторії, сприяли розвитку швидкості прийняття рішень, що є важливим для спринтерського бігу. Наукова новизна методики полягає в адаптації принципів екологічної динаміки, підходу керованих обмежень та когнітивних вправ і завдань до вікових особливостей юних спринтерів, враховуючи їхню фізіологічну та біомеханічну варіативність. Практична цінність полягає в можливості використання методики в дитячо-юнацьких спортивних школах для

підвищення ефективності підготовки та розвитку адаптивності до стресових змагальних умов.

Висновки. Інтеграція принципів екологічної динаміки, підходу керованих обмежень та когнітивно-орієнтованих вправ і завдань забезпечує значне удосконалення швидко-силових якостей у бігунів-спринтерів віком 12–14 років. Експериментальна група показала статистично значущі покращення порівняно з контрольною, що підтверджує ефективність методики для тренувального процесу в дитячо-юнацьких спортивних школах та інших закладах.

Перспективи наступних досліджень. Подальші дослідження передбачають апробацію методики на старших вікових групах, аналіз довгострокових ефектів та інтеграцію з сучасними технологіями (сенсорами для моніторингу рухів) для підвищення точності оцінки перцептивно-рухових зв'язків.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бобровник, В. І., Совенко, С. П., & Колот, А. В. (2019). Легка атлетика: навчальна програма. URI https://mms.gov.ua/storage/app/sites/16/Sport/Programy_navchalni/2020/legka-atletika-2019.pdf (дата звернення 24.09.2025р.).
2. Власюк В. Розвиток швидко-силових якостей юних легкоатлетів-спринтерів // Студентський науковий вісник Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Тернопіль, 2016. Вип. 38. С. 99-101.
3. Методика застосування стрибкових вправ у спеціальній підготовці бігунів на короткі дистанції. (2016). *Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society*, 1(21), 347-350. <https://www.sport.vnu.edu.ua/index.php/sport/article/view/558>
4. Тодорова В. Г. Основи теорії і методики спортивного тренування : навчальний посібник / В. Г. Тодорова. - Одеса : Університет Ушинського, 2023. С. 86.
5. Davids, Keith & Araujo, Duarte & Vilar, Luís & Renshaw, Ian & Pinder, Ross. (2013). An Ecological Dynamics Approach to Skill Acquisition: Implications for Development of Talent in Sport. *Talent Development & Excellence*. 5. 21-34.
6. Woods CT, McKeown I, Rothwell M, Araújo D, Robertson S and Davids K (2020) Sport Practitioners as Sport Ecology Designers: How Ecological Dynamics Has Progressively Changed Perceptions of Skill “Acquisition” in the Sporting Habitat. *Front. Psychol.* 11:654. doi: 10.3389/fpsyg.2020.00654.

Науковий керівник докторка наук з фізичного виховання та спорту,
професорка Задорожна О.Р.

УДОСКОНАЛЕННЯ СИЛОВОЇ ПІДГОТОВКИ ЖІНОК 18-25 РОКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ФІТНЕСОМ

У статті розглядаються питання особливостей удосконалення силової підготовки жінок 18-25 років, які займаються фітнесом

Ключові слова: жінки 18-25 років, силова підготовка, фітнес.

The article examines the issues of improving the strength training of women aged 18-25 who are engaged in fitness. Keywords: women aged 18-25, strength training, fitness.

В умовах сьогодення, соціально-економічного становища, негативного техногенного впливу оточуючого середовища, значних фізичних та емоційних навантажень, воєнних дій, збереження здоров'я людьми дається дуже важко й доводиться існувати на межі своїх можливостей.

Останнім часом в нашій країні наводиться негативна статистика стану здоров'я населення, особливо турбує негативне ставлення до нього підростаючого покоління. З іншого боку саме їй, в майбутньому, доведеться бути на вершині під час забезпечення соціально-політичного, та науково-технічного прогрес суспільства [1, 2].

З появою у світі фітнес-індустрії та взагалі як соціального явища - фітнесу у галузі оздоровчих технологій відбувається збільшення кількості різноманітних оздоровчих фітнес-програм,, а також лікувальних та оздоровчих.

Як відомо, фітнес сприяє розвитку всіх без виключення рухових якостей, що необхідні людині для її повсякденного життя. Цим видом оздоровчої фізичної культури можуть займатися люди будь якого віку, статі, їх способу життя чи стану їх здоров'я для досягнення своєї основної мети, а сає збереження та зміцнення здоров'я.

Все величезної кількості різновидів фітнесу у оздоровчій фізичній культурі важливе значення належить силовому фітнесу, як одному із ефективних належному стані підтримувати силові можливості та високу енергійність у вже зрілому та більш пізніших періодах життя людини.

Як відомо з літературних джерел заняття силовим фітнесом позитивно сприяє розвитку окремих м'язових груп, з іншого боку й на зовнішність людини вцілому, що проявляється у її поставі, манері триматися тощо. До ефективних засобів гармонійного розвитку м'язової системи відносяться вправи із обтяження, які дозволяють корегувати певні природжені чи набуті вади у фізичному розвитку, що могли виникнути внаслідок ведення нездорового способу життя.

З іншого боку слід відмітити, що існує велика кількість вже розроблених фітнес-програм [1, 2], а також вдосконалювання інноваційних фітнес-технологій, вони за великим рахунком не базуються на глибокому розумінні біохімічних та фізіологічних механізмів силового тренування, особливо для жіночого організму, і враховують проблеми дотримання принципів індивідуальності кожного відвідувача тренувального заняття, для того щоб якнайкраще оптимізувати її ефективність.

Подібні питання залишаються доки не вирішеними, що потребує подальших досліджень з метою якомога повніше обґрунтувати методики силової підготовки під час занять фітнесом жінок 18-25 років, враховуючи їх індивідуальні особливості фізичного розвитку.

Для вдосконалення силової підготовки жінок 18-25 років слід зосередитися на розробці індивідуальних тренувальних програм, що включають різноманітні види силових вправ, прогресивні навантаження, належний відпочинок та харчування. Важливо враховувати індивідуальні особливості, цілі та рівень підготовки кожної жінки, а також стежити за технікою виконання вправ, щоб уникнути травм

Розглянемо основні ключові аспекти силової підготовки:

- *Оцінка та постановка цілей:*

Перш ніж розпочати тренування, слід провести оцінку фізичного стану та визначити конкретні цілі (збільшення сили, витривалості, покращення фігури).

- *Індивідуальний підхід:*

Тренувальні програми мають бути адаптовані до віку, рівня фізичної підготовки та наявних обмежень кожної жінки.

- *Різнорічність вправ:*

Використовувати комплексні вправи (присідання, випади, жими, тяги) та ізолюючі вправи, залучаючи різні групи м'язів.

- *Прогресія навантаження:*

Поступово збільшувати вагу, кількість повторень або підходів, щоб стимулювати подальший розвиток сили.

- *Правильна техніка:*

Слід наголошувати на правильній техніці виконання вправ, щоб запобігти травмам і максимізувати ефект тренування.

- *Відпочинок та відновлення:*

Забезпечувати достатній час для відпочинку між тренуваннями, щоб м'язи могли відновитися і рости.

- *Збалансоване харчування:*

Важливим є збалансоване харчування, багате на білки, вуглеводи та корисні жири, для забезпечення енергії та відновлення м'язів.

- *Регулярність занять:*

Для досягнення стійких результатів тренування мають бути регулярними та частиною загального способу життя.

Рекомендується звернутися до кваліфікованого тренера або фахівця з фітнесу, який допоможе розробити індивідуальну програму та надасть професійні поради.

Звертайте увагу на сигнали свого тіла та уникайте надмірних навантажень, які можуть призвести до перевтоми або травм.

Таким чином, врахування всіх необхідних елементів під час здійснення силового тренування з жінками 18-25 років позитивно впливатиме на їх показники фізичного розвитку, силову підготовленість, на статуру тіла, і розробка технології оздоровчої силової підготовки для даного контингенту осіб, котрі займаються у фітнес-клубі, мають обов'язково повинні бути побудовані на врахування індивідуальних особливостей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Мартинюк О. Функціональний стан жінок першого періоду зрілого віку в процесі занять оздоровчим фітнесом. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Л.Українки. Серія: Фізичне виховання і спорт.* Луцьк. 2016. № 22. С.31–36.
2. Романчук О.П., Долгієв Є.В. Фізичний стан жінок середнього віку з урахуванням стажу занять аеробної спрямованості. *Слобожанський науково-спортивний вісник.* 2016. № 2 (52). С.101–106.

Науковий керівник кандидатка наук з фізичного виховання та спорту,
доцентка Тітова Г.В.

УДК 613.71:612.01(07)

Степанян Р.Е.

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ТА МОТИВАЦІЯ ДО ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ ДІТЕЙ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

У статті розглядаються питання формування мотивації молодших школярів, дітей учасників бойових дій, до занять футболом. Наведені висновки, що отримані завдяки психолого-педагогічному експерименту.

Ключові слова: діти, молодші школярі, футбол, дитячий тренер, модель

The article discusses the formation of motivation among younger schoolchildren, children of combatants, to play soccer. The conclusions presented were obtained through psychological and pedagogical experiments.

Keywords: children, younger schoolchildren, soccer, children's coach, model

Актуальність дослідження зумовлена концептуальними положеннями Національної доктрини розвитку освіти України у ХХІ столітті щодо необхідності виховання у школярів емпатійного світогляду, гуманістичної культури, здатної протистояти бездуховності, з повагою ставитися до традицій України, її надбань в галузі спортивних ігор, зокрема футболу. На жаль, сьогодні, в умовах викликів широкомасштабної війни України проти РФ, має місце знецінення моральних принципів молодим поколінням. Очевидно, що за відсутністю батька у багатьох українських сім'ях, відбувається зміщення цінностей, де соціалізація підростаючого покоління, широке захоплення віртуальною реальністю, що дають комп'ютерні ігри. Тут у нагоді стануть фізичні тренування, зокрема, заняття футболом, особливо на етапі початкової загальноосвітньої школи [1].

У період початкового шкільного життя закладаються основи особистості людини, формуються і закріплюються практично всі властивості та якості її характеру, ставлення до суспільства і самої себе [2]. На це й спрямовані шкільні предмети, зокрема фізична культура. Проте, незважаючи на значні можливості, процес фізичного виховання у школі акцентований переважно на розвиток рухових якостей учнів. Більш органічно фізична підготовка молодших школярів може відбуватися на тренуваннях зі спортивних ігор, зокрема, футболу у дитячій спортивній школі. Тут завдання морального і духовного виховання, по суті, виходить на перший план. Від тренера, насамперед, вимагають високої фізичної підготовленості підопічних, виконання ними встановлених нормативів. До того ж ідеологія фізичного виховання майбутніх футболістів, зокрема, здебільшого перенесена із спортивної практики старших спортсменів з її спрямованістю на вольові аспекти, дух боротьби, суперництва.

Більшість дитячих тренерів з футболу мають хороші практичні навички і уміння. Високі досягнення юнацького і дитячого футболу на міжнародних змаганнях протягом останнього десятиліття доводять високу ефективність їхньої роботи. З іншого боку, оволодіння додатковими теоретичними знаннями щодо використання сучасних психолого-педагогічних методів і прийомів організації виховного процесу школярів – дітей учасників бойових дій - до занять футболом є надзвичайно актуальним напрямком досліджень в галузі дитячих спортивних ігор.

Все це, звісно, є надзвичайно важливим. Але неможливо виховати всебічно розвинену спортивну особистість поза загальнолюдськими моральними цінностями. Тут треба враховувати реалії сьогодення – реалії широкомасштабної війни, яку розв'язала росія проти нашої держави - України. Діти учасників бойових дій знаходяться у певному психологічному стані, який, для того, щоб змінити на краще, треба докласти чималих зусиль і близьким, і вчителям, і тренерам. Отже, у процесі нашого дослідження була виокремлена експериментальна група респондентів – діти початкової школи, батьки яких є учасники бойових дій і займаються футболом.

Мета роботи – теоретично обґрунтувати й експериментально апробувати ефективність психолого-педагогічної підготовки тренерів до формування мотивації школярів (батьки яких є учасники бойових дій) до занять футболом.

Нами розроблено, науково обґрунтовано й експериментально апробовано методику формування готовності дитячих тренерів до формування мотивації молодших школярів, дітей учасників бойових дій, до занять футболом; визначено критерії, показники та рівні сформованості зазначеної готовності; подано результати констатувального і формувального етапів дослідження.

У структурі загальної готовності дитячих тренерів з футболу до вирішення цих задач нами було виокремлено мотиваційний, емоційно-вольовий, комунікативний, організаційний, когнітивний та контрольно-оцінний компоненти, що представлені у проєктивній моделі нашого дослідження. Наявність у структурі професійної діяльності тренера того чи іншого компонента вважалося критерієм сформованості рівня готовності до формування мотивації дітей учасників бойових дій до занять футболом.

Результати констатувального експерименту за визначеними критеріями дозволили дійти висновку, що сформованість готовності дитячих тренерів до формування мотивації дітей учасників бойових дій до занять футболом знаходиться переважно на низькому і середньому рівнях. Це свідчить про те, що проблемі підготовки тренерів за цим аспектом не приділяється достатньої уваги. Впровадження в тренувальний процес запропонованої нами моделі та перевірка ефективності готовності дитячих тренерів до формування мотивації дітей учасників бойових дій до занять футболом за визначених умов і складала сутність формувального експерименту.

Педагогічні умови використовувалися комплексно на кожному занятті в експериментальній групі (14 тренерів і 28 дітей молодшого шкільного віку). В основу формувального експерименту було покладено впровадження у тренувально-виховний процес розроблену нами програму *«Допомога дитячому тренеру щодо підвищення мотивації дітей учасників бойових дій до занять футболом»* дитячі тренери, який впроваджувався в практичну тренерську роботу. Засобами реалізації визначених педагогічних умов ефективної підготовки тренерів виступили рольові та ділові ігри, дискусії, диспути, вирішення педагогічних ситуацій і моральних дилем, виконання творчих робіт, педагогічна практика студентів. На прикінцевому етапі експериментально-дослідної роботи нами було проведено контрольні зрізи в експериментальній та контрольній групах. Щодо показників рівнів сформованості зазначених компонентів у контрольних групах, в яких така робота не проводилася, то зазначимо, що вони змінилися на краще, проте ці зміни, на відміну від показників експериментальної групи, не є дуже значними.

Підсумовуючи результати одержаних даних після проведення формувального експерименту, ми дійшли висновку, що цілеспрямовані

завдання для дитячих тренерів з футболу щодо формування мотивації молодших школярів до занять футболом значно впливають на формування їхньої готовності до проведення такої роботи.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кацинська Л.Л. Педагогічне управління сучасним виховним процесом. На допомогу керівникам загальноосвітніх навчально-виховних закладів Навчально-методичний посібник. – Рівне: РОУППО, 2022. – 156 с.
2. Dolinska L.V., Marushchak Y.S. Paradigm shift in education and upbringing: the influence of modern educational philosophy. *Technium Education and Humanities* 2024. Vol. 9, P.1-8 ISSN: 2821-5079 www.techniumscience.com

Науковий керівник кандидат біологічних наук, доцент Голяка С.К.

УДК 796.412-043.2:612.82-057.874"364"

Трофімова А.В.

ВПЛИВ РИТМІЧНОЇ ГІМНАСТИКИ НА ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ТА РІВЕНЬ СТРЕСУ ШКОЛЯРІВ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ

У статті розглянуто ефективність використання ритмічної гімнастики як засобу оптимізації фізичного та психоемоційного стану школярів в умовах воєнного стану. Обґрунтовано позитивний вплив систематичних занять під музичний супровід на функціональні показники організму та рівень тривожності дітей середнього шкільного віку. Представлено результати експериментального дослідження та визначено основні напрями впливу ритмічної гімнастики на стан школярів у сучасних умовах.

Ключові слова: ритмічна гімнастика, школярі, функціональний стан, психоемоційний стан, стрес.

The article discusses the effectiveness of rhythmic gymnastics as a means of optimizing the physical and psycho-emotional state of schoolchildren in conditions of martial law. The positive impact of systematic classes accompanied by music on the functional indicators of the body and the level of anxiety in middle school children is substantiated. The results of an experimental study are presented and the main areas of influence of rhythmic gymnastics on the condition of schoolchildren in modern conditions are identified.

Keywords: rhythmic gymnastics, schoolchildren, functional condition, psycho-emotional condition, stress.

Сучасна школа стикається з викликами, що стосуються не лише освітнього процесу, а й забезпечення психофізичного благополуччя учнів. Особливої актуальності ця проблема набуває в умовах воєнного стану, коли діти зазнають підвищеного рівня тривожності та психоемоційного напруження. Одним із дієвих засобів підтримки фізичного та психологічного здоров'я школярів є ритмічна гімнастика, що поєднує рухову активність і музичний супровід.

У науковій літературі спостерігається зростання інтересу до інтеграції музики та руху в освітній процес. Дослідники відзначають, що ритмічна гімнастика й інші музично-рухові вправи позитивно впливають як на фізичний, так і на психоемоційний розвиток дітей. Так, Вільчковська А. аналізує систему ритмічного виховання Далькроза і показує, як поєднання музики з рухом забезпечує комплексний розвиток: рухова імпровізація під музичні твори, розвиток музичного слуху, творча ініціатива та стимулювання психомоторики [2].

У працях Призванської І. наголошується, що музично-ритмічна діяльність виконує не лише освітню, а й корекційну функцію. Вона позитивно впливає на розвиток мовлення, ритмічність рухів і водночас сприяє зниженню психоемоційної напруги дітей. Особливий акцент дослідниця робить на ролі знайомих музичних мелодій, які викликають у дітей позитивні асоціації та спогади, що дозволяє стабілізувати їхній психоемоційний стан навіть у кризових умовах. Науковиця підкреслює, що музика у поєднанні з рухом може стати потужним ресурсом для підтримки емоційної рівноваги та профілактики стресових розладів у дітей молодшого шкільного віку [4].

Дослідження Деделюк Н., Хидьчук Ю. та Балахнічева Г. підтвердило ефективність занять ритмічною гімнастикою для дівчат середнього шкільного віку. Автори відзначають, що систематичні тренування позитивно впливають на розвиток основних фізичних якостей: збільшується гнучкість, витривалість, удосконалюється координація рухів і силові показники. Особливе значення підкреслюється у формуванні загальної фізичної підготовленості школярів, адже ритмічні вправи поєднують оздоровчий ефект із високим рівнем емоційної привабливості. Це робить ритмічну гімнастику важливим засобом комплексного фізичного виховання у шкільній практиці [3].

Окремий напрям сучасних досліджень стосується впливу фізичної активності на рівень стресу та функціональний стан організму. Так, Слухенська Р. довела, що систематичні фізичні вправи є одним із найефективніших засобів зниження психоемоційної напруги, підвищення адаптаційних резервів організму та формування стійкості до стресових факторів [5]. Аналогічні результати демонструють і зарубіжні дослідження: White R. L. та ін. на основі великомасштабного аналізу показали, що регулярна фізична активність стабільно асоціюється з покращенням

психічного здоров'я, зростанням рівня самоефективності, емоційної стійкості та відчуттям контролю над власним станом [1].

Таким чином, результати українських і зарубіжних авторів узгоджено підтверджують, що поєднання музично-ритмічної діяльності та фізичних вправ є потужним інструментом формування стресостійкості, гармонізації емоційного стану й підвищення функціональних можливостей дитячого організму.

У цьому контексті було організовано дослідження на базі Одеської гімназії №58, у якому взяли участь учні п'ятих класів. Усього до експерименту було залучено 34 школярі, яких поділили на контрольну та експериментальну групи. Заняття у контрольній групі відбувалися за традиційною шкільною програмою з фізичної культури, тоді як учні експериментальної групи протягом двох місяців відвідували спеціально розроблені уроки з ритмічної гімнастики під музичний супровід. Програма включала вправи з різним рівнем інтенсивності (65–90 % від максимальної ЧСС), елементи на розвиток витривалості, координації, гнучкості та спеціальні дихальні вправи для відновлення.

Для діагностики застосовували як функціональні проби (Руф'є, Штанге, Генчі), так і психодіагностичні методики (опитувальник СМАС для визначення рівня тривожності). Це дозволило комплексно оцінити як фізичний, так і психоемоційний стан школярів. Уже після першого етапу занять спостерігалось підвищення інтересу дітей до уроків фізичної культури: школярі з експериментальної групи відзначали, що заняття під музику є більш динамічними, емоційно привабливими та викликають бажання повторювати вправи.

Порівняльний аналіз отриманих результатів показав, що у дітей експериментальної групи знизилася частота серцевих скорочень у спокої після виконання вправ, покращилися показники дихальних проб, а також було зафіксовано зменшення рівня тривожності. У контрольній групі позитивні зміни також спостерігалися, проте вони були менш вираженими. Це підтверджує припущення про те, що саме заняття з ритмічної гімнастики у процесі фізичного виховання мають позитивний вплив на школярів і є дієвим інструментом для поліпшення фізичного стану школярів та зменшення психоемоційної напруги в умовах війни.

ЛІТЕРАТУРА:

1. White R. L., et al. Physical activity and mental health: mediation through affect, self-efficacy, and resilience. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2024. Vol. 21. Article 45. URL: <https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-024-01676-6>
2. Вільчковська А. Ритмічна гімнастика Еміля Далькроза. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2008. № 7. С. 136–141. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=Fvs_2008_2_14

3. Деделюк Н., Хидьчук Ю. Балахнічева Г. Ритмічна гімнастика як ефективний засіб підвищення фізичної підготовленості дівчат середнього шкільного віку. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2013. № 1. С. 69–72. URL: <https://sportvisnyk.vnu.edu.ua/index.php/sportvisnyk/article/view/599/588>
4. Призванська І. В. Вплив популярної музики на емоційне благополуччя дітей у час війни. *Вісник Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 16: Психологічні науки*. 2025. № 1. С. 110–118. URL: <http://publications.lnu.edu.ua/bulletins/index.php/pedagogics/article/view/13472/13957>
5. Слухенська Р. В. Фізична активність як засіб зняття психоемоційного напруження. *Сучасні проблеми педагогіки і психології*. 2022. № 1. С. 230–236. URL: <https://spppc.com.ua/index.php/journal/article/view/860/846>

Науковий керівник кандидат педагогічних наук, доцент Пришва О.Б.

УДК 796.894

Шляпаков Ю.Я.

ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ПАУЕРЛІФТИНГОМ НА РОЗВИТОК СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ ТА МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНІ ПОКАЗНИКИ ЮНАКІВ 16-20 РОКІВ

У статті розглядаються питання вивчення вплив занять пауерліфтингом на розвиток силових якостей та морфофункціональні показники юнаків 16-20 років

Ключові слова: юнаки 16-20 років, пауерліфтинг, слові якості, морфофункціональні показники.

The article examines the issue of studying the influence of powerlifting on the development of strength qualities and morphofunctional indicators of young men aged 16-20. Keywords: young men aged 16-20, powerlifting, strength qualities, morphofunctional indicators.

Фізичному вдосконаленню людини, гармонійному розвитку її тіла приділяли багато уваги в історії людства.

Добре розвинена мускулатура робить людину сильнішою, а її тіло красивішим. Безумовно, приємно бачити особу, яка має ідеальні пропорції, розвиток м'язів рук, ніг, тулуба та всебічний розвиток м'язів в цілому.

Кожна людина може досягти, щоб її тіло було добре розвинене, але для цього треба систематично займатися фізичними вправами, що дозволить також до глибокої старості зберігати струнку статуру [1, 2].

Добрий фізичний розвиток та здоров'я, як правило, виступають як єдине ціле.

В основі спеціальної силової підготовленості лежить знання та оволодіння сучасними засобами, формами і методами тренування силових здібностей.

Популярність сучасних видів силових тренувань, зокрема пауерліфтингу серед молодого населення, і ця популярність визначається своєю простотою сприятливим впливом на здоров'я спортсмена-пауерліфтера, та швидким ростом спортивних результатів.

Відомо, що тренування у пауерліфтингу дозволяють зростання м'язової сили, дозволяють позитивно впливати на суглобово-зв'язковий апарат, розвивають фізичні якості, зокрема витривалість та гнучкість, виховують волеволі якості, підвищують працездатність всього організму.

На сьогодні вивчення сутності 1 основних теоретико-методичних положень під час спеціальної силової підготовки в пауерліфтингу полягає в її теоретичному засвоєнні щодо положень розвитку сили, тактики й техніки тренувань. Як відомо, під час підготовки спортсменів високого рівня із багатьох складових частин системи найважливішою є методика тренувань[1, 2].

Протягом всього процесу підготовки з розвитку силових можливостей пауерліфтерів слід застосовувати різні засоби та методи силового тренування, а також підвищувати можливості морфологічного розвитку, вдосконалення функціональних систем, що забезпечують високий рівень підготовки, використовуючи традиційні та новітні методи тренувань [1, 2].

Мета роботи: вивчення застосування різних засобів й методів силового тренування для розвитку спеціальних силових якостей і морфофункціональних показників фізичного розвитку юнаків-пауерліфтерів.

Дослідження проводилося із групою юнацького віку, які займалися пауерліфтингом (вік 16-20 років), загалом 20 осіб. Визначення морфофункціональних показників фізичного розвитку та розвитку спеціальних силових можливостей ми здійснювали два рази: перший етап дослідження (проводили у жовтні 2024 року), другий етап дослідження припадав на березень 2025 року після закінчення шестимісячного комплексу спеціального силового тренування для пауерліфтерів.

Юнаки, яких ми віднесли до експериментальної групи займалися із силовими навантаженнями із застосуванням різних засобів силової підготовки. З цією метою використовували штанги, гирі, гантелі, тренажерні пристрої та блоки, а також перекладину й поперечні бруси.

Група пауерліфтерів працювала за розробленим комплекс силових вправ, який був розрахований для розвитку силових якостей (протягом 6-х місяців). На протязі двох місяців з них ми передбачили заняття, яка стосувалася загальної силової підготовки. Під час третього-шостого місяців тренувань було запропоновано тільки спеціальна силова підготовка зі

штангою, гантелями й тренажерними пристроями (блоки) для розвитку силових якостей, із використанням інтенсивних навантажень (для зміцнення м'язів та збільшення їх обсягів).

В результаті аналізу науково-методичної літератури з'ясовано, що пауерліфтинг являє собою систему різнобічних силових вправ, спрямованих на розвиток сили, формування пропорційної фігури й зміцнення здоров'я, позбавлення від багатьох фізичних вад, сприяє комплексному розвитку фізичних якостей людини.

Спеціальні фізичні вправи, що використовуються на заняттях пауерліфтингом передбачають вплив на різні групи м'язів з використанням різних режимів роботи (поступаюча, утримуюча та долаюча). Основними фізіологічними факторами прояву сили у пауерліфтерів є структура м'язів, м'язова маса, внутрішньом'язова та міжм'язова координація, реактивність м'язів та потужність енергоджерел.

Виявлено, що за період проведення тренувальних занять із застосуванням спеціальних силових вправ поміж морфологічних показників фізичного розвитку найбільш достовірно покращилися середні показники окружності грудної клітки (на 11,9%), ширини спини (на 13,7%) та окружності правого та лівого плеча (по 14,8%). Слід відмітити, що достовірні відмінності виявлено поміж функціональних показників лише при порівнянні середніх показників життєвої ємності легень на різних етапах дослідження ($t=2,56$, $p\leq 0,05$).

Виявлено, що застосування систематичних силових тренувань пауерліфтерів із комплексним використанням різних засобів тренувань сприяють покращенню виконання вправ, які характеризували розвиток спеціальних силових якостей, зокрема показник жиму на брусах на 51,8%, станова тяга на 51,6%, а «жим штанги стоячи» - на 49,3%, Середній показник жиму штанги лежачи на кінець експерименту підвищився на 47,0%, присідання зі штангою на 44,4%, жим штанги вузьким хватом 29,2%, підтягування на перекладині з вагою підвищився на 28,2%.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Грибан Г.М. Розвиток силових якостей у студентів-чоловіків у навчальному процесі з фізичного виховання засобами пауерліфтингу та гирьового спорту. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. Випуск 10 (141). 2021. С.39-42.
2. Стеценко А.І., Гунько П.М. Теорія і методика пауерліфтингу: Навчальний посібник. Черкаси: ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2011. 216 с. / Режим доступу: <http://eprints.cdu.edu.ua>

Науковий керівник докторка філософії зі спеціальності 017. Фізична культура і спорт Дробот К.В.

ЗМІСТ

РОЗДІЛ І ГУМАНІТАРНІ НАУКИ.....	14
ФАКУЛЬТЕТ УКРАЇНСЬКОЇ Й ІНОЗЕМНОЇ ФІЛОЛОГІЇ, ЖУРНАЛІСТИКИ ТА МИСТЕЦТВ.....	15
Бакал Є.В. СТИЛІСТИЧНІ ПРИЙОМИ В МЕДІАТЕКСТАХ «СУСПІЛЬНЕ ХЕРСОН»	16
Басанчук К.А. ЗАСТОСУВАННЯ ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ЗАКЛАДАХ ПОЧАТКОВОЇ МУЗИЧНОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ	19
Богдан В.Ю. ВПЛИВ ЦИФРОВИХ ПЛАТФОРМ НА РЕПРЕЗЕНТАЦІЮ СУЧАСНОЇ УКРАЇНСЬКОЇ КУЛЬТУРИ	23
Борсук Н.Д. НАРОДНА ІГРАШКА ЯК ДЖЕРЕЛО ТВОРЧОГО НАТХНЕННЯ БАЛЕТМЕЙСТЕРА В ХОРЕОГРАФІЧНОМУ МИСТЕЦТВІ	25
Брагін Р.Р. АДАПТАЦІЯ АНГЛІЗМІВ У НІМЕЦЬКОМОВНИХ МЕДІАТЕКСТАХ СПОРТИВНОЇ ТЕМАТИКИ: КРОСКУЛЬТУРНИЙ ВПЛИВ НА СПОРТИВНУ ЛЕКСИКУ І ТЕРМІНОЛОГІЮ	30
Винокур Л.В. ФУНКЦІЇ ЗАГОЛОВКІВ ОНЛАЙН-ВИДАННЯ «ОСВІТОРІЯ МЕДІА».....	33
Гербенська О.В. НЕОКЛАСИКА В УКРАЇНСЬКОМУ БАЛЕТІ: СИНТЕЗ КЛАСИКИ, МОДЕРНУ ТА НАЦІОНАЛЬНИХ МОТИВІВ	36
Гоман Ю.П. ФОРМУВАННЯ ХУДОЖНЬОГО ОБРАЗУ ЗАСОБАМИ ОРИГІНАЛЬНОЇ ГРАФІКИ.....	39
Гуцало С.Г. АТМОСФЕРНІ ТА ЕМОЦІЙНІ АСПЕКТИ ЗВУКОРЕЖИСУРИ В ТЕАТРАЛЬНИХ ВИСТУПАХ.....	41
Доронкіна М.С. ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ВИКЛАДАЧІВ-ВОКАЛІСТІВ МИСТЕЦЬКИХ ШКІЛ З ВИКОРИСТАННЯМ МОЖЛИВОСТЕЙ ІКТ	46

Дьяченко К.О.	
МОВНА РЕПРЕЗЕНТАЦІЯ ҐЕНДЕРУ У СУЧАСНІЙ НІМЕЦЬКІЙ МОВІ	50
Киця А.А.	
КОНЦЕПТ «УКРАЇНА» В ПОЕТИЧНОМУ МОВЛЕННІ МАКСИМА КРИВЦОВА.....	53
Кобилецький О.О.	
ВПЛИВ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ЗБЕРЕЖЕННЯ КУЛЬТУРНОЇ СПАДЩИНИ ІВАНО-ФРАНКІВЩИНИ: КЕЙС-СТАДІ.....	57
Курачова О.А.	
ТЕАТРАЛЬНА АДАПТАЦІЯ В ЧАСИ ВІЙНИ: КЕЙС ФЕСТИВАЛЮ «МЕЛЬПОМЕНА ТАВРІЇ» (2023–2024 РОКИ).....	63
Лукинів М.Д.	
ЗБЕРЕЖЕННЯ ТА ПРОГРЕС УКРАЇНСЬКОГО ХОРЕОГРАФІЧНОГО ФОЛЬКЛОРУ: ВЗ'ЯЗОК ТРАДИЦІЙНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ І СУЧАСНОСТІ.....	68
Мовчан А.І.	
ЗНАЧЕННЯ ПРОЄКТУ «ПОЕТИЧНА ШАФА» В КОНТЕКСТІ СУЧАСНОГО КУЛЬТУРНОГО ЖИТТЯ ХЕРСОНА.....	73
Перетяпко-Захаропулу Ю.Д.	
ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОЇ КАРТИ В МЕТОДИЦІ НАВЧАННЯ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ ТА ПРИНЦИПИ ЇЇ СКЛАДАННЯ	77
Піліпішина К.М.	
ФЕСТИВАЛІ ТА КОНКУРСИ ЯК ІНСТРУМЕНТ ЗБЕРЕЖЕННЯ Й РОЗВИТКУ УКРАЇНСЬКОЇ ТАНЦЮВАЛЬНОЇ КУЛЬТУРИ	80
Пономаренко А.І.	
ОСОБЛИВОСТІ ДИРИГЕНТСЬКО-ХОРОВОЇ ПІДГОТОВКИ МАГІСТРІВ МУЗИЧНОГО МИСТЕЦТВА В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ	84
Попкова О.А.	
ФУНКЦІОНАЛЬНЕ НАВАНТАЖЕННЯ СКЛАДНИХ СЛІВ У НІМЕЦЬКИХ МЕДІАТЕКСТАХ: МІЖ ТОЧНІСТЮ І КРЕАТИВНІСТЮ.....	88
Пруднікова Н.О.	
МИСТЕЦТВО ЯК ТЕРАПІЯ: РОЛЬ АМАТОРСЬКИХ КОЛЕКТИВІВ СПЕЦІАЛЬНИХ ШКІЛ У АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПРОБЛЕМАМИ У СУСПІЛЬСТВІ.....	91
Реуцева О.М.	
ПІДЛІТКОВІ ТРАНСФОРМАЦІЇ У СУЧАСНІЙ ЖІНОЧІЙ ПРОЗІ	94

Ріпа О.І.	
ОСОБЛИВОСТІ ВІДТВОРЕННЯ РЕЛІГІЙНО-ФІЛОСОФСЬКОГО ПІДТЕКСТУ В ПЕРЕКЛАДІ АНГЛОМОВНИХ ПІСЕНЬ ГУРТУ "METALLICA" УКРАЇНСЬКОЮ МОВОЮ.....	100
Рудницька Є.В.	
КОМП'ЮТЕРНА ГРАФІКА ЯК УНІВЕРСАЛЬНИЙ ІНСТРУМЕНТ СУЧАСНОСТІ.....	103
Соценко Ю.Ю.	
КУЛЬТУРНА ДИПЛОМАТІЯ: РОЛЬ УКРАЇНСЬКИХ МИСТЕЦЬКИХ ПРОЄКТІВ У МІЖНАРОДНОМУ СПІВРОБІТНИЦТВІ ТА КУЛЬТУРНІЙ ПІДТРИМЦІ.....	105
Співаковська Є.О.	
УКРАЇНСЬКІ ЖІНОЧІ ОБРАЗИ ЯК ДЖЕРЕЛО ХОРЕОГРАФІЧНОЇ ІМПРОВІЗАЦІЇ	108
Тимків Б.І.	
БУКОВИНСЬКИЙ ТАНЕЦЬ ЯК ВІДОБРАЖЕННЯ КУЛЬТУРНОГО БАГАТСТВА РЕГІОНУ: ТРАДИЦІЇ ТА СУЧАСНІ ІНТЕРПРЕТАЦІЇ.....	112
Ткач Н.В.	
ЗАКЛАДИ ДОЗВІЛЛЯ ЯК КУЛЬТУРНИЙ ФЕНОМЕН: ТРАНСФОРМАЦІЯ ЦІННОСТЕЙ І ФОРМ ВІДПОЧИНКУ В ХХІ СТОЛІТТІ.....	114
Трифонов М.М.	
МИСТЕЦТВО ТАНЦЮ ЯК ВИХОВАННЯ ОСОБИСТОСТІ	118
Харченко К.Ю.	
ЛЮБОВ, САМОТНІСТЬ І ІЗОЛЯЦІЯ У ПОЕЗІЇ ЕМІЛІ ДІКІНСОН: ЛЕКСИКО-СЕМАНТИЧНИЙ ТА ЛІНГВОКОГНІТИВНИЙ АНАЛІЗ.....	121
Циганюк Л.Є.	
РОЛЬ ТАНЦІВ ГУЦУЛЬЩИНИ У СОЦІАЛЬНИХ ВЗАЄМОДІЯХ ТА ФОРМУВАННІ ІДЕНТИЧНОСТІ.....	123
Чехунін Д.С.	
ЕВОЛЮЦІЯ АКАДЕМІЧНОГО РЕПЕРТУАРУ ДЛЯ СОЛЬНОГО САКСОФОНА: ІСТОРИКО-СТИЛЬОВІ АСПЕКТИ.....	127
Шведова А.М.	
ТАНЕЦЬ ЯК ЕМОЦІЙНИЙ ТЕКСТ: ОСМИСЛЕННЯ ДИНАМІКИ ПОЧУТТІВ У ХОРЕОГРАФІЧНІЙ КОМПОЗИЦІЇ	131
Шкімбова В.Ю.	
ЦИФРОВИЙ ЖИВОПИС: СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ	133

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ, ІСТОРІЇ ТА СОЦІОЛОГІЇ.....	138
Агафонов В.Ю. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ЗВ'ЯЗКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ З ПРОЯВАМИ БУЛІНГУ ПІДЛІТКІВ	139
Агафонова Г.В. СОЦІАЛЬНІ ТРАНСФОРМАЦІЇ ЯК ЧИННИК ПОСИЛЕННЯ ТРИВОЖНИХ І ДЕПРЕСИВНИХ ПРОЯВІВ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ	143
Арашкієва К.А. ПСИХОЛОГІЧНІ ЗМІСТОВІ ПАРАМЕТРИ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	147
Бабенко В.О. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО ВЕДЕННЯ БОЙОВИХ ДІЙ	150
Бабій Н.А. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ЛЮДЕЙ З ОЗНАКАМИ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ	155
Балабай Г.В. ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ХРОНІЧНОГО СТРЕСУ	160
Бандалет О.О. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ УПРАВЛІННЯ ЗАКЛАДОМ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	165
Барабаш Л.В. ОЦІНКА ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ВИКЛАДАЧІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	170
Берюк В.А. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ РЕГІОНАЛІСТИКИ У ІСТОРИЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ РОЗВИТКУ ФЕОДАЛЬНИХ ІНСТИТУЦІЙ У КРАЇНАХ ЗАХІДНОЇ ЄВРОПИ У ДОБУ ВИСОКОГО СЕРЕДНЬОВІЧЧЯ	174
Борсук А.В. ІНДИВІДУАЛЬНО-ТИПОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗУМЕРІВ У НАВЧАЛЬНО-ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ.....	177
Брілінська Н.В. ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ ШКОЛЯРІВ.....	180
Ванюшкіна Я.С. ПСИХОЛОГІЧНІ ЗМІСТОВІ ПАРАМЕТРИ СОЦІАЛЬНОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	183

Вітрук О.М. МЕТОД KEYС-МЕНЕДЖМЕНТУ В СОЦІАЛЬНІЙ РОБОТІ ЩОДО ПІДТРИМКИ ОСОБИСТОСТІ В КРИЗОВІЙ СИТУАЦІЇ.....	185
Волковічер Г.Я. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ОСОБИСТОСТІ В КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ	189
Волкодав О.В. ІННОВАЦІЇ В СОЦІАЛЬНО-ПРЕВЕНТИВНІЙ РОБОТІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ З ДІТЬМИ ТА ПІДЛІТКАМИ	193
Воробець А.В. ВПЛИВ ВІЙСЬКОВОГО СТАНУ НА РОЗВИТОК ПОДРУЖНІХ ВІДНОСИН	198
Воробйов С.О. ОСОБЛИВОСТІ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ ТРУДОВОГО КОЛЕКТИВУ	204
Гаврилюк Т.С. СОЦІОКУЛЬТУРНИЙ РОЗВИТОК УКРАЇНСЬКОГО СЕЛЯНСТВА В УМОВАХ МОДЕРНІЗАЦІЇ СУСПІЛЬСТВА ДРУГОЇ ПОЛОВИНИ ХІХ - ПОЧАТКУ ХХ СТ.....	209
Георгейко В.В. ПСИХОСОЦІАЛІЗАЦІЯ ДІТЕЙ З АУТИЗМОМ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ	212
Герасименко О.В. РОЗВИТОК ЕМПАТІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ЗАСОБАМИ ТРЕНІНГОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ.....	216
Герко С.А. ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНИХ ОЧІКУВАНЬ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ.....	219
Голінський М.О. СИСТЕМА СЕМАШКА ТА ЇЇ НЕГАТИВНІ НАСЛІДКИ ДЛЯ УКРАЇНСЬКОЇ СИСТЕМИ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я	222
Гук В.М. ПОЛІКОНФЕСІЙНІСТЬ ЯК ОСОБЛИВІСТЬ УКРАЇНСЬКОГО КАПЕЛАНСТВА ХХ СТОЛІТТЯ	225
Денисюк К.В. ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ГЕНДЕРНИХ СТЕРЕОТИПІВ ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ	229
Дергачева Т.А. ПСИХОЛОГІЧНІ ЗМІСТОВІ ПАРАМЕТРИ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ З БОЙОВИМ ДОСВІДОМ	233

Деркаченко В.О. ОСВІТА В УМОВАХ ОКУПАЦІЇ В М. ХЕРСОН (ЗА МАТЕРІАЛАМИ УСНО-ІСТОРИЧНИХ СВІДЧЕНЬ)	237
Дешко М.О. ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ ДІТЕЙ ЗАСОБАМИ ІГРОВОЇ ТЕРАПІЇ	240
Дибя А.М. РОЛЬ ТРИВОЖНОСТІ У ВИМІРАХ ПСИХОСОМАТИЧНИХ РОЗЛАДІВ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ	242
Дойбан М.А. РОБОТА З СПІВЗАЛЕЖНІСТЮ МЕТОДАМИ ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПІЇ.....	245
Домарацька Т.Б. ПРОТИДІЯ ВПЛИВУ РОСІЙСЬКОЇ ПРОПАГАНДИ У ШКІЛЬНОМУ КУРСІ ІСТОРІЇ УКРАЇНИ: МЕТОДИЧНІ ПІДХОДИ.....	250
Дорохов С.В. ПСИХОЛОГІЯ МІФОТВОРЧОСТІ В УМОВАХ ВИСОКОТЕХНОЛОГІЧНОЇ ВІЙНИ: ФОЛЬКЛОР, МЕМИ ТА МАСОВА КУЛЬТУРА ЯК ВІДОБРАЖЕННЯ СТАВЛЕННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗСУ ДО ДРОНІВ, РОБОТІВ ТА ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ.	254
Дяценко В.А. ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ПАРТНЕРСТВА ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ, ГРОМАДИ, ГРОМАДСЬКИХ ОРГАНІЗАЦІЙ І МІЖНАРОДНИХ СТРУКТУР У ПІДТРИМЦІ ДІТЕЙ-ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ.....	258
Єгупова І.В. РОЗРОБКА ПРОГРАМИ ВПРОВАДЖЕННЯ МЕТОДІВ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ У ПОДОЛАННІ ТРИВОЖНИХ РОЗЛАДІВ ОСОБИСТОСТІ	262
Єлубаєва А.А. РОЛЬ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ У РЕВОЛЮЦІЇ ГІДНОСТІ 2013 – 2014 РОКІВ	265
Жигун О.В. ДІАГНОСТИКА ТА КОРЕКЦІЯ КОНФЛІКТНОЇ ПОВЕДІНКИ ОСІБ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ В УМОВАХ СУЧАСНОСТІ.....	268
Жукова О.Г. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ОСІБ З ДЕОКУПОВАНИХ ТЕРИТОРІЙ УКРАЇНИ	273
Зіміна О.В. ПСИХОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ ТА АДАПТАЦІЯ МОЛОДІ МІГРАНТІВ	277

Зубрійчук А.С.	
СИСТЕМА ОРГАНІЗАЦІЇ РОБОТИ МОБІЛЬНОЇ СОЦІАЛЬНОЇ СЛУЖБИ.....	282
Капустіна В.В.	
ОГЛЯД ОСОБИСТІСНИХ РИС ЯК ЧИННИКІВ РИЗИКУ ВИНИКНЕННЯ ПСИХОСОМАТИЧНИХ РОЗЛАДІВ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	286
Карлюка С.О.	
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ АКТУАЛЬНИХ СТРАХІВ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ	292
Квадріціус Н.С.	
ЖИТТЄВІ КРИЗОВІ СТАНИ ЖІНОК В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	295
Ковальова Н.С.	
ТРАНСФОРМАЦІЙНІ ІГРИ ТА МЕТАФОРІЧНІ АСОЦІАТИВНІ КАРТИ ЯК РЕСУРС ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ	298
Ковнір О.М.	
ВОЛОНТЕРСТВО ЯК ЧИННИК СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ТА РОЗВИТКУ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ	303
Комаровська-Севост'янова О.В.....	308
ПОДОЛАННЯ ЗАСОБАМИ ПСИХОКОРЕКЦІЇ НАСЛІДКІВ СТРЕСОВИХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ.....	308
Константинова Г.В.	
ІСТОРІЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ОСВІТИ НА ПІВДНІ УКРАЇНИ НАПРИКІНЦІ ХVІІІ – НА ПОЧАТКУ ХХ СТ. У ПРАЦЯХ СУЧАСНИХ ДОСЛІДНИКІВ	311
Концемал Ж.І.	
ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ	315
Корнага Н.Т.	
ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО РОБОТИ З ПРОБЛЕМНИМИ КЛІЄНТАМИ.....	319
Короленко Н.В.	
СИСТЕМА ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗАСОБІВ ЕМОЦІЙНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ ПІДЛІТКІВ.....	323
Костенко В.О.	
ПІДТРИМКА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ: ШЛЯХИ ВІДНОВЛЕННЯ ЧЕРЕЗ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВУ ТЕРАПІЮ	328

Кравчук І.Є. РОЛЬ СТРЕСУ В ПАТОГЕНЕЗІ ПСИХОСОМАТИЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ.	331
Кукіль Т.О. СОЦІАЛЬНА ІНТЕГРАЦІЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ: ЛОКАЛЬНИЙ КОНТЕКСТ	335
Кунець Д.В. АДАПТИВНА ПОВЕДІНКА ТА МЕТОДИКИ УСВІДОМЛЕНOSTІ В УМОВАХ ТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСУ: ДОСВІД ЖІНОК ХЕРСОНЩИНИ	338
Кучерява К.С. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПІДЛІТКІВ-ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ	342
Левченко С.В. ЗВ'ЯЗОК СТРАХУ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ МОЛОДІ З НАСЛІДКАМИ ТРАВМІВНОГО ВПЛИВУ	345
Лещенко В.В. ПАРАМЕТРИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	349
Лобода Ю.В. ПСИХОКОРЕКЦІЯ СТРЕСОВИХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ	353
Малярчук І.Б. ПСИХОЛОГІЧНІ ЗМІСТОВІ ПАРАМЕТРИ ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ	358
Маначинська О.Ю. ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ В УМОВАХ ВІЙНИ	360
Масалітіна К.П. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОКОРЕКЦІЇ ТРИВОЖНОСТІ ДОРΟΣЛИХ ЗАСОБАМИ КАЗКОТЕРАПІЇ	364
Маслянік А.В. ВЗАЄМОДІЯ БАТЬКІВ І ДІТЕЙ ІЗ ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ	369
Мішукова О.О. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТИВНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ СТРЕСУ ОСОБИСТОСТІ	373
Нагуліна І.В. ОСОБЛИВОСТІ КРИЗИ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	376

Неготюк А.В.	
ПСИХОКОРЕКЦІЯ УВАГИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ІЗ ЗАТРИМКОЮ ПСИХОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ	379
Нестерук Р.Р.	
ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ.....	381
Новосадова Ю.В.	
НЕСВІДОМЕ І КАР'ЄРНІ ВИБОРИ: ГЛИБИННО-ПСИХОЛОГІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ СПАДКОВИХ ПОТЯГІВ У ПРОФЕСІЙНІЙ РЕАЛІЗАЦІЇ	385
Орлик Л.А.	
КРОС-КУЛЬТУРНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ДЕТЕРМІНАНТ СОЦІАЛЬНОЇ МІГРАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ.....	390
Охотенко О.С.	
СТАТЕВІ ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ СУБ'ЄКТІВ НАВЧАЛЬНО-ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	394
Пантеліаді Є.О.	
ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВИГОРАННЯ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ В УКРАЇНІ ТА ЗА ЇЇ МЕЖАМИ	397
Парафіленко Н.О.	
ПІДВИЩЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ ЗАСОБАМИ ЙОГИ	401
Пасько Н.П.	
КОМПЛЕКСНА ПІДТРИМКА ВЕТЕРАНІВ БОЙОВИХ ДІЙ: ВИКЛИКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ В УКРАЇНІ.....	406
Патригура Р.С.	
СОЦІАЛЬНА РОБОТА З МОЛОДДЮ В СУЧАСНИХ ВІТЧИЗНЯНИХ УМОВАХ.....	409
Пеняшкіна О.О.	
ПСИХОЛОГІЧНІ ЗМІСТОВІ ПАРАМЕТРИ АДАПТАЦІЇ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ: ТЕОРЕТИКО-ЕМПІРИЧНИЙ АНАЛІЗ.....	412
Пересунько О.В.	
ПСИХОЛОГІЧНІ ЗМІСТОВІ ПАРАМЕТРИ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВОЄННИХ ДІЙ.....	415
Пономаренко О.О.	
СПЕЦІАЛІЗОВАНІ ЦЕНТРИ ЯК ІНСТРУМЕНТ СОЦІАЛЬНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ ВЕТЕРАНІВ: ПРАКТИКА ТА ВИКЛИКИ.....	419
Попова К.Ю.	
ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ДЕСТРУКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ У СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНИХ НАУКАХ.....	424

Проценко О.І. ПЕРЕЖИВАННЯ ГОРЮВАННЯ І АДАПТУВАННЯ ДО ЗМІН ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ.....	427
Романишин І.В. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ УПРАВЛІННЯ СТРЕСОМ У ВІЙСЬКОВИХ ПІД ЧАС БОЙОВИХ ДІЙ	429
Сажнев С.М. ВПЛИВ ТРИВАЛОСТІ БОЙОВИХ ДІЙ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	433
Сафонова О.В. ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ ЕМПАТІЇ У СТУДЕНТІВ РІЗНИХ НАПРЯМІВ. ДОСВІД ПОЛЬЩІ	438
Сватуха Л.В. ПРОФІЛАКТИКА ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ ТА ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ФАХІВЦІВ, ЯКІ ПРАЦЮЮТЬ ДИСТАНЦІЙНО	443
Сівак Н.О. ПРОБЛЕМИ ТА ШЛЯХИ ОРГАНІЗАЦІЇ СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНОЇ ДОПОМОГИ МЕШКАНЦЯМ ДЕОКУПОВАНИХ ТЕРИТОРІЙ УКРАЇНИ (НА ПРИКЛАДІ СІЛ БІЛОЗЕРСЬКОЇ ГРОМАДИ ХЕРСОНСЬКОЇ ОБЛАСТІ)	447
Скороварова Н.М. ВПЛИВ КОНТУЗІЇ НА КОГНІТИВНІ ЗДІБНОСТІ ОСОБИСТОСТІ	451
Скороход О.М. ОРГАНІЗАЦІЙНО-УПРАВЛІНСЬКІ МОДЕЛІ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ В БАГАТОПРОФІЛЬНИХ РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ ЦЕНТРАХ: УКРАЇНСЬКИЙ ТА ЄВРОПЕЙСЬКИЙ ДОСВІД	455
Смирнова Л.В. ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВІВ АГРЕСІЇ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПОРУШЕННЯМ МОВЛЕННЯ	460
Способ М.М. ПСИХОЛОГІЧНІ СКЛАДОВІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ТА ТЕХНІКИ САМОДОПОМОГИ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ	464
Суслинець О.М. ПРОГРАМА ЗАСТОСУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ТЕХНІК ВПЛИВУ У ФОРМУВАННІ ФІНАНСОВИХ ПЕРЕКОНАНЬ У МОЛОДІ	467
Татаровська Т.С. ГЕНДЕРНА ІДЕНТИЧНІСТЬ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ОСОБИСТОСТІ.....	470

Троян А.Ю.	
ОСОБЛИВОСТІ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТІВ ДО МАЙБУТНЬОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ КАР'ЄРИ	473
Туранська О.В.	
АДАПТАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ ДО СТРЕСУ ЗАСОБАМИ КАЗКОТЕРАПІЇ.....	477
Федишин М.М.	
ЦІННІСНІ ОРІЄНТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В ТРАНСФОРМАЦІЙНИХ УМОВАХ СОЦІУМУ.	483
Ференц Д.В.	
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ	485
Чарнецька М.Г.	
ПРОГРАМА КОРЕКЦІЇ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ЗАСОБАМИ МЕТАФОРИ	489
Чермошенцева Н.М.	
АКТУАЛЬНИЙ СТАН ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ПОРТРЕТУ ГРОМАДСЬКОЇ АКТИВІСТКИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	493
Шишовська О.А.	
ЧИННИКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ: РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ	497
Шлома О.С.	
СПЕЦИФІКА ТРАНСФОРМАЦІЇ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ВНУТРІШНЬО-ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ	500
Яковенко О.В.	
ПСИХОКОРЕКЦІЯ ТРИВОЖНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ЗАСОБАМИ ПСИХОТЕХНІК.....	503
Яремчук М.Я.	
ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ДРУЖИН ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ВНАСЛІДОК ВТРАТИ	506
Яценко К.О.	
ТАТУЮВАННЯ ЯК ПРОЄКЦІЯ ТРАВМАТИЧНОГО ДОСВІДУ ТА СПОСІБ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ	510
ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ	514
Ващишина О.А.	
ЛОГОПЕДИЧНИЙ СУПРОВІД ДІТЕЙ ІЗ АУТИЧНИМ РОЗЛАДОМ: КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ ПОНЯТТЯ.....	515

Данилюк В.І.	
ПОТЕНЦІАЛ АДАПТИВНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ТА ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ФОРМУВАННІ ОСВІТНЬОЇ ТРАЄКТОРІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ	520
Онофришин А.І.	
ІНТЕГРОВАНІЙ ПІДХІД ДО ПОДОЛАННЯ ЗАЇКАННЯ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	523
Халова А.О.	
МОТИВАЦІЙНИЙ ПОТЕНЦІАЛ YOUTUBE-КОНТЕНТУ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ	527
РОЗДІЛ II ПРИРОДНИЧО-МАТЕМАТИЧНІ НАУКИ.....	532
ФАКУЛЬТЕТ БІОЛОГІЇ, ГЕОГРАФІЇ ТА ЕКОЛОГІЇ.....	533
Баханова А.С.	
БІОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ ТА СТРАТЕГІЇ ПРОТИДІЇ ЯВИЩУ АНТИБІОТИКОРЕЗИСТЕНТНОСТІ	534
Бондар О.Ю.	
ГЕОМОРФОЛОГІЧНІ БЕРЕГОВІ СИСТЕМИ УКРАЇНИ В ГЕОГРАФІЇ СЕРЕДНЬОЇ ШКОЛИ: ЗМІСТ ТА МЕТОДИЧНІ ЗАВДАННЯ	538
Зобровська М.О.	
ПОТЕНЦІАЛ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ ДЛЯ ПОДОЛАННЯ ОСВІТНІХ ВТРАТ І НАСЛІДКІВ ВПЛИВУ ВІЙНИ	542
Іванов Д.О.	
ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ГЕНЕТИЧНОЇ ОРГАНІЗАЦІЇ ЗЛОЯКІСНИХ КЛІТИН	545
Кушніренко М.Е.	548
ВИКОРИСТАННЯ БІОБАНКІВ НА УРОКАХ БІОЛОГІЇ	548
Савченко О.В.	
РОЗВИТОК КЛЮЧОВИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ НА УРОКАХ БІОЛОГІЇ З ТЕМИ «ІМУННА СИСТЕМА»	550
Смаль Р.В.	
ТЕРМІНОЛОГІЧНИЙ СЛОВНИК ДЛЯ УРОКІВ ГЕОГРАФІЇ: «ЗЕМЛЯ ЯК ПЛАНЕТА. ТОПОГРАФІЯ»	554
ФАКУЛЬТЕТ КОМП'ЮТЕРНИХ НАУК, ФІЗИКИ ТА МАТЕМАТИКИ	558
Бойчук С.В.	
РОЗРОБКА СИСТЕМИ УПРАВЛІННЯ КОРПОРАТИВНИМИ АКАУНТАМИ ПРИ ВИКОРИСТАННІ ОСВІТНІХ МОБІЛЬНИХ ЗАСТОСУНКІВ В ЕКОСИСТЕМІ ЦИФРОВИХ ПЛАТФОРМ	559

Болюк Г.Ю.	
АВТОМАТИЗОВАНЕ ДОВЕДЕННЯ ТЕОРЕМ ІЗ ВИКОРИСТАННЯМ МЕТОДІВ МАШИННОГО НАВЧАННЯ	564
Войнов В.С.	
РОЗРОБКА ПРОГРАМНОЇ СИСТЕМИ НАВЧАЛЬНОГО ПРИЗНАЧЕННЯ “МАТЕМАТИЧНІ МОДЕЛІ ТА АЛГОРИТМИ ЛОГІСТИКИ”	567
Войташенко В.П.	
АВТОМАТИЗОВАНА СИСТЕМА ЗБОРУ, АНАЛІЗУ ТА ОБРОБКИ ІНФОРМАЦІЇ ПРО ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ В МЕРЕЖІ ІНТЕРНЕТ.....	569
Волошин С.В.	
ФОРМУВАННЯ ДОСЛІДНИЦЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ В УЧНІВ ЗАКЛАДІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ АСТРОНОМІЇ НА ПРИКЛАДІ В ІВЧЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ РОБОТИ КОСМІЧНОГО ТЕЛЕСКОПУ «ДЖЕЙС ВЕББ».....	574
Гончарук С.В.	
РОЗРОБКА МУЛЬТИМЕДІЙНОГО ВЕБ-ДОДАТКУ ДЛЯ НАДАННЯ ТУРИСТИЧНИХ ПОСЛУГ	579
Демчук О.О.	
АВТОМАТИЗАЦІЯ ПРОЦЕСІВ ГЕЙМІФІКАЦІЇ В СИСТЕМАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ	582
Калашник А.П.	
РОЗРОБЛЕННЯ ТА СТВОРЕННЯ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО ПОМІЧНИКА З НАУКОМЕТРІЇ «АДАМ»	585
Кірілков Д.В.	
РОЗРОБКА МЕХАНІЗМУ ГОЛОСУВАННЯ НА ОСНОВІ ТЕОРІЇ ІГОР ДЛЯ ДЕЦЕНТРАЛІЗОВАНИХ АВТОНОМНИХ ОРГАНІЗАЦІЙ	589
Ковальчук Г.П.	
ЗАСТОСУВАННЯ ВЛАСТИВОСТЕЙ ФУНКЦІЙ У МАТЕМАТИЧНИХ МОДЕЛЯХ ПРИКЛАДНИХ ЗАДАЧ	598
Котовська Л.О.	
ВИКОРИСТАННЯ ПЛАТФОРМИ GOOGLE WORK SPACE FOR EDUCATION ПРИ ВИКЛАДАННІ АЛГЕБРИ В ОСНОВНІЙ ШКОЛІ	600
Матвєєва О.А.	
ФРАКТАЛЬНІ МНОЖИНИ У ШКІЛЬНОМУ КУРСІ МАТЕМАТИКИ	602

Лаба О.С. ПРОВЕДЕННЯ ТА АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЗАЛУЧЕНОСТІ КОРИСТУВАЧІВ ІТ ПРОДУКТУ ЗА ДОПОМОГОЮ А/В ТЕСТУВАННЯ	607
Лимаренко А.В. ВИКОРИСТАННЯ ІГРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ЕЛЕКТИВНИХ КУРСАХ З МАТЕМАТИКИ У СТАРШІЙ ШКОЛІ.....	612
Микицей В.Б. МЕТОДИКА ЗАСТОСУВАННЯ ЗАДАЧ ПРИКЛАДНОГО ХАРАКТЕРУ ПРИ ВИВЧЕННІ МАТЕМАТИКИ У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ	615
Миргородський Д.Є. ПРОГРАМНЕ СЕРЕДОВИЩЕ НАВЧАЛЬНОГО ПРИЗНАЧЕННЯ ДЛЯ ВІЗУАЛІЗАЦІЇ ЕФЕКТИВНИХ АЛГОРИТМІВ ПОШУКУ ЗРАЗКА У ТЕКСТІ.....	620
Моргун Д.О. ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИЙ AI-ПОМІЧНИК ДЛЯ КОРПОРАТИВНОГО СЕРЕДОВИЩА GOOGLE WORKSPACE: АРХІТЕКТУРА ТА ПРАКТИЧНА РЕАЛІЗАЦІЯ	624
Проценко Д.Є. ВІЗУАЛІЗАЦІЯ ЗАКОНІВ І ЯВИЩ З ФІЗИКИ 9 КЛАС ЗА ТЕХНОЛОГІЄЮ ДОПОВНЕНОЇ РЕАЛЬНОСТІ.....	629
Savchenko S.O. APPLICATIONS OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE TOOLS IN EDUCATION	633
Савчук О.О. ВИКОРИСТАННЯ МАШИННОГО НАВЧАННЯ ДЛЯ ПЕРЕВІРКИ МОДЕЛЕЙ	638
Смик В.М. ПРОБЛЕМИ ТА ВИКЛИКИ ЦИФРОВІЗАЦІЇ ОСВІТИ У КОНТЕКСТІ РОЗВИТКУ ЛОГІЧНОГО МИСЛЕННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ НА УРОКАХ МАТЕМАТИКИ	641
Сокол В.М. ІНТЕЛЕКТУАЛЬНА СИСТЕМА ВІДЕОМОНІТОРИНГУ ОБ'ЄКТІВ У РЕЖИМІ РЕАЛЬНОГО ЧАСУ НА ОСНОВІ YOLOV8	646
Ставичний О.В. РОЗВИТОК ПІЗНАВАЛЬНОГО ІНТЕРЕСУ В УЧНІВ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ АСТРОНОМІЇ ЗА ДОПОМОГОЮ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА ПРИКЛАДІ ТЕМИ: «ВИВЧЕННЯ ЕКЗОПЛАНЕТ У ПОДВІЙНИХ ЗІР»	649

Струкало В.В. РОЗРОБКА ПРОГРАМНОГО МОДУЛЯ “РЕДАКТОР ГЕОМЕТРИЧНИХ ЗАДАЧ” СИСТЕМИ НАВЧАЛЬНОГО ПРИЗНАЧЕННЯ “ГЕОМЕТРІЯ 7–9”	652
Філічкін Д.В. ВИКОРИСТАННЯ СУЧАСНИХ ТЕХНОЛОГІЙ МАШИННОГО НАВЧАННЯ ДЛЯ ГЕНЕРАЦІЇ КОНТЕКСТНОЇ РЕКЛАМИ В ОСВІТНЬОМУ МАРКЕТИНГУ	654
Фоменко Л.С. АНАЛІЗ КУРСІВ ФІНАНСОВИХ ІНСТРУМЕНТІВ З ВИКОРИСТАННЯМ МАШИННОГО НАВЧАННЯ ДЛЯ ФОРМУВАННЯ ІНВЕСТИЦІЙНОГО ПОРТФЕЛЮ	658
Шершень О.А. РОЗВИТОК ГРАФІЧНОЇ ГРАМОТНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ 7–9 КЛАСІВ НА УРОКАХ МАТЕМАТИКИ.....	664
ФАКУЛЬТЕТ БІЗНЕСУ І ПРАВА	668
Болсун А.М. ІНСТИТУЦІЙНИЙ МЕХАНІЗМ ЗАХИСТУ ПРАВ ДИТИНИ В УМОВАХ ЗБРОЙНОГО КОНФЛІКТУ	669
Воробйов С.О. НОРМАТИВНО-ПРАВОВЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ГЕНДЕРНОЇ РІВНОСТІ ТА ПРАВ ЖІНОК У ПОСТКОНФЛІКТНИЙ ПЕРІОД.....	673
Циганюк М.А. РОЛЬ НЕФОРМАЛЬНОЇ ОСВІТИ У ПОДОЛАННІ ПРАВОВОГО НІГІЛІЗМУ	677
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ	681
Байрачний Д.Е. ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ ТРЕНІНГ ЯК ЗАСІБ УДОСКОНАЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ.....	682
Бас А.І. ДИНАМІКА ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ОСІБ ЗРІЛОГО ВІКУ ПІД ВПЛИВОМ ЗАНЯТЬ З ВИКОРИСТАННЯМ ТРЕНАЖЕРНИХ ПРИСТРОЇВ	684
Бойко О.П. УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІКИ ПЛАВАННЯ НА СПИНІ СЕРЕД СПОРТСМЕНІВ 9–10 РОКІВ ГРУПИ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ	687
Ванюшкіна Я.С. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК ЗАСІБ ПІДТРИМКИ ЕМОЦІЙНОЇ РІВНОВАГИ ТА ЗНИЖЕННЯ СТРЕСУ У ДІТЕЙ	691

Дудченко К.К. ВПЛИВ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ РІЗНОЇ СПРЯМОВАНOSTІ НА МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНИЙ ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК ЖІНОК 25-35 РОКІВ	693
Казаркін Д.І. СТАН КАРДІОРЕСПІРАТОРНОЇ СИСТЕМИ СПОРТСМЕНІВ РІЗНОЇ СПРЯМОВАНOSTІ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД ЇХ ТИПУ КОНСТИТУЦІЇ ТІЛА	695
Кіндратів О.Ю. ДИНАМІКА РІВНЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ БОКСЕРІВ НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ	698
Павлик Р.В. ЕФЕКТИВНІСТЬ МЕТОДИКИ РОЗВИТКУ ПСИХОМОТОРНИХ ФУНКЦІЙ У СПОРТСМЕНІВ-СТРІЛЬЦІВ	701
Рокач В.А. УДОСКОНАЛЕННЯ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ У БІГУНІВ-СПРИНТЕРІВ ВІКОМ 12–14 РОКІВ ШЛЯХОМ ІНТЕГРАЦІЇ ПРИНЦИПІВ ЕКОЛОГІЧНОЇ ДИНАМІКИ, ПІДХОДУ КЕРОВАНИХ ОБМЕЖЕНЬ ТА КОГНІТИВНО-ОРІЄНТОВАНИХ ВПРАВ І ЗАВДАНЬ.....	703
Саянов В.М. УДОСКОНАЛЕННЯ СИЛОВОЇ ПІДГОТОВКИ ЖІНОК 18-25 РОКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ФІТНЕСОМ.....	707
Степанян Р.Е. ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ТА МОТИВАЦІЯ ДО ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ ДІТЕЙ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ	709
Трофімова А.В. ВПЛИВ РИТМІЧНОЇ ГІМНАСТИКИ НА ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ТА РІВЕНЬ СТРЕСУ ШКОЛЯРІВ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ	712
Шляпаков Ю.Я. ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ПАУЕРЛІФТИНГОМ НА РОЗВИТОК СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ ТА МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНІ ПОКАЗНИКИ ЮНАКІВ 16-20 РОКІВ	715

**Міністерство освіти і науки України
Херсонський державний університет**

МАГІСТЕРСЬКІ СТУДІЇ

Випуск XXV

**Альманах
2025**

Умовн. друк. 85,32 арк.
Видавець і виготовлювач
Херсонський державний університет.
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ХС № 69 від 10 грудня 2010 р.
73000, Україна, м. Херсон, вул. Університетська, 27(40 років Жовтня, 27).
Тел. (0552) 32-67-95