

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
РІВНЕНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**Травмоване дитинство:
психологічні проблеми
особистісного та соціального
становлення дітей та молоді
в умовах війни та
поствоєнного періоду**



УДК 159.9+ 316.6

Травмоване дитинство: психологічні проблеми особистісного та соціального становлення дітей та молоді в умовах війни та поствоєнного періоду : збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції (27-28 листопада 2025 року, м. Рівне). Упоряд. Р. В. Павелків, Н. В. Корчакова. Рівне : РДГУ, 2025. 178 с.

Рекомендовано до випуску Вченою радою
Рівненського державного гуманітарного університету
(протокол № 13 від 18.12.2025 р.).

Матеріали подаються у авторській редакції. Редакційна колегія може не поділяти поглядів авторів. Відповідальність за зміст матеріалів, точність наведених фактів, цитат, посилань на джерела, достовірність інформації та дотримання норм авторського права несуть автори.

4. Figley C. R. Compassion Fatigue: Secondary Traumatic Stress Disorders from Treating the Traumatized. New York : Brunner/Mazel, 1995. 268 p.
5. Maddi S. R. Hardiness: The Courage to Grow from Stress. New York : Springer, 2004. 316 p.
6. Шамликова І. В. Стрес та копінг-стратегії в професійній діяльності медичних працівників. Київ : Академвидав, 2020. 214 с.
7. Юр'єва Н. В. Психологія професійного вигорання. Харків : ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2019. 264 с.
8. Коробейников Г. В., Жук О. М. Психофізіологічний стан медичних працівників у стресових умовах. *Медична психологія*. 2022. № 4. С. 45–53.

Прокопук Ірина

*здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти
Рівненського державного гуманітарного університету м. Рівне*

ОСНОВНІ НАПРЯМКИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЖИТТЕСТІЙКОСТІ У ПСИХОЛОГІЧНІЙ НАУЦІ

Актуальність теми дослідження. У сучасному суспільстві життєстійкість виступає ключовою здатністю особистості, що забезпечує ефективну адаптацію до зовнішніх стресів і швидке реагування у складних ситуаціях. Саме тому ця характеристика стала предметом вивчення багатьох науковців. Життєстійкість передбачає задоволеність людиною своєю роботою, сім'єю, власною діяльністю та собою, а також здатність підтримувати активність і виконувати покладені на неї функції незалежно від травмуючих обставин навколишнього середовища.

Життєстійкість проявляється у здатності людини розвивати свій потенціал, приймати власну вразливість і вдосконалювати характер у складних життєвих ситуаціях. Психологи, такі як К. Балабанова, Г. Лік та С. Мадді, визначали життєстійкість як особистісну характеристику людини; Г. Варіна, В. Ганзен і Т. Наливайко вивчали умови її формування; Н. Гончарова та І. Гуляс досліджували залежність життєстійкості від виховних систем, а С. Загородня, А. Одінцова і К. Ріфф – її взаємозв'язок із життєдіяльністю та світосприйняттям особистості.

Варто зазначити, що життєстійкість не закладена від народження і формується протягом життя. Для дорослих вона розвивається у процесі адаптації до змін у соціальному середовищі, вирішення складних практичних і теоретичних питань, налагодження необхідних взаємин із оточенням та управління матеріальними аспектами життя. У цей час дорослі починають самостійно організовувати своє життя і стикаються з труднощами, які раніше не зустрічалися в їхньому досвіді.

Мета дослідження: здійснити теоретичний аналіз основних напрямків дослідження життєстійкості у психологічній науці.

Виклад основного матеріалу дослідження. Щоденний досвід людини сповнений стресових ситуацій, що можуть негативно впливати на її психічне та фізіологічне благополуччя. В процесі взаємодії з оточуючим світом у людини поступово виробляється життєстійкість. Американські психологи С. Мадді та Г. Мюррей вперше окреслили це явище, розуміючи життєстійкість як здатність людини адаптуватися психологічно та виживати у надзвичайно складних обставинах [5]. С. Мадді підкреслює, що життєстійкість включає три компоненти: *компонент залученості, компонент контрольованості та компонент прийняття ризиків*.

Перший *компонент залученості* характеризується ставленням людини до себе та до

того середовища, яке її оточує і мотивує до особистісного розвитку. У такому контексті людина може відчувати себе важливою та намагатися втілити власний життєвий план, не зважаючи на труднощі. *Компонент контрольованості* полягає у здатності людини впливати на результати стресових факторів, які можуть негативно позначатися на досягненні поставлених цілей. *Компонент прийняття ризиків* спонукає особистість бути чутливою до зовнішніх впливів і сприймати будь-які труднощі як перевірку власних можливостей реалізовувати намічені дії. Вчений підкреслював, що для формування адекватного рівня життєстійкості важливо враховувати всі три компоненти.

С. Мадді описував життєстійкість як здатність людини цінувати себе, досягати цілей та розвиватися у процесі вирішення складних завдань. Він зазначав, що закладка життєстійкості відбувається ще в дитинстві, коли підтримка дорослих допомагає дитині діяти впевнено та дотримуватися високих стандартів поведінки.

Варто зауважити, що життєстійкість не є незмінною і може вдосконалюватися протягом життя. Тому С. Мадді підкреслював, що її вдосконалення досягається за допомогою трьох основних способів: *переформування ситуації*; *зосередження на ситуації*; *компенсаційне удосконалення ситуації* [8]. Застосування цих технік дозволяє усвідомити ситуацію, визначити можливі ризики та трансформувати її негативні наслідки в процес особистісного розвитку.

Т. Титиренко розглядає життєстійкість як складну категорію психології особистості, що включає становлення особистості, основні життєві цінності, здатність адаптуватися та ефективні стратегії подолання стресових та тривожних ситуацій [1, с. 53].

Життєстійкість виявляється у здатності сприймати життєві умови як менш складні, мати мотивацію до змін ситуацій, вести активний здоровий спосіб життя та у пошуку зовнішньої підтримки, що посилює позитивні трансформації. Формування високого рівня життєстійкості відбувається через усвідомлену трансформацію негативних обставин на користь особистості та перетворення стресових ситуацій на ресурс для розвитку.

С. Кобас підкреслював, що поняття «життєстійкість» тісно пов'язане зі стресовими ситуаціями, які переживає людина, і має прямий вплив на її вітальне здоров'я. Життєстійкість він визначав як інтеграцію життєвих установок, що допомагають приймати правильні рішення, діяти адекватно у стресових умовах та сприяти розвитку і вдосконаленню особистості [7]. За спостереженням С. Кобаса, життєстійкість виникає, коли контроль та домагання поєднуються з внутрішньою мотивацією, що дозволяє трансформувати стресові ситуації в конструктивний і позитивний досвід.

Досліджуючи щоденний стрес, І. Солкова та П. Томанек доводили, що життєстійкість сприяє розвитку самоефективності через мобілізацію ресурсного потенціалу. Вчені наголошували, що саме індивідуальні особливості життєстійкості визначають здатність людини протистояти стресу та зберігати здоров'я [2, с. 29]. За спостереженнями М. Тірні та М. Лавелле, життєстійкість є основним функціональним елементом психологічної системи людини. Вона виступає як типологічна змінна, що пом'якшує негативний вплив стресових факторів на здоров'я та продуктивність людини [6].

С. Джудкінс і М. Інгрем розглядають життєстійкість як психологічну установку, що поєднує підтримку здорового способу життя з умінням гнучко реагувати на зміни, не звинувачуючи себе чи інших у невдачах. Вчені зазначають, що формування життєстійкості впливає на страхи людини, особливо страх майбутніх невдач, коли дії оцінюються через призму минулого травматичного досвіду [3, с. 86].

У ситуації, коли людина постійно перебуває в стресі, який вона сама створює, говорити про життєстійкість не доводиться. Такий стан може спричиняти тривалі депресивні настрої та ускладнювати ефективну взаємодію із соціальним середовищем. Натомість, якщо травматичний досвід стимулює активізацію захисних механізмів та формування життєстійкості, людина набуває здатності ефективно взаємодіяти з оточенням,

ставити цілі та досягати їх. В обох випадках травматичні події залишають слід у психіці, роблячи людину вразливою до емоційних коливань [4, с. 131].

Висновки. Отже, життєстійкість – це характеристика особистості, яка формується протягом життя у процесі свідомої взаємодії з соціумом у різних складних обставинах. Вона включає розвиток якостей, що активізують внутрішній потенціал особистості та її адаптивні здібності. Соціальне середовище є невід’ємним фактором цього процесу, оскільки воно сприяє реалізації можливостей особистості та розвитку життєстійкості як феномену.

Життєстійкість є важливим показником психофізичного здоров’я і відображається у світогляді людини через такі прояви, як активна залученість, самовпевненість, контроль над власним життям та уміння оцінювати ризики. Вона слугує однією зі складових енергозберігаючих стратегій взаємодії з оточенням.

Список використаних джерел

1. Бацилєва О. В., Пузь І. В., Єрмішев О. В. Життєстійкість як внутрішній ресурс особистості та шляхи її підвищення під час професійного становлення. *Науковий журнал «Габітус»*. Одеса: Причорноморський науково-дослідний інститут економіки та інновацій. 2021. Вип. 22 С. 52-56.
2. Варіна Г.Б. Життєстійкість особистості як чинник психологічного благополуччя майбутніх психологів. *Сучасна наука: тенденції та перспективи: матеріали Всеукр. internet-конф.* Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького. Мелітополь, 2018. № 6. С. 28–34.
3. Гавриловська К. П., Дем’янчук Ю. Ю. Формування життєстійкості особистості: арт-коучинговий підхід. *Актуальні проблеми психології*: збір. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2019. Вип.16. С. 83-90.
4. Германський, І. Ю., Кондратюк, С. М. Теоретичні підходи до розуміння сутності життєстійкості особистості: збір. наук. праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна». 2016. Вип. 12. С. 129–132.
5. Кравчук С. Л. Особливості психологічної пружності та життєстійкості особистості як чинників запобігання негативним наслідкам воєнного конфлікту. *Психологічні виміри культури, економіки, управління: науковий журнал*. Львів, 2018. Том 11. С. 156-164.
6. Лук’янова Т. Дослідження зв’язку життєстійкості, її компонентів та моделей поведінки в стресовій ситуації у студентів. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2012. Вип. 42 (1). С. 151-162.
7. Предко В. В. Психологічне значення життєстійкості задля ефективного розвитку підлітка в умовах освітнього середовища. *Науковий журнал «Габітус»*. 2020. Вип. 19. С. 185-189.
8. Титаренко Т. М. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека. Київ: Марич, 2009. 76 с.
- 9.

Прудка Лілія

кандидат педагогічних наук, доцент
доцент кафедри загальної і медичної психології
НМУ імені О.О. Богомольця
(м. Київ)

ВІКОВІ КРИЗИ ТА ЇХ РОЛЬ У ФОРМУВАННІ ПСИХІЧНИХ РОЗЛАДІВ: КЛІНІКО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ПІДХІД

У сучасному науковому дискурсі вікові кризи розглядаються як критичні періоди онтогенезу, що супроводжуються біопсихосоціальними змінами та підвищенням психологічної вразливості особистості. Саме у ці фази життєвого циклу зростає ризик

ЗМІСТ

Артемова Ольга, Кондратюк Наталія	Комунікативна компетентність медичної працівників як умова успішної соціально-психологічної адаптації	4
Артемова Ольга, Рачинська Олеся	Вплив професійної самоефективності персоналу на його суб'єктичне благополуччя в умовах війни	7
Баратюк Артем	VR- тренінги соціальних навичок для дітей та підлітків, які мають труднощі в спілкуванні через травму	9
Безручук Світлана, Армеева Єлизавета	Емпіричне дослідження психологічних особливостей мотиваційні сфери здобувачів фахової передвищої освіти	11
Беляєва Наталія, Гузь Наталія	Особливості прояву синдрому емоційного вигорання у психологів та засоби його подолання	13
Бойчук Тарас	Особливості підвищення резильєнтності та опрацювання травматичного досвіду в короткочасній EMDR терапії онлайн з людьми, що постраждали від війни	15
Борисова Олександра	Вплив війни на дітей і підлітків: психоемоційні стани та копінг-стратегії молоді	17
Бура Валерія	Вивчення когнітивного навантаження в умовах багатозначності	19
Варушко Юлія	Психологічні механізми подолання кризових станів	22
Гапоненко Лариса	Терапевтичний діалог стабілізації психіки дошкільнят з конфліктною поведінкою	25
Данильченко Олександр	Війна як чинник трансформації мотиваційних установок щодо батьківства в молодих сім'ях	30
Dombrovskis Valerijs, Guseva Svetlana	Family and School Factors in the Psychological Adaptation of War-Traumatized Children (<i>Роль сім'ї і освітнього середовища у психологічній адаптації дітей, що пережили травматичний досвід війни</i>)	31
Дорошенко А.	Синдром відкладеного життя як феномен психічного буття особистості в умовах війни	33
Драна Ірина	Психологічні кордони і адаптаційні процеси як взаємопов'язані чинники стресостійкості партнерів	35
Дружиніна Інна	Психологічне благополуччя в умовах хронічного стресу: роль емоційної регуляції та соціальної підтримки	37

Єсіна Олеся	Вплив кумулятивного стресу на психологічне благополуччя особистості	39
Дяченко Тетяна	Особливості агресивної поведінки військовослужбовців з адиктивними розладами	41
Журигора Вікторія	Особливості Я-концепції осіб зі сценічними бар'єрами	44
Жучинська Олена	Програма психологічної реабілітації «Відновлення цілісності та ресурсу через гештальт-підхід»	47
Заводовський Анатолій	Особливості розгляду кейсів травмованого дитинства у полімодальній багатофокусній супервізії	48
Piško Dzintra	Coping Strategies of Primary School Children in the Context of Crisis-Related Situations	51
Казанцев Володимир	Інтерпретація як метод відновлення особистості внаслідок травми	53
Козігора Марія	Емоційна безпека дитини як чинник подолання наслідків психологічної травми	54
Короваєнко Поліна	Використання техніки ебру в арт-терапії для зниження рівня тривожності та страху у підлітків	56
Король Олена, Кощенко Олександра	Психоемоційний стан як фактор впливу на навчальну діяльність здобувачів ФДПО в умовах війни	58
Котлік Наталія	Самооцінка та навчальна мотивація підлітків в умовах психологічної травматизації війною: вікові та статеві особливості	61
Котлубовська Алла	Психологічні особливості зв'язку читацької активності, тривожності та емоційного стану молоді	63
Кулакова Лариса	Колективна травма української нації крізь призму дитинства	64
Кулаков Руслан	Роль батьківських виховних практик та соціальних установок у формуванні просоціальної поведінки дітей і підлітків в реаліях повномасштабної війни	67
Кутєпова-Бредун В. Текут'єва Д.	Особливості прокрастинації у студентів-психологів	70
Кучеренко Наталія	Емоційний інтелект як чинник запобігання синдрому емоційного вигорання в колективі	72
Ларіна Тетяна	Когнітивна стійкість учасників освітнього простору як запорука безпечної поведінки в екологічному контексті	75

Максимюк Тетяна	Світовий досвід мультидисциплінарної підтримки дітей к кризових ситуаціях	77
Малигін Олександр	Компульсивний проміскуїтет у юнацькому віці: психологічні механізми, фактори ризику та поведінкові патерни	79
Міненко Ольга	Методи формування стресостійкості підлітків воєнного конфлікту	83
Мельничук Ірина	Сімейна резильєнтність як ресурс подолання воєнних викликів	85
Михальчук Антоніна	Використання притч та метафоричних історій як інструментів стабілізації, відновлення та ресурсності дітей в освітньому середовищі в період війни	87
Молочко Ярослав	Нарцисична спрямованість як результат адаптивних відповідей на стрес у дитинстві	90
Онопрійчук Сергій	Роль страху у процесах саморегуляції поведінки особливості в умовах війни	93
Опанасюк Ірина	Техніка «колаж» як засіб творчого самовираження старшокласників в умовах сьогодення	96
Паламарчук Владислав	Дослідження готовності особового складу ДСНС України до виконання професійних обов'язків	100
Панько Ірина	Особливості профілактики професійного вигорання	102
Папченко Юлія, Волошина Валентина	Соціально-психологічні виклики к підтримці дітей під час військової агресії	105
Пінська Олена	Комунікативна толерантність освітян як детермінанта збереження безпечного освітнього середовища у воєнних реаліях	107
Перебойчук К., Лапшова Н.	Самооцінка та емоційний інтелект як особистісні чинники саморегуляції та профілактики агресивних проявів у підлітковому віці	109
Петренко Ганна	Дослідження впливу мотиву вибору шлюбного партнера на подружні взаємини	111
Поліщук Тетяна	Сресостійкість лікарів фізичної та реабілітаційної медицини у період війни: психологічні чинники, ризики та ресурси адаптації	113

Прокопук Ірина	Основні напрямки дослідження життєстійкості у психологічній науці	115
Прудка Лілія	Вікові кризи та їх роль у формуванні психічних розладів: клініко-психологічний підхід	117
Рибак Юрій	Особливості впливу тривожності на тілесне здоров'я особистості в складних життєвих ситуаціях	120
Reznik Alexander	Risky behavior of Israel teenagers during periods of military conflicts, terroristic and rocket attacks (<i>Ризикова поведінка ізраїльських підлітків у періоди воєнних конфліктів, терористичних атак та ракетних обстрілів</i>)	123
Роженко Юлія	Основні підходи до вивчення конфлікту і конфліктної поведінки у сучасній науці	125
Руденко Володимир, Руденко Наталія	Аналіз переживання різних типів травматичних подій підлітками і юнаками	129
Рудюк Олег	Психологічні ресурси подолання особистісної кризи зайнятості у безробітній молоді	130
Синягівська Вікторія	Психологічні ресурси розвитку життєстійкості особистості в умовах війни	133
Стрельченко Наталія	Психологічні захисні стратегії військовослужбовців з різним рівнем бойового досвіду	134
Ставицька Олена, Артемук Олександра	Психологічні механізми виникнення посттравматичного стресового розладу у волонтерів в умовах війни	137
Сторож Олена	Групові психотерапія як ресурс збереження особистісного благополуччя сучасної молоді в умовах війни	140
Токарева Наталя	Полімодальні сценарії травматизації підлітків в умовах воєнного часу	142
Умерова Наталя	Психологічна підтримка дітей в умовах постійних повітряних тривог	145
Учитель Інна, Варушка Юлія	Стиль сімейного виховання та схильність підлітків до невротизації	147
Uzole Tatjana, Zīmele Santa	Psychological Coping Strategies of Ukrainian Refugee Adolescents: Social Adaptation and Maladaptation – A Case Study of a Latvian School	149

Фесюк Владислав	Теоретичні аспекти дослідження феномену багатозначності особистості	154
Хватова Олена, Вернидуб Юлія	Освітнє середовище як простір психологічного відновлення і безпеки дітей війни	156
Шаповалов Андрій	Вплив воєнної травматизації на формування професійної ідентичності молоді: психологічні виклики та шляхи відновлення	158
Шулюк Надія	Психологічний супровід і профорієнтація дітей війни в умовах безпечного освітнього середовища	160
Юрчук Олена	Роль психолога у збереженні резильєнтності дітей в умовах сучасних криз	163
Юрчук Олексій	Руховий режим як фактор психофізичної реабілітації дітей травмованих війною	165
Čapulis Sergejs, Dombrovskis Valerijs	Sport as a Tool for Promoting Mental Health and Social Integration among Youth(<i>Спорт как інструмент зміцнення ментального здоров'я і соціальної інтеграції молоді</i>)	168
Яблонська Марина	Особливості копінг-стратегій подолання стресу у працівників центрів розвитку в умовах війни	171