

РІВНЕНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ПСИХОЛОГО-ПРИРОДНИЧИЙ ФАКУЛЬТЕТ



У КОЛІ ОДНОДУМЦІВ

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
II ВСЕУКРАЇНСЬКОГО ФОРУМУ АСПІРАНТІВ
СПЕЦІАЛЬНОСТІ С4 (053) ПСИХОЛОГІЯ

РІВНЕ
12 ЛИСТОПАДА 2025

УДК 159.9+ 316.6

У колі однодумців: збірник матеріалів II Всеукраїнського форуму аспірантів спеціальності О4 (053) Психологія (12 листопада 2025 року, м. Рівне). Упоряд. Р. В. Павелків, Н.В.Корчакова. Рівне : РДГУ, 2025. 107 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.

Дмитро СИДОРКЕВИЧ

здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти
кафедри вікової та педагогічної психології
Рівненського державного гуманітарного університету
м. Рівне, Україна

ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ЕМПАТІЙНОЇ СТІЙКОСТІ У ФАХІВЦІВ ІЗ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Постановка проблеми. Фахівці з фізичної реабілітації (фізичні терапевти, ерготерапевти) щоденно працюють з людьми, які пережили травми, хронічний біль, втрату функцій або обмеження життєдіяльності. Робота вимагає високого рівня емпатії – здатності розуміти та розділяти емоційний стан клієнта.

Українська модель реабілітації базується на гуманізмі, що вимагає шанобливого ставлення до потреб людей з обмеженими можливостями та їхніх сімей. Навчання фахівців з фізичної реабілітації ґрунтується на цих принципах і спрямоване на розвиток навичок створення особливої, оптимістичної та позитивної атмосфери у реабілітаційному просторі. Це, своєю чергою, підкреслює критичну важливість таких професійних якостей, як компетентність у спілкуванні, взаємодії та, особливо, емпатія. Емпатія виступає інструментом збалансування міжособистісних відносин, дозволяючи будувати ефективний зв'язок на позитивному емоційному фундаменті. Розвинена емпатія є вирішальною професійно важливою властивістю, яка безпосередньо визначає ефективність реабілітації [1].

Проте, постійна взаємодія зі стражданням, складними емоційними історіями та часто повільним або неповним відновленням пацієнтів створює значний емоційний тягар. Цей тягар може призводити до таких явищ, як втома від співчуття та вторинна травматизація, що є формами професійного вигорання.

Емпатійна стійкість – це здатність фахівця підтримувати високий рівень емпатійної взаємодії, одночасно захищаючи власні емоційні ресурси від виснаження та деструктивного впливу чужого болю. Вона є критично важливою для збереження якості терапевтичного процесу та професійного довголіття. Психологічна складова проблеми полягає у вивченні внутрішніх ресурсів та механізмів, які дозволяють фахівцю «піклуватися про тих, хто піклується» та перетворити емпатію з фактора ризику на ресурс.

Мета дослідження полягає у визначенні та аналізі ключових психологічних умов та механізмів, які сприяють формуванню емпатійної стійкості у фахівців із фізичної реабілітації, а також у розробці рекомендацій для їх впровадження у професійну підготовку та практику.

Виклад основного матеріалу. Емпатійна стійкість не означає відсутність емпатії, а є балансом між двома її основними компонентами: когнітивною емпатією та емоційною емпатією. Когнітивна емпатія (розуміння) передбачає, насамперед, здатність інтелектуально розуміти точку зору, думки та переживання клієнта. Вона є захисною, оскільки дозволяє фахівцю зберігати певну емоційну дистанцію. Тоді як емоційна емпатія (переживання) – це здатність відчувати те, що відчуває клієнт. Хоча це важливо для побудови довіри, її надмірність без належної регуляції часто призводить до емоційного виснаження [2].

Стійкість досягається через розвиток самоспівчуття та здатності переходити від емоційного співпереживання до дії, яка є більш орієнтованою на вирішення проблеми, а не на занурення в чужий біль [3].

Ключовими психологічними умови формування стійкості є особистісні та внутрішні ресурси, а також професійно-психологічна компетентність.

Особистісним ресурсом є рефлексія та самосвідомість, які проявляються у здатності усвідомлювати та аналізувати власні емоційні реакції, тригери та межі. Регулярна практика самоспостереження допомагає вчасно розпізнати перші ознаки втоми від співчуття. Також одним із внутрішніх ресурсів фахівця має бути самоспівчуття як критичний фактор, що означає ставлення до себе з добротою, розумінням і турботою у моменти труднощів. Самоспівчуття є антидотом до самозвинувачення, яке часто супроводжує вигорання (відчуття, що «я недостатньо допоміг») [4]. І актуальною та популярною наразі є практика майндфулнес (усвідомленість), яка допомагає бути присутнім у теперішньому моменті без осуду. Вона дозволяє фахівцю відділити власні емоції від емоцій клієнта і повернутися до стану внутрішньої рівноваги після інтенсивних сесій.

Професійно-психологічна компетентність передбачає, насамперед, вміння встановлення чітких емоційних меж як навички розмежування професійної ролі та особистого життя. Йдеться про вміння психологічно «залишати роботу на роботі». Це включає усвідомлення того, що відповідальність за емоційний стан клієнта лежить на ньому, а відповідальність за якість допомоги – на фахівцеві. Також у розрізі цієї компетентності важливими є навички емоційної регуляції, що передбачають здатність свідомо впливати на інтенсивність і тривалість власних емоційних реакцій, використовуючи техніки заземлення та переключення уваги. І, безумовно, у процесі фізичної реабілітації важливим є його розуміння з позиції психології, тобто усвідомлення психологічних стадій прийняття хвороби/травми клієнтом. Це допомагає фахівцю сприймати складні емоції клієнта (гнів, заперечення) як частину природного процесу, а не як особисту образу чи невдачу [5].

Формування емпатійної стійкості вимагає системного підходу, що включає:

1. Навчання у ЗВО. Включення до освітніх програм обов'язкових компонентів з професійної етики, психології стосунків у реабілітації, стрес-менеджменту та самопіклування.

2. Супервізію та інтервізію. Регулярні зустрічі з колегами або досвідченим супервізором для обговорення складних клінічних випадків, що дозволяє розвантажити емоційний багаж та отримати об'єктивний погляд ззовні. Це є однією з найефективніших форм профілактики вигорання.

3. Організаційну підтримку. Створення робочого середовища, яке цінує та підтримує ментальне здоров'я фахівців (нормований робочий день, достатня кількість перерв, психологічна підтримка на робочому місці).

Висновки. Емпатійна стійкість є не просто бажаною якістю, а критичною професійною вимогою для фахівців із фізичної реабілітації. Її формування базується на глибоко психологічних умовах, що включають розвиток самосвідомості, самоспівчуття, навичок емоційної регуляції та вміння встановлювати професійні межі.

Ігнорування цих умов призводить до втоми від співчуття, зниження якості терапії та передчасного виходу фахівців з професії. Таким чином, інвестиції у психологічну підготовку та підтримку реабілітологів є прямою інвестицією у якість та ефективність реабілітаційної допомоги в цілому. Подальші дослідження мають бути зосереджені на розробці та валідації тренінгових програм з розвитку самоспівчуття та майндфулнес для цієї професійної групи.

Список використаної джерел

1. Пушкарьова Н. С. Емпатія як важлива складова професійного самовизначення спеціалістів з фізичної реабілітації. URL: <https://surl.li/ftgijk> (дата звернення: 07.11.2025).

2. Figley C. R. Treating Compassion Fatigue. Brunner-Routledge. 2002. <https://surl.li/yvnnjl> (дата звернення: 09.11.2025).

3. Neff K. Self-Compassion: Stop Beating Yourself Up and Leave Insecurity Behind. New York : William Morrow, 2011. 320p.

4. Singer T., & Klimecki O. Empathy and compassion. *Current Biology*. 2014. № 24 (18). P. 875-878. <https://doi.org/10.1016/j.cub.2014.06.054>
5. Singh J., Karanika-Murray M., Baguley T. & Hudson J. A Systematic Review of Job Demands and Resources Associated with Compassion Fatigue in Mental Health Professionals. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 2020, № 17 (19), <https://doi.org/10.3390/ijerph17196987>

Володимир СІРКО

*здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти,
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України,
м. Київ, Україна*

КЛАСИФІКАЦІЯ ОСНОВНИХ ВИКЛИКІВ, З ЯКИМИ ЗУСТРІЧАЮТЬСЯ ВІЙСЬКОВІ КАПЕЛАНИ В УМОВАХ ВІЙНИ

В умовах сучасної війни Росії проти України у зв'язку з потребою в захисті життя та здоров'я, психологічного добробуту віруючих військовослужбовців Збройних сил України та інших силових структур, згідно забезпечення конституційного права їх та членів їхніх сімей на свободу світогляду та віросповідання, задоволення їх духовно–релігійних потреб, створено відповідну капеланську службу[1].

Актуальність роботи зумовлена браком досліджень основних викликів, з якими стикаються капелани, і які суттєво впливають на їхній психологічний добробут, адже вони здійснюють своє служіння в екстремальних умовах. На жаль, зарубіжний досвід капеланської служби США, Ізраїлю та інших країн суттєво відрізняється, не враховує менталітету українців і специфіку сучасної війни. Одним із завдань нашої роботи є з'ясування викликів, які впливають на психологічний добробут військових капеланів з подальшим напрацюванням відповідних таргетованих рекомендацій для його забезпечення в умовах війни, що продовжується.

Важливі сучасні виклики капеланського служіння були окреслені та обговорені під час щорічного капеланського форуму «Об'єднані в служінні. Бути поруч» (Київ, 7–8 жовтня 2025 р.) [2]. В рамках участі у даному заході автор мав нагоду представити результати своїх попередніх напрацювань, а також здійснити рекрутинг респондентів для проведення опитування на основі розробленої нами моделі емпіричного дослідження [3].

Мета статті: визначити основні виклики, з якими зустрічаються військові капелани в умовах війни, та розробити їх класифікацію.

Виклад основного матеріалу. На основі демографічних даних та розробленої нами анкети було проведено опитування, в якому взяв участь 31 військовий капелан. Характеристика вибірки: всі респонденти є представниками протестантських церков різних конфесій, які мають різну релігійну освіту. 48,4% респондентів, які пройшли опитування – штатні капелани, інші 51,6% – капелани–добровольці. 80,6% опитуваних – військові капелани, 9,7% госпітальні (медичні капелани), 3,2% – поліцейські капелани, 6,5% – представники інших видів капеланського служіння. Щодо стажу служіння в ролі військового капелана/помічника капелана маємо наступний розподіл: 19,4% – до року, 38,7% – 2 роки, 19,4% – 3 роки, 22,6% – більше 3–х років. За статтю загальна вибірка має наступний розподіл – чоловіки – 77,4%, жінки – 22,6%. Вік опитуваних від 27 до 58 років. 71% респондентів мали вищу освіту, середньо–спеціальну – 12,9%, середню – 12,9%, науковий ступінь 3,2%. Щодо сімейного стану маємо такий розподіл: одружені – 83,9%, не одружені – 6,5%, розлучені – 3,2%, вдівець(ва) – 6,5%. Респонденти мали різну частоту відряджень в зону бойових дій на

ЗМІСТ

Дмитро Бігунов Психологічні ресурси періоду становлення дорослості: роль емоційного інтелекту.....	4
Васильєв Адам Особистісна криза молоді як теоретичний конструкт та його операціоналізація.....	6
Вашенюк Антон Психологічні чинники розвитку обдарованості під час вивчення економічних дисциплін	10
Волошина Валерія Результати апробації програми психологічної реабілітації військовослужбовців «Відновлення під час війни».....	12
Гапочка Яна Взаємодія як смисловий ресурс команди супроводу.....	16
Главінська Еліна Психологічна підтримка сімей у період кризи підліткового віку: досвід програми «Ти як»?.....	18
Григор'єв Олег Феномен інституційного синдрому в контексті перебування особистості в інтернатах закритого типу	20
Данилів Павло Гендерна дисфорія в контексті науково-психологічного дискурсу: соціальний конструктивізм VS нейробіологія	23
Демура Анна Музикотерапія як засіб удосконалення освітньо-професійної підготовки майбутніх психологів.....	25
Герасимчук Оксана Методологічні підходи у розробці програми зниження агресії фруструючою особистістю.....	28
Гладкий Юрій Обґрунтування провідних методик дослідження застосування психологічного впливу у маркетингових комунікаціях	31
Жилко Олексій Психологічні умови розвитку навичок критичного аналізу власного управлінського досвіду.....	33
Зіненко О. Ціннісні чинники формування національної ідентичності в умовах глобалізації та інформаційної інтеграції.....	34
Каліцинський Валентин Вплив міжособистісних відносин у колективі на формування синдрому емоційного вигорання серед працівників банківських установ	37
Кардаш Іван Концептуалізація диспозиційних предикторів копінгу менеджерів у сучасному психологічному дискурсі	38
Коротка Ірина, Матяш-Заяц Людмила Внутрішньоособистісний конфлікт як предмет психологічного дослідження.....	41
Криворука Єлизвета Методика дослідження психологічних особливостей прояву самооцінності.....	44

Лазарук Андрій Штучний інтелект як інструмент підтримки вчинку самовизначення майбутніх психологів	47
Луцик Галина STEM-підхід як інноваційний напрям у професійній підготовці психологів.....	50
Малімон Володимир Посттравматичний стресовий розлад і вторинна травма як наслідки війни.....	53
Малігин Олександр Комппульсивний сексуальний розлад: психологічні механізми та клінічні прояви.....	55
Молочко Ярослав Вплив цифрової культури на формування нарцисичної спрямованості особистості.....	57
Мошаров Дмитро Психологічні механізми маніпуляції масовою свідомістю у сучасному медіа-просторі.....	60
Несен Роман Музикотерапія як інструмент розвитку емоційного інтелекту	62
Овчиннікова Ольга Дієві методи гештальт-терапії для розвитку стресостійкості майбутніх психологів.....	64
Онокало Олександр Психологічна готовність до лідерства та наставництва в ІТ-середовищі.....	67
Паламарчук Володимир Формування Я концепції майбутнього маркетолога в умовах цифрової трансформації.....	69
Паламарчук Владислав Психологічні механізми стресостійкості та саморегуляції в умовах високоефективного професійного спілкування	71
Панащук Ігор Роль професійної рефлексії у становленні педагога.....	73
Патута Богдана Психологічні інтервенції для зниження ризику втоми від співчуття серед сестер /братів медичних	75
Підбуцька Ніна, Надточій Альона Сучасні тенденції дослідження психологічних технік впливу в міжособистісних конфліктах	77
Рудковська Оксана Розвиток гнчкості мислення шляхом ігропрактик.....	79
Сидоркевич Дмитро Психологічні умови формування емпатійної стійкості у фахівців із фізичної реабілітації.....	84
Сірко Володимир Класифікація основних викликів, з якими зустрічаються військові капелани в умовах війни.....	83
Тетеря Костянтин Теоретико-методологічні аспекти застосування каністерапії в структурі психологічного супроводу осіб з набутим травматичним досвідом.....	85

Хомин Олег Психологічна готовність юриста до роботи з клієнтами, що переживають травматичний досвід	88
Чорний Олександр Наративна компетентність як чинник добробуту в контексті інформаційно-сміслової війни.....	90
Шаповалов Андрій Психологічні особливості професіоналізації молоді в умовах інтеграції в професійне середовище.....	93
Шевченко Тетяна Методологічні орієнтири розвитку метакогнітивного контролю здобувачів вищої освіти: від теоретичної моделі до освітньої програми.....	95
Шеремет Микола Взаємозв'язок соціально-психологічної та конфліктологічної компетентності менеджера:теоретичний аналіз	97
Янкавс Юрій Формування готовності до переконання та мотиваційного спілкування у майбутніх тренерів	101
Ivashkevych Ernest Peculiarities of the translator's professional activity and the formation of his/her translation consciousness.....	103
Mykhalchuk Nataliia, Ivashkevych Eduard Types of procrastination of the person.....	105