



НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КОРАБЛЕБУДУВАННЯ
ІМЕНІ АДМІРАЛА МАКАРОВА

МАТЕРІАЛИ

I Всеукраїнської
науково-практичної конференції

«ПСИХОЛОГІЧНІ СТУДІЇ.
НАУКОВИЙ ПОШУК І ПРАКТИЧНИЙ ДОСВІД»

23 квітня 2026 року

Миколаїв
2026

НАУКА | ПРАКТИКА | РОЗВИТОК | МАЙБУТНЄ





**Міністерство освіти і науки України
Національний університет кораблебудування
імені адмірала Макарова, кафедра психології
Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України (м. Київ),
Лабораторія організаційної і соціальної психології
Українська Асоціація організаційних психологів та психологів праці
Національної Академії педагогічних наук України
Миколаївський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти,
кафедра педагогіки, психології та менеджменту освіти,
навчально-методична лабораторія практичної психології та соціальної
роботи
Академія праці, соціальних відносин і туризму (м. Київ),
кафедри психології та соціальної роботи
Запорізький національний університет,
факультет соціальної педагогіки та психології
Львівський державний університет внутрішніх справ,
кафедра практичної психології навчально-наукового інституту управління,
психології та безпеки
Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д.
Ушинського, кафедра клінічної психології та психічного здоров'я**

МАТЕРІАЛИ

І Всеукраїнської науково-практичної конференції

**«ПСИХОЛОГІЧНІ СТУДІЇ. НАУКОВИЙ ПОШУК І ПРАКТИЧНИЙ
ДОСВІД».**

23 квітня 2026 року



**Миколаїв
2026**

УДК 159.9:378

Науковий редактор: Карсканова С. В., канд. психол. наук, доц.

Редакційна колегія: Яблонський А. І., д-р психол. наук, доц.;

Литвиненко І. С., канд. психол. наук, доц.;

Чугуєва І. Є., канд. психол. наук, доц.;

Мухіна Л. М., канд. психол. наук, доц.;

Коренєва Ю. П., канд. психол. наук;

Ларченко І. В., PhD, доц.;

Ляшко А. В., викл.

**Психологічні студії. Науковий пошук і практичний досвід: матеріали I
Всеукраїнської наук.-практ. конф., 23 квіт. 2026 р. Миколаїв: НУК ім. адм.
Макарова, 2026. 601 с.**

У збірнику матеріалів I Всеукраїнської наук.-практ. конф. «Психологічні студії. Науковий пошук і практичний досвід» подано результати сучасних наукових досліджень і практичних напрацювань у галузі психології. Висвітлено актуальні проблеми психологічної науки та практики в умовах воєнного стану, зокрема питання психол. супроводу, кризового консультування, психотерапії, розвитку ресурсності особистості та відновлення ментального здоров'я.

Матеріали становлять інтерес для науковців, практичних психологів, викладачів і здобувачів освіти.

УДК 159.9:378

© Національний університет кораблебудування
імені адмірала Макарова, 2026

ЗМІСТ

СЕКЦІЯ 1. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

<i>Алієва Ю.</i> Психосоматика поведінкових розладів, пов'язаних із післяпологовим періодом, та їх реабілітація	13
<i>Білінський Р.</i> Дослідження мотиваційної сфери особистості	17
<i>Вайпан М.</i> Теоретичні особливості впливу засобів масової інформації на розвиток особистості підлітка	20
<i>Гончарова О.</i> Профілактика професійного вигорання представників гуманітарної сфери в умовах війни	24
<i>Гречаник М.</i> Тривожність і уникання у близьких стосунках як психологічні чинники переживання психотерапевтичної взаємодії у клієнтів психотерапії	29
<i>Гришин Д.</i> Резилієнтність як чинник збереження професійної ефективності поліцейських у воєнний період	35
<i>Дендеренко О.</i> Вольова саморегуляція підлітків під час навчання в умовах війни: психофізіологічний аспект	40
<i>Дутка Л.</i> Особливості невербальних маркерів емоційної напруги особистості в стресових ситуаціях комунікації	44
<i>Журавльова С.</i> Диференційований підхід до психологічного супроводу різних груп населення під час воєнного стану	50
<i>Заболотна Т.</i> Психологічний супровід процесу адаптації дітей шестирічного віку до навчальної діяльності	53
<i>Калганова О.</i> Методи дослідження професійної прокрастинації державних службовців в умовах стресогенної діяльності	56
<i>Кузьміна М.</i> Проблема ставлення до життєвої перспективи внутрішньо переміщених осіб в умовах війни	59
<i>Літвінова І.</i> Психологічні особливості особистісного зростання сучасних підлітків в умовах війни	66
<i>Михалевич Я.</i> Психологічні прийоми подолання панічних атак в умовах воєнного стану	71

СЕКЦІЯ 1. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

УДК 159.9:618:7-06:616.89-008.1

Алієва Юлія

*група 2, спеціальність С4 Психологія ОПП Клінічна психологія
Навчально-науковий інститут психології та суспільних наук
Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний
університет імені К.Д. Ушинського»
Одеса*

Ygeleverya@gmail.com

Венгер Ганна

*кандидат психологічних наук, доцент
Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний
університет імені К.Д. Ушинського»
Одеса*

vengeranna3@gmail.com

ПСИХОСОМАТИКА ПОВЕДІНКОВИХ РОЗЛАДІВ, ПОВ'ЯЗАНИХ З ПІСЛЯПОЛОГОВИМ ПЕРІОДОМ ТА ЇХ РЕАБІЛІТАЦІЯ

Анотація. У тезах розглянуто проблему психосоматичних проявів поведінкових розладів у жінок у післяпологовому періоді. Окреслено основні психологічні та психосоматичні чинники розвитку післяпологової меланхолії та післяпологової депресії. Наголошено на важливості своєчасного виявлення таких станів і застосування комплексного підходу до психологічної реабілітації. Визначено теоретичну та практичну значущість вивчення цієї проблеми в межах сучасної психологічної науки.

Ключові слова: *психосоматика, післяпологовий період, поведінкові розлади, післяпологова депресія, післяпологова меланхолія, психологічна реабілітація.*

Післяпологовий період є важливим і водночас вразливим етапом у житті жінки, оскільки супроводжується глибокими фізіологічними, гормональними, емоційними та соціально-психологічними змінами [1; 2]. У цей час у частини жінок можуть виникати різні форми емоційних і поведінкових порушень, серед яких особливе місце займають післяпологова меланхолія та післяпологова депресія [3]. Ці стани часто супроводжуються психосоматичними проявами, такими як

порушення сну, підвищена стомлюваність, тілесне напруження, головний біль, порушення апетиту, тривожність та загальне погіршення психоемоційного стану [7].

Актуальність проблеми зумовлена тим, що післяпологові поведінкові розлади впливають не лише на психологічне благополуччя жінки, а й на її взаємодію з дитиною, партнером і найближчим соціальним оточенням [2]. Крім того, психосоматичні прояви таких розладів можуть ускладнювати адаптацію жінки до материнства, посилювати емоційне виснаження та знижувати якість життя [4]. У сучасній психологічній науці проблема післяпологової депресії достатньо активно досліджується, однак питання психосоматичних механізмів її формування та особливостей реабілітації залишаються недостатньо розкритими [3; 7].

Мета тез полягає в теоретичному обґрунтуванні психосоматичних особливостей поведінкових розладів, пов'язаних із післяпологовим періодом, а також у визначенні значення психологічної реабілітації для відновлення емоційного та тілесного благополуччя жінки.

У межах дослідження психосоматика післяпологових поведінкових розладів розглядається як взаємозв'язок між психологічними переживаннями жінки, її емоційним станом, рівнем внутрішнього напруження та тілесними реакціями [4].

Післяпологова меланхолія зазвичай проявляється в перші дні після народження дитини та характеризується емоційною нестійкістю, плаксивістю, дратівливістю й підвищеною вразливістю [3].

Післяпологова депресія є більш тривалим і глибоким станом, який супроводжується пригніченим настроєм, почуттям безсилля, тривожністю, втратою інтересу до повсякденної діяльності, психосоматичними скаргами та порушеннями поведінкової адаптації [1; 3].

Важливим напрямом роботи з жінками у післяпологовому періоді є психологічна реабілітація, яка має бути спрямована на стабілізацію емоційного стану, зниження рівня тривоги, подолання психосоматичних проявів, відновлення внутрішнього ресурсу та покращення адаптації до нової життєвої ролі [6].

Доцільним є використання комплексного підходу, що поєднує психоосвіту, психологічне консультування, методи емоційної саморегуляції, тілесно орієнтовані практики та розвиток соціальної підтримки [6; 7]

У сучасній науці проблема психосоматичних проявів поведінкових розладів у післяпологовому періоді розглядається з позицій різних теоретичних підходів.

Зокрема, у межах теорії стресу Г. Сельє підкреслюється роль тривалого фізіологічного та психологічного навантаження у формуванні психосоматичних симптомів [5].

Психодинамічний підхід (З. Фрейд) пояснює їх як результат внутрішніх конфліктів і витіснених переживань [5].

У межах психосоматичної медицини Ф. Александер обґрунтовує зв'язок між емоційними станами та соматичними реакціями. Нейрофізіологічні механізми порушень розкриваються у працях І. Павлова [5].

Особливого значення для розуміння поведінкових реакцій жінки набуває теорія установки Д. Узнадзе, згідно з якою внутрішні переконання та очікування визначають характер емоційного і тілесного реагування [4].

У когнітивному підході А. Бека підкреслюється роль негативних автоматичних думок у розвитку депресивних станів [5].

Теорія прив'язаності Дж. Боулбі акцентує увагу на впливі емоційного стану матері на взаємодію з дитиною та загальну адаптацію у післяпологовому періоді [6].

Результати дослідження дозволили встановити наявність взаємозв'язку між емоційним станом жінок у післяпологовому періоді та вираженістю психосоматичних проявів. Виявлено, що підвищений рівень тривожності та депресивних симптомів супроводжується збільшенням частоти тілесних скарг, зокрема порушень сну, хронічної втоми, головного болю та м'язового напруження.

Дослідження також показало, що дисфункціональні установки щодо материнства сприяють формуванню внутрішнього напруження, що посилює психосоматичні реакції. Водночас наявність соціальної підтримки виступає

важливим захисним фактором, що знижує ризик розвитку поведінкових і психосоматичних порушень [2; 6].

Окрім цього, встановлено, що післяпологова депресія супроводжується більш вираженими психосоматичними та поведінковими змінами порівняно з післяпологовою меланхолією [3]. Запропоновані підходи психологічної реабілітації продемонстрували ефективність у зниженні рівня емоційного напруження та покращенні загального психофізіологічного стану жінок [6; 7].

Отже, ми запевнились, що дослідження психосоматики поведінкових розладів, пов'язаних із післяпологовим періодом, є актуальним напрямом сучасної психології. Воно дозволяє глибше зрозуміти механізми формування післяпологових порушень та окреслити ефективні шляхи психологічної реабілітації жінок, що переживають цей складний період.

Список використаних джерел

1. World Health Organization. Guide for integration of perinatal mental health in maternal and child health services. Geneva: World Health Organization, 2022.
2. World Health Organization. Maternal mental health. Geneva: World Health Organization, 2023.
3. Мельник Ю. Б. Психічне здоров'я жінки в післяпологовому періоді: сучасні підходи до діагностики та корекції. Психологічний журнал. 2023. № 2. С. 45-52.
4. Кокурн О. М. Психологія здоров'я особистості: монографія. Київ: Центр учбової літератури, 2022. 312 с.
5. Максименко С. Д. Загальна психологія: підручник. Київ: Центр учбової літератури, 2021. 480 с.
6. Титаренко Т. М. Життєві кризи особистості: психологічний супровід. Київ: Каравела, 2022. 248 с.
7. Савчук І. В. Психосоматичні розлади у жінок після пологів: психологічні чинники та корекція. Науковий вісник. 2023. № 4. С. 112-118.

Білінський Роман

*група 2551, Навчально-науковий гуманітарний інститут
Національний університет кораблебудування імені адмірала Макарова
Миколаїв, Україна
bilinskiyroman20@gmail.com*

Мухіна Людмила

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології
Національний університет кораблебудування імені адмірала Макарова
Миколаїв, Україна
lyudmilamukhina08@gmail.com*

ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ

Анотація. У сучасному суспільстві проблема мотивації набуває особливої актуальності. Постійні соціальні зміни, зростання вимог до особистісного розвитку та необхідність професійної самореалізації вимагають від людини високого рівня внутрішньої активності. Особливо це стосується студентської молоді, яка перебуває на етапі формування життєвих цілей та професійних орієнтирів.

Ключові слова: *мотивація, мотиваційна сфера, мотиви діяльності, потреби, особистість, навчальна мотивація.*

Проблема мотивації є однією з центральних у психології. Її вивченням займалися багато вітчизняних та зарубіжних учених. У психологічній науці мотивація розглядається як система внутрішніх і зовнішніх чинників, що спонукають людину до діяльності.

Відомою є теорія ієрархії потреб А. Маслоу, відповідно до якої поведінка людини визначається певною системою потреб: від базових фізіологічних потреб до потреб у самореалізації. Задоволення потреб нижчого рівня створює умови для формування більш високих мотиваційних прагнень.

Вагомий внесок у розвиток теорії мотивації зробили також Д. МакКлелланд, який досліджував потребу в досягненні успіху, владі та причетності, Ф. Герцберг, автор двофакторної теорії мотивації, а також Е. Десі та Р. Раян, які розробили

теорію самодетермінації, що підкреслює значення внутрішньої мотивації та автономії особистості у діяльності.

Практичне значення окреслених теорій полягає в наступному:

- Використання принципів ієрархії потреб дозволяє визначити, на які потреби слід орієнтувати освітні та тренінгові програми для студентів.

- Двохфакторна теорія допомагає побудувати мотиваційні системи у навчанні та роботі, які знижують «демотиваційні» фактори (недостатня підтримка, погані умови).

- Теорія самодетермінації спрямовує до створення середовища, де студенти можуть реалізовувати внутрішні мотиви та розвивати автономність.

Студентський вік характеризується активним формуванням професійних інтересів, життєвих цілей та системи цінностей. Мотиваційна сфера визначає ставлення молоді до навчання та майбутньої професійної діяльності.

Навчальна мотивація може бути внутрішньою (інтерес до знань, саморозвиток) або зовнішньою (отримання диплому, матеріальні чи соціальні стимули). Динамічність мотивації передбачає, що під впливом соціального середовища, освітнього процесу та особистого досвіду мотиви можуть змінюватися, формуючи нові цілі та пріоритети.

Практичні поради та можливі рішення щодо підвищення мотивації до навчання серед студентів:

- Створення гнучких навчальних програм, що поєднують обов'язкові дисципліни та можливості для самостійного вибору, підвищує внутрішню мотивацію.

- Використання елементів змагань, проектної діяльності та групових завдань стимулює активність та формує прагнення до досягнень.

- Психологічна підтримка та консультування студентів допомагає подолати демотивацію, стрес та професійну невпевненість.

- Менторство та наставництво від старших студентів або викладачів сприяє розвитку цілеспрямованості та усвідомленої мотивації.

- Впровадження програм розвитку м'яких навичок (soft skills) покращує внутрішню мотивацію та сприяє самореалізації.

Такі підходи дозволяють не лише підвищити навчальну активність, а й формувати у студентів усвідомлене ставлення до професійного розвитку та життєвих цілей.

Висновки. Мотиваційна сфера особистості є складною системою психологічних чинників, що визначають поведінку людини та спрямованість її діяльності. Дослідження мотивації студентської молоді є важливим для підвищення ефективності навчального процесу та розвитку особистості.

Список використаних джерел

1. <https://docs.academia.vn.ua/handle/123456789/1399>URL:
<https://docs.academia.vn.ua/handle/123456789/1399>
2. <https://repository.kpi.kharkov.ua/items/d0a4218d-135d-42de-9ea1-753b82040b52>URL: <https://repository.kpi.kharkov.ua/items/d0a4218d-135d-42de-9ea1-753b82040b52>
3. https://web.posibnyky.vntu.edu.ua/icgn/1lesko_psiholog_upravlin_organizaciyi/332.htmlURL:
https://web.posibnyky.vntu.edu.ua/icgn/1lesko_psiholog_upravlin_organizaciyi/332.html

Bilinskiy Roman

*group 2551, Educational and Scientific Humanitarian Institute
Admiral Makarov National University of Shipbuilding,
Mykolaiv, Ukraine
bilinskiyroman20@gmail.com*

Mukhina Liudmyla

*candidate of psychological sciences,
associate professor of the department of psychology
Admiral Makarov National University of Shipbuilding,
Mykolaiv, Ukraine
lyudmilamukhina08@gmail.com*

RESEARCH OF THE MOTIVATIONAL SPHERE OF PERSONALITY