

**ДЕРЖАВНА СЛУЖБА УКРАЇНИ З НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ
Кафедра практичної психології та педагогіки**

**МІЖНАРОДНА АКАДЕМІЯ ПРИКЛАДНИХ НАУК В ЛОМЖІ
(Республіка Польща)**

**ПЕНІТЕНЦІАРНА АКАДЕМІЯ УКРАЇНИ
Кафедра педагогіки та гуманітарних дисциплін**

**КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ
«ЛУЦЬКИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ ІНСТИТУТ» Волинської обласної ради**

ОСОБИСТІТЬ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

Матеріали
XIII Всеукраїнської науково-практичної конференції
з міжнародною участю,
*присвяченої 20-річчю кафедри практичної психології та педагогіки
Львівського державного університету безпеки життєдіяльності*

м. Львів, 15 травня 2026 р.

Львів – 2026



| | |
|--|-----|
| <i>Світлана Кузікова</i> | |
| Психологічні детермінанти впливу травмівного досвіду на структуру я-концепції викладачів психологічних дисциплін | 270 |
| <i>Андрій Литвин, Валерій Соловійов</i> | |
| Випереджувальний підхід у професійній освіті | 273 |
| <i>Наталія Пасічник, Ренат Ріжняк</i> | |
| Цифрові технології та симуляційні методи у підготовці майбутніх учителів до роботи в екстремальних умовах | 278 |
| <i>Петро Бойчук, Сергій Марчук</i> | |
| Психолого-педагогічні засади професійної готовності майбутніх учителів до діяльності в умовах підвищеного ризику | 282 |
| <i>Світлана Вдович</i> | |
| Особливості викладання психопедагогіки безпеки людини в умовах воєнного стану | 286 |
| <i>Юрій Вінтюк</i> | |
| Психологічна безпека особистості в умовах тривалого кризового стану: стратегії підготовки майбутніх психологів-практиків | 289 |
| <i>Ірина Гузенко</i> | |
| Формування професійної саморегуляції військовослужбовця як чинника його успішної діяльності в екстремальних умовах | 291 |
| <i>Вадим Жулковський</i> | |
| Формування готовності осіб рядового і начальницького складу державної кримінально-виконавчої служби України до дій в екстремальних умовах | 294 |
| <i>Оксана Кабіцька</i> | |
| Формування готовності особистості до надання домедичної допомоги постраждалим у цивільному секторі в умовах воєнного стану: психолого-педагогічні та практико-орієнтовані аспекти підготовки | 297 |
| <i>Світлана Лукомська</i> | |
| Вплив травмівного горювання на становлення громадянсько-мілітарної ідентичності українців | 301 |
| <i>Anna Marmulyak, Oksana Pylypets</i> | |
| Methodological efficacy of case-based learning in esp contexts for students of technical specialties | 304 |

різноманітних надзвичайних ситуаціях, проведення рольових ігор, тренінгів стресостійкості та ін.

Таким чином, психопедагогіка безпеки є не просто навчальною дисципліною, а відповіддю освіти на виклики війни та сучасного нестабільного світу. Вона формує особистість, здатну не лише виживати в умовах небезпеки, а й діяти професійно, відповідально і гуманно. Саме тому нині психопедагогіка безпеки повинна розглядатися як необхідна складова професійної підготовки майбутнього фахівця, що сприятиме безпечному життю та психологічній стійкості суспільства.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вдович С. М., Березяк К. М. До питання модернізації змісту дисципліни «Психопедагогіка безпеки». *Молодь і ринок*. 2022. № 2 (200). С. 111–117. DOI: <https://doi.org/10.24919/2308-4634.2022.256020>
2. Козяр М. М., Коваль І. С. Психопедагогіка професійно-екстремальної підготовки: навчальний посібник. Львів: Вид-во ЛДУ БЖД, 2024. 504 с.

Юрій Вінтюк

ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ТРИВАЛОГО КРИЗОВОГО СТАНУ: СТРАТЕГІЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ-ПРАКТИКІВ

Реалії сьогодення характеризується станом затяжної кризи, що охопила всі сфери суспільної діяльності, де соціально-політичні потрясіння, воєнні конфлікти та економічна нестабільність стають тривалим фоном життєдіяльності людини. У таких умовах поняття психологічної безпеки трансформується з теоретичної категорії у фундаментальну потребу виживання та збереження цілісності особистості. З врахуванням цього особливого значення набуває фахова підготовка майбутніх психологів-практиків, які повинні не лише самі володіти високим рівнем життєстійкості, а й бути готовими супроводжувати інших у процесі адаптації до хронічного стресу.

Мета дослідження – обґрунтувати теоретико-методологічні засади та практичні стратегії формування професійної стійкості майбутніх психологів, які забезпечують підтримку психологічної безпеки особистості в умовах довготривалих кризових станів.

Для досягнення мети передбачається вирішення таких завдань:

- визначити специфіку впливу тривалої кризи на психологічну безпеку індивіда;

- виявити ключові професійні компетентності майбутніх фахівців під час роботи з хронічним стресом та травмою;
- розглянути та систематизувати методи підготовки студентів-психологів для запобігання їхньому професійному вигоранню та підвищення ефективності допомоги клієнтам.

1. Феноменологія психологічної безпеки в умовах тривалої кризи.

Психологічна безпека особистості – це стан захищеності психіки від впливу деструктивних чинників, що забезпечує збереження цілісності та розвиток індивіда. В умовах тривалої кризи за наявності тривалого впливу чинників, що діють місяцями чи роками, безпека перестає бути «відсутністю загроз» і стає динамічним процесом відновлення.

Ключові виклики тривалої кризи, передусім, наступні:

- вторинна травматизація – постійне перебування в інформаційному полі трагічних подій;
- невизначеність майбутнього, яка проявляється як неможливість довгострокового планування, що руйнує відчуття контролю;
- соціальна дезінтеграція – зміна ціннісних орієнтирів і конфлікти в малих групах через різний досвід переживання кризи.

2. Психологічна стійкість як мета професійної підготовки. Майбутній психолог-практик працює в умовах «високого навантаження на емпатію»; тому традиційні академічні знання сьогодні повинні доповнюватися формуванням специфічних компетентностей, що базуються на концепції життестійкості.

З врахуванням цього стратегія підготовки повинна включати:

- формування навичок саморегуляції – психолог повинен бути «безпечним об'єктом» для клієнта; якщо спеціаліст сам перебуває у стані декомпенсації, професійна допомога стає неможливою;
- робота з травмою як базова компетенція: раніше кризова психологія була вузькою спеціалізацією, сьогодні – це необхідний фундамент для кожного практика.

3. Стратегії підготовки майбутніх фахівців. Для ефективної підготовки психологів у ЗВО доцільно впроваджувати наступні стратегічні підходи:

А. Інтеграція практик самопомоги в освітній процес. Навчання не може обмежуватися лише теорією. Студенти повинні опановувати техніки заземлення, відновлювальні вправи та методи когнітивно-поведінкової стабілізації безпосередньо в межах навчальних курсів. Це створює захист, який рятує професіонала від вигорання на старті кар'єри.

Б. Супервізійний та інтервізійний супровід. В умовах тривалої кризи психологічна дистанція між клієнтом і терапевтом скорочується, оскільки вони часто переживають ту ж саму кризу одночасно. Тому підготовка повинна включати обов'язкові години групової супервізії, де студенти вчаться розділяти власний травматичний досвід і досвід клієнта.

В. Симуляційне навчання та кейс-стаді. Використання рольових ігор для відпрацювання гострих реакцій на стрес, панічних атак чи станів депресивної апатії дозволяє виробити професійний автоматизм, який зберігає працездатність психолога в екстремальних умовах.

4. Етичний аспект та «екологія професії». Психологічна безпека фахівця напряму залежить від дотримання етичних меж. У тривалій кризі існує велика спокуса «рятівництва», що веде до швидкого виснаження. Відповідно, підготовка психологів повинна акцентувати увагу на:

- визначенні меж власної компетенції;
- профілактиці синдрому професійного вигорання та вікарної травми;
- створенні професійних спільнот підтримки.

Внесення актуальних змін у процес підготовки фахових психологів у ЗВО дозволить підвищити рівень їхньої професійної компетентності, як і конкурентоспроможність на ринку праці.

Висновки. Забезпечення психологічної безпеки особистості в умовах тривалої кризи вимагає від психологічної спільноти перегляду парадигми підготовки кадрів. Пріоритетом стає не просто передача знань, а формування стійкої професійної ідентичності, здатної витримувати тривалу невизначеність. Майбутній психолог-практик – це фахівець, який володіє інструментарієм підтримки «крихкого» світу клієнта, спираючись на власну психологічну безпеку та глибоке розуміння механізмів адаптації людської психіки до екстремальних умов.

Ірина Гузенко

ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯ ЯК ЧИННИКА ЙОГО УСПІШНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

Сучасні умови професійної діяльності військовослужбовців та інших фахівців екстремального профілю характеризуються фізичним навантаженням, високим рівнем психоемоційного напруження, ризиком для життя, дефіцитом часу, необхідністю швидкого прийняття рішень та відповідальності за їх наслідки.