

**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**

ОСОБИСТІСТЬ 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



Рекомендовано до друку вченою радою факультету психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності 14 травня 2026 року, протокол № 8.

Рецензенти:

Жигайло Наталія Ігорівна – доктор психологічних наук, професор

Мачинська Наталія Ігорівна – доктор педагогічних наук, професор

Особистість в екстремальних умовах: матеріали XIII Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю (15 травня 2026 р., м. Львів). Львів, 2026. 519 с.

Редакційна колегія:

доктор психологічних наук, доцент **Сірко Р. І.** (голова);

доктор педагогічних наук, професор **Литвин А. В.**;

доктор педагогічних наук, старший науковий співробітник **Руденко Л. А.**;

кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник **Вдович С. М.** (упорядник);

кандидат психологічних наук, доцент **Стельмах О. В.**;

кандидат педагогічних наук **Марчук С. С.**;

кандидат педагогічних наук **Шарлович З. П.**

У збірнику матеріалів науково-практичної конференції розглядаються особливості функціонування особистості в умовах війни і кризи, психологічної підтримки та реабілітації особистості в ситуаціях травматичного досвіду, психолого-педагогічні засади формування готовності майбутніх фахівців до діяльності в екстремальних умовах, міждисциплінарні підходи до дослідження підготовки та професійної діяльності особистості в умовах підвищеного ризику.

Для науковців у галузі психології та педагогіки, психологів-практиків і педагогів закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання, аспірантів, ад'юнктів, докторантів.

Матеріали подано в авторській редакції.

© Львівський державний університет
безпеки життєдіяльності, 2026

© Автори, 2026



Семен Потапов	
Резильєнтність медиків в умовах воєнного стану	126
Перлина Станішевська, Лілія Фльорко	
Психологічні особливості переживання особистістю кризових умов війни у контексті сімейної взаємодії	128
Владислава Талімончик, Лілія Фльорко	
Хвилина мовчання як соціально-психологічний механізм колективного проживання втрати в умовах війни	132
Ольга Худайбергенова, Лілія Пилипенко	
Феномен екзистенційних переживань в умовах воєнного стану....	136
Олександр Чернявський, Наталія Макогончук	
Вплив соціальних мереж на психічне здоров'я особистості в умовах глобальних криз. Феномен екзистенційних переживань в умовах воєнного стану	138
Мирослава Юрчишин, науковий керівник – Інга Петровська	
Роль ефекту форера у формуванні вразливості школярів до дезінформації в умовах інформаційної кризи	140

Розділ 2

Психологічна підтримка та реабілітація особистості в ситуаціях травматичного досвіду

Василь Гуменюк	
Психологічна адаптація ветеранів до мирного життя в міждисциплінарному вимірі	144
Наталія Жигайло	
Духовність як ціннісна основа абілітації українського суспільства	147
Роман Попелюшко, Дарія Отич, Олександра Кривоносова	
Особливості розвитку уяви в юнаків із травматичним досвідом ...	151
Анатолій Сичевський	
Психічне здоров'я персоналу ДСНС України в умовах воєнного стану: виклики, ризики та система психологічної підтримки	155
Дмитро Швець	
Механізми розвитку психологічної стійкості та відновлення внутрішніх ресурсів особового складу Національної поліції України	159

ФЕНОМЕН ЕКЗИСТЕНЦІЙНИХ ПЕРЕЖИВАНЬ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

В умовах війни феномен екзистенційних переживань набуває особливої гостроти, змінюючись із абстрактних роздумів у щоденний досвід зіткнення особистості з граничними ситуаціями буття. Постійна загроза життю, втрата звичних опор та соціальна нестабільність спричиняють екзистенційні переживання, де питання сенсу, свободи, соціальної ізоляції та смерті стають основними фоновими станами особистості. Водночас різні екзистенційні переживання можуть як призводити до почуття відчуженості й спустошеності, так і стати ресурсом для посттравматичного зростання, а також формування нової системи власних сенсів та становленні екзистенційної стійкості.

Екзистенційні переживання постають як глибокі й емоційно насичені стани, що істотно впливають на самосприйняття особистості та відображають її цінності й внутрішній світ. У філософському вимірі вони репрезентують усвідомлене ставлення людини до власного буття, виступаючи своєрідною формою діалогу з реальністю. Ці стани мають динамічний характер, оскільки відображають безперервний потік індивідуального досвіду та активну взаємодію зі світом. У психологічному контексті екзистенційні переживання розглядаються як важливий елемент життя, пов'язаний із базовими питаннями людського існування, зокрема сенсом життя, свободою, відповідальністю та самосвідомістю [1].

Американський психотерапевт І. Ялом окреслює чотири характеристики існування: смерть, свобода, ізоляція, безсенсовність [3]. Ці поняття є основними чинниками екзистенційних переживань, які є невід'ємною складовою життя і супроводжують людину постійно.

Якщо коротко описати характеристики існування, то смерть – це неминучість припинення буття, конфлікт якої полягає у протистоянні між усвідомленням кінця та бажанням продовжувати жити; свобода розглядається як відсутність зовнішньої структури та повна відповідальність людини за свій світ, що породжує жах через відсутність опору та відчуття «безодні» під ногами; ізоляція – це фундаментальна нездоланна прірва між індивідом та іншими людьми, яка змушує особистість наодинці приходити у світ і залишати його; безсенсовність постає як дилема істоти, що шукає значення у світі, де ніщо не зумовлене заздалегідь, і змушена самотійно творити власний сенс життя [3].

У контексті воєнного стану ці екзистенційні даності набувають особливої важливості, адже війна фактично постає як одна з форм граничної ситуації, яка була описана К. Ясперсом. Він трактував граничні ситуації як обставини, у яких людина стикається з межовими аспектами свого існування – зокрема смертю, хворобою, стражданням, боротьбою та провинною. На його думку, у таких ситуаціях людина не здатна змінити самі обставини, проте має можливість змінити власне ставлення до них. Саме граничні ситуації відкривають простір для глибокої саморефлексії та виходу на рівень трансцендентного осмислення буття [4].

У мирний час екзистенційні переживання часто залишаються на периферії свідомості, не набуваючи потрібної значимості. Проте в умовах війни вони стають більш актуальними. Таким чином, війна не створює нових екзистенційних питань, а радше загострює вже наявні, змушуючи людину зіткнутися з ними без можливості уникнення.

Поряд із деструктивним впливом війни на ментальне здоров'я, важливо розглядати потенціал до посттравматичного зростання. Це не усуває біль від пережитого, але вказує на здатність психіки трансформувати страждання у нові ціннісні орієнтири. Засновник логотерапії В. Франкл вважав, що прагнення людини до пошуку й реалізації сенсу життя є вродженою мотиваційною тенденцією, притаманною кожному. Втрата або відсутність сенсу зумовлює стан, який він визначає як екзистенційний вакуум. У той же час, В. Франкл виокремлює три основні способи надання життю смислу: по-перше, через те, що людина привносить у світ (творча діяльність); по-друге, через те, що вона отримує від життя (переживання цінностей); і по-третє, через ставлення до обставин, які неможливо змінити [2].

В умовах воєнного стану наявність сенсу стає новим виміром екзистенційної стійкості. В. Франкл казав: «Людина готова страждати, переконавшись, що її страждання мають сенс» [2, с. 123]. Хтось знаходить сенс у безпосередній участі в захисті країни, сприймаючи власну діяльність як внесок у збереження життя інших та майбутнього держави; а інші у підтримці близьких, волонтерській або професійній діяльності, що забезпечує функціонування суспільства в умовах кризи.

Узагальнюючи, можна зробити висновок, що екзистенційні переживання в умовах воєнного стану постають як механізм переосмислення власного буття. Таким чином, попри інтенсивність страждання, саме через проживання цих станів особистість отримує можливість

набути більшого розуміння себе, зміцнити внутрішню стійкість та виробити індивідуальні стратегії смислотворення.

ЛІТЕРАТУРА

1. Калька Н. Екзистенційні переживання особистості: філософсько-психологічний аспект. *Габітус*. 2024. № 65. С. 155–160. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-5208> (дата звернення: 31.03.2026).
2. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Харків : Книжковий клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2020. 160 с.
3. Ялом І. Екзистенційна психотерапія. Київ: Видавництво Ростислава Бурлаки, 2026. 656 с.
4. Jaspers K. *Philosophy of existence*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 1971. 128 p.

Олександр Чернявський, Наталія Макогончук

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ГЛОБАЛЬНИХ КРИЗ

На сьогодні соціальні мережі стали невід'ємною частиною життя людини. За допомогою них, люди комунікують та мають психологічну підтримку між собою. Особливо значущою їх роль стає в умовах війни. У таких обставинах вплив соціальних мереж на психологічне здоров'я особистості є неоднозначним і має як позитивні, так і негативні аспекти.

З одного боку, соціальні мережі дуже важливі для психічного здоров'я людини. Для мешканців регіону, які пройшли через випробування окупацією, інформаційною блокадою та перебувають у зоні постійних обстрілів, соціальні мережі трансформувалися з розважальних платформ у інструмент фізичного виживання. Вони стали єдиним джерелом оперативної інформації про безпеку та засобом підтримки зв'язку з рідними [1].

З іншого боку, надмірне споживання інформації, особливо негативного або травматичного змісту, може призводити до інформаційного перевантаження, підвищення рівня тривожності, страху та емоційного виснаження. Постійне переглядання новин про бойові дії, втрати та руйнування здатне викликати симптоми, схожі на посттравматичний стрес.

Коли ми розглядаємо травму, ми часто припускаємо, що вона стосується лише людей, безпосередньо постраждалих від насильницьких конфліктів. Однак С. Сагден, доктор медичних наук, полковник резерву армії США та психіатр Інституту психічного здоров'я Хантсмена

Онищук Оксана Василівна – доцент кафедри психології та суспільно-гуманітарних дисциплін Національного лісотехнічного університету України, кандидат філософських наук, доцент

Отич Дарія Дмитрівна – доцент кафедри теоретичної та консультативної психології Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, кандидат психологічних наук, доцент

П'янківська Людмила Володимирівна – кандидат психологічних наук

Пальцева Євгенія Олександрівна – старший викладач кафедри поведінкових наук та військового лідерства Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного

Пальчикова Олександра Олександрівна – завідувач кафедри англійської філології Криворізького державного педагогічного університету, кандидат педагогічних наук, доцент

Панасенко Елліна Анатоліївна – завідувач кафедри практичної психології Державного вищого навчального закладу «Донбаський державний педагогічний університет», доктор педагогічних наук, професор

Пасічник Наталя Олексіївна – заступник начальника відділу організації наукової діяльності – завідувач відділення організації наукової роботи Донецького державного університету внутрішніх справ, доктор історичних наук, професор

Перелигіна Ліна Анатоліївна – професор кафедри психологічного консультування і психотерапії Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, доктор біологічних наук, професор

Перелом Дарія – здобувачка першого рівня вищої освіти факультету педагогічної освіти Львівського Державного університету фізичної культури імені Івана Боберського, освітня програма «Фізична культура різних груп населення»

Перчук Ірина Вадимівна – старший науковий співробітник Інституту психіатрії Київського національного університету імені Тараса Шевченка, кандидат медичних наук

Пилипенко Лілія Віталіївна – старший викладач кафедри практичної психології та педагогіки факультету психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, доктор філософії

Харчук Андрій Андрійович – здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти Навчально-наукового інституту пожежної та техногенної безпеки Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, освітня програма «Пожежна безпека»

Хашчевський Володимир Ігорович – здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти інституту психологічної підтримки персоналу Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного, освітня програма «Педагогіка вищої професійної військової освіти»

Худайбергенава Ольга Камільджанівна – здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти факультету психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, освітня програма «Екстремальна та кризова психологія»

Цепінь Віктор Ігорович – здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти науково-організаційного відділу Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного

Цюприк Андрій Ярославович – завідувач кафедри соціальної роботи, управління та суспільних наук факультету психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, доктор педагогічних наук, доцент

Чемер Юрій Петрович – молодший науковий співробітник науково-дослідного відділу воєнно-психологічних досліджень Науково-дослідного центру гуманітарних проблем Збройних Сил України

Черниш Наталія Миколаївна – старший викладач кафедри психології, педагогіки та соціально-економічних дисциплін Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького (військова частина 9960)

Чернявський Олександр Віталійович – здобувач першого (бакалаврського) рівня вищої освіти факультету забезпечення оперативно-службової діяльності Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького

Чечільницька Юлія Дмитрівна – здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти факультету психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, освітня програма «Екстремальна та кризова психологія»

Наукове видання

ОСОБИСТІСТЬ 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.)

Упорядкування, літературне редагування, верстка – С. М. Вдович



Львівський державний університет безпеки життєдіяльності