

**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



Юлія Чечільницька, Лілія Пилипенко Психологічні особливості резильєнтності майбутніх рятувальників в умовах воєнного стану	375
Віктор Шевченко, науковий керівник – Юрій Вінтюк Особливості підготовки фахових психологів до діяльності в умовах військового стану	378

Розділ 4

Міждисциплінарні підходи до дослідження підготовки та професійної діяльності особистості в умовах підвищеного ризику

Вікторія Аніщенко Роль емоційного інтелекту крізь призму особистісного розвитку та підвищення резильєнтності персоналу ДКВС України	382
Людмила Білоконенко Психолінгвістичні аспекти комунікації в екстремальних умовах	386
Тетяна Благова, Олександр Жиров Оптимізація роботи хореографічного гуртка в кризових умовах: подолання викликів воєнного часу через міждисциплінарні підходи	390
Оксана Гриджук, Єва Швиденко Психоемоційні причини формування неологізмів воєнного часу	395
Мирослав Коваль, Мирослава Кусій Ключові аспекти руйнування освітньої сфери в умовах війни	399
Андрій Литвин, Лариса Руденко Проблема лідерства фахівців цивільного захисту в зарубіжних дослідженнях	401
Роман Попелюшко, Неля Бігун, Валерія Жуковська Взаємозв'язок стресостійкості та адиктивної поведінки працівників логістичної сфери в умовах кризи	404
Ліна Перелигіна, Юлія Левченко Нормативно-правова база дослідження психічного здоров'я працівників сектору безпеки та оборони України	407
Андрій Цюприк Особливості формування психолого-педагогічних компетентностей майбутніх соціальних працівників	410

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ МАЙБУТНІХ РЯТУВАЛЬНИКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

У контексті сучасної війни, яка охопила Україну, дослідження резильєнтності серед майбутніх рятувальників набуває особливої актуальності. Збройні конфлікти, постійне перебування в умовах невизначеності, втота від співчуття, руйнування звичних умов життя та навчання – усе це залишає глибокий відбиток на психологічному стані майбутніх рятувальників. У цих умовах їхня здатність зберігати психічну рівновагу, адаптуватися до нових реалій і долати труднощі впливає не лише на індивідуальне благополуччя, а й на майбутнє суспільства в цілому. Враховуючи сучасні події в Україні та світі, проблема розвитку резильєнтності стає надзвичайно важливою, особливо для молодого покоління у період війни. Дослідження цього аспекту майбутніх рятувальників під час війни має на меті виявити чинники, що впливають на рівень резильєнтності, бо саме вона може допомогти їм справитися із професійними викликами та зберегти ментальне здоров'я.

Термін «резильєнтність» зазвичай асоціюється із здатністю психіки відновлюватися після несприятливих обставин. Особливо цікавим для психологів, психотерапевтів і фахівців допоміжних професій є розуміння того, чому деякі люди здатні не лише витримувати труднощі, але й відновлюватися та навіть зростати психологічно після складних життєвих викликів або катастроф. Вивчення резильєнтності має велику значущість, оскільки краще усвідомлення можливостей людини до позитивної адаптації в складних умовах дозволяє спеціалістам у сфері психологічного здоров'я створювати ефективні психотехнології. Завдяки їм можна сприяти профілактиці психологічних проблем, розвивати навички стресостійкості, життєстійкості та здатності самостійно долати стресові ситуації [6, с. 26–64].

Дослідженням резильєнтності займалися такі дослідники як: Д. Ассон, Г. Войтович, Ю. Гонтар, Е. Грішин, В. Громова, К. Гуцол, О. Кокун, Г. Лазос, Т. Мельничук, О. Руденко, О. Чиханцова та ін. [3, с. 60].

У психології резильєнтність трактується як здатність людини зберігати цілісність і стабільність свого фізичного та психологічного стану під час складних життєвих випробувань. Вона також включає вміння адаптуватися до потенційно травматичних подій у позитивному ключі, що підкреслював Дж. Бонанно. За цією концепцією, люди-

на, змінюючи свої поведінкові стратегії, як описував Ж. Піаже, може створювати нові способи взаємодії, які сприяють успішному функціонуванню в суспільстві [8, с. 5–13].

Е. Грішин розглядає резильєнтність як здатність людини адаптуватися до несприятливих або загрозливих умов, зберігаючи при цьому можливість для нормального та здорового функціонування в майбутньому [4, с. 26–64].

О. Чиханцова та К. Гуцол визначають резильєнтність як здатність людини відновлюватися до стану, який передував стресовим або травматичним подіям, використовуючи власні внутрішні ресурси. Це означає не пристосування до нових обставин, а повернення до звичного способу життя без шкоди для фізичного чи психічного здоров'я. [7, с. 13].

Н. Школіна та інші дослідники розглядають резильєнтність як здатність людини долати психологічні травми, характеризуючи її як уміння відновлюватися до нормального стану у періоди потрясінь або після них [8].

Протягом останніх десятиліть дослідники все активніше зосереджуються на концептуалізації та визначенні цього явища. Американський професор і психіатр Д. Хеллерштайн виділив дві ключові складові: фізичну та психологічну резильєнтність. Фізичний аспект характеризує здатність організму протистояти стресовим впливам, тоді як психологічна резильєнтність охоплює процеси соціалізації, підтримку міжособистісних зв'язків та вміння знаходити нові життєві орієнтири у складних обставинах. Психологічний компонент також включає освоєння сучасних психологічних методик і підвищення рівня освіти, що сприяє подоланню негативних наслідків стресу [9].

Вважаємо, що резильєнтність майбутніх рятувальників є одним із ключових факторів, що визначають їхню професійну ефективність у кризових та екстремальних умовах. Вона характеризується здатністю людини зберігати оптимальний рівень саморегуляції, утримувати внутрішній баланс, контролювати емоції та приймати зважені, раціональні рішення, навіть перебуваючи під впливом значного стресу.

Для майбутніх рятувальників цей аспект професійної підготовленості має особливу вагу. Їхня робота нерозривно пов'язана з підвищеним ризиком для життя, непередбачуваними обставинами, безперервним психологічним тиском і значною відповідальністю за життя та безпеку інших людей [5, с. 210].

Резильєнтність майбутніх рятувальників формується під впливом сукупності внутрішніх і зовнішніх факторів. До внутрішніх факторів

належать рівень саморегуляції, розвиток емоційного інтелекту, мотиваційно-вольова сфера, особистісна відповідальність і здатність до самопідтримки. З-поміж зовнішніх варто виділити організаційну культуру підрозділу, наявність соціальної підтримки в колективі, систему професійного навчання та психологічного супроводу, а також умови праці й стиль керівництва [1].

Професія рятувальника належить до найскладніших і найнебезпечніших сфер діяльності, у яких психологічна стійкість відіграє ключову практичну роль. Ці фахівці щодня стикаються з умовами високого ризику, непередбачуваністю та фізичним виснаженням, де кожен їхній крок може мати вирішальне значення для життя й безпеки інших. Робота рятувальників передбачає інтенсивні навантаження і висуває надзвичайно високі вимоги до швидкості реагування, здатності концентрувати увагу та зберігати психоемоційну рівновагу.

Серед основних стресових чинників у цій професії – фізична та емоційна перевтома, постійна зміна обстановки, обмеженість часу для ухвалення важливих рішень, а також вплив несприятливих зовнішніх факторів, таких як шум, перепади температур, дефіцит відпочинку, перенавантаження. До цього додається усвідомлення високого рівня відповідальності за життя і безпеку людей, що лише підсилює навантаження на їхню психіку [2, с. 32].

Отже можна зробити висновок, що професійна діяльність рятувальників тісно пов'язана з безпосереднім контактом із травматичними подіями, такими як втрати людських життів, руйнування, поранення. Тривале перебування в стані емоційного напруження може призводити до розвитку накопичувального стресу, зниження працездатності, емоційного вигорання та порушень сну. Професійна діяльність рятувальників вимагає не лише високого рівня майстерності, а й посиленого розвитку психологічної стійкості як ключового елемента професійної надійності. Резильєнтність є стратегічним ресурсом майбутнього фахівця ДСНС України, адже саме вона забезпечує не лише безпеку й здоров'я самих фахівців, а й їхню здатність оперативно та ефективно реагувати на надзвичайні ситуації для захисту населення.

ЛІТЕРАТУРА

1. Андрєєва Я. Ф. Психологічні особливості професіоналізації студентів на етапі навчання у закладі вищої освіти. Вплив комунікативно-інформаційного простору на психологічні особливості й особистісні ресурси людини в умовах дії дестабілізаційних факторів на суспільство: монографія / за наук. ред. І. М. Зварича. Чернівці: Чернівець. нац. ун-т, 2022. С. 252–282.

URL:

https://drive.google.com/drive/folders/1y9JM_YupCQZpqnjWDF4WuC4XlsYF1vqq?usp=sharing; <https://archer.chnu.edu.ua/handle/123456789/4181>

2. Афанасьєва Т. О. Психологічні особливості криз професійного становлення психолога. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія: Психологічні науки*. 2013. Т. 2. Вип. 10. С. 29–32.
3. Березяк К. М., Лісецький Р. Б. Психологічні особливості резильєнтності військовослужбовців. *Наукові записки Львівського державного університету безпеки життєдіяльності. Педагогіка і психологія*. 2024. № 1 (3). С. 59–66.
4. Грішин Е. Резильєнтність особистості: сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди*. 2021. Вип. 64. С. 62–81.
5. Жогло О., Жогло В., Руденко І. Формування психологічної стійкості рятувальників у глобальних кризових умовах. *Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації*: зб. наук. пр. Черкаси. 2025. С. 209–213.
6. Лазос Г. П. Резильєнтність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень. *Актуальні проблеми психології*. Т. 3: Консультативна психологія і психотерапія. 2018. Вип. 14. С. 26–64.
7. Чиханцова О., Гуцол К. Психологічні основи розвитку резильєнтності особистості в період пандемії Covid-19: практичний посібник / Національна академія педагогічних наук України, Інститут психології імені Г. С. Костюка. Київ, 2022. 128 с.
8. Школіна Н. Адаптація та валідація україномовної версії Шкали стресостійкості Коннора-Девідсона-10 (CD-RISC-10): апробація у хворих на анкілозивний спондиліт. *Український ревматологічний журнал*. 2020. № 2. С. 66–72.
9. How Can I Become More Resilient?. *Psychology Today*. URL: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/heal-your-brain/201108/how-can-i-become-more-resilient> (date of access: 08.04.2026).

Віктор Шевченко,
науковий керівник – Юрій Вінтюк

ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ ФАХОВИХ ПСИХОЛОГІВ ДО ДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВОГО СТАНУ

Повномасштабна війна в Україні докорінно змінила запити суспільства на психологічну допомогу, що висуває певні вимоги до підготовки фахових психологів. Відповідно до нових реалій, психолог сьогодні не лише консультант, а фахівець «першої лінії», який працює з гострими стресовими реакціями, травмою втрати близьких і психологічним супроводом комбатантів тощо. Тому підготовка фахових психологів сьо-

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