



Наукові перспективи

Видавнича група



Наукові інновації та передові технології

Державне управління

Економіка

Право

Педагогіка

Психологія



4(56) 2026

ISSN 2786-5274 Print
УДК 001.32:1 /3](477)(02)
R30-04851

DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2026-4\(56\)](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2026-4(56))

«Наукові інновації та передові технології»

Державне управління, економіка, право, педагогіка, психологія: журнал. 2026. № 3(55) 2026. С. 3909.

Журнал започаткований у 2021 році з метою розвитку вітчизняного наукового людського капіталу, соціальних наук та журналістики

*Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації:
серія КВ № 24962-14902Р від 13.09.2021 р.*

*Рекомендовано до друку Президією Всеукраїнської Асамблеї докторів наук з державного управління
(Рішення від 06.04.2026, № 3/4-26)*

Журнал видається за наукової підтримки: Інституту філософії та соціології Національної Академії Наук Азербайджану (Баку, Азербайджан), громадської організації «Асоціація науковців України», громадської організації «Християнська академія педагогічних наук України» та громадської організації «Всеукраїнська асоціація педагогів і психологів з духовно-морального виховання»



Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 30.11.2021 № 1290 журналу присвоєно категорію "Б" із права

Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 01.02.2022 № 89 журналу присвоєно категорію "Б" із педагогіки

Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 07.04.2022 № 320 журналу присвоєно категорію "Б" із економіки та державного управління

Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 20.06.2023 № 768 журналу присвоєно категорію "Б" зі спеціальностей 073 - менеджмент, 076 - підприємництво та торгівля, 015 - професійна освіта

Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 23.08.2023 № 1035 журналу присвоєно категорію "Б" зі спеціальності 053 - психологія

INDEX COPERNICUS
INTERNATIONAL



Наукове видання включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus, міжнародної пошукової системи Google Scholar та до міжнародної наукометричної бази даних Research Bible.

Журнал заснований з метою розвитку вітчизняного наукового потенціалу у галузях державного управління, права, економіки, психології, педагогіки та його інтеграції у світовий науковий простір, шляхом оприлюднення результатів наукових досліджень.

Головний редактор:



Дибкова Людмила Миколаївна - доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри інформатики та системології Київського національного економічного університету ім. Вадима гетьмана (Україна)

Редакційна колегія:

- **Бабчук Олена Григоріївна** кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології та педагогіки Одеського державного університету внутрішніх справ, (Україна)
- **Беньковська Наталя Борисівна**, кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри мовної підготовки Інституту Військово-Морських Сил Національного університету "Одеська морська академія" (Україна)



- Аркатова А.В.** 2163
ІНТЕГРАЦІЯ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ В ТРЕНІНГИ ДІЛОВОЇ КОМУНІКАЦІЇ, ВПЛИВ НА ЗМЕНШЕННЯ КОГНІТИВНИХ ВИКРИВЛЕНЬ У КОМАНДНІЙ ВЗАЄМОДІЇ
- Басенко С.В.** 2171
СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО РОЗВИТКУ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ У СИСТЕМІ ПІДГОТОВКИ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ
- Белікова О.А., Григор'єва Л.В., Щур В.А., Поліщук С.П.** 2186
ІНКЛЮЗИВНІ МЕТОДИКИ РОБОТИ З ДІТЬМИ З РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРА
- Білозерська С.І., Пляцко О.Ю.** 2200
АКСІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТІВ ЗРІЛОЇ ЮНОСТІ: ДУХОВНО-МОРАЛЬНИЙ ВИМІР
- Бондаревич С.М., Пирогова В.В., Сівченко К.Р., Холонецька Д.О.** 2213
АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РІВНЯ ЕМПАТІЇ У СТУДЕНТІВ ПСИХОЛОГІВ
- Бочелюк В.Й., Панов М.С.** 2230
ПСИХОЛОГІЧНИЙ ПОРТРЕТ СУЧАСНОГО КЕРІВНИКА: ОСОБИСТІСНІ РЕСУРСИ ТА ВИКЛИКИ УПРАВЛІНСЬКОГО ПРОСТОРУ
- Варнавська І.В., Московченко В.В.** 2241
ТРАНСФОРМАЦІЯ ЖИТТЄВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ І МЕХАНІЗМИ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ «СИНДРОМУ ВТРАЧЕНОГО ЖИТТЯ» (ХЕРСОНСЬКИЙ КЕЙС)
- Вацлавів В.О.** 2254
КОНФЛІКТНА СУТНІСТЬ ДІЯЛЬНОСТІ КОНТРОЛЮЮЧИХ ОРГАНІВ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ
- Галян А.І.** 2267
АНАТОМІЯ ТА ФІЗІОЛОГІЯ ЦЕНТРАЛЬНОЇ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ У СТРУКТУРІ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ: ЗМІСТОВІ АСПЕКТИ



УДК: 159.9

[https://doi.org/10.52058/2786-5274-2026-4\(56\)-2163-2170](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2026-4(56)-2163-2170)

Аркутова Альона Валеріївна викладач кафедри психології і соціології, Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця, Харків, <https://orcid.org/0009-0004-3960-8811>

ІНТЕГРАЦІЯ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ В ТРЕНІНГИ ДІЛОВОЇ КОМУНІКАЦІЇ, ВПЛИВ НА ЗМЕНШЕННЯ КОГНІТИВНИХ ВИКРИВЛЕНЬ У КОМАНДНІЙ ВЗАЄМОДІЇ

Анотація. У статті розглянуто одну з найактуальніших проблем сучасної організаційної психології та бізнес-освіти – когнітивні викривлення у командній взаємодії в умовах динамічного бізнес-середовища. Автоматичні негативні думки, гендерні упередження, віктимні установки, агресія, дисфорія та інші дисфункціональні когнітивні схеми суттєво знижують ефективність ділової комунікації, провокують конфлікти, зменшують мотивацію та порушують командну синергію. Запропоновано інтегративний підхід, що полягає в системному впровадженні методів когнітивно-поведінкової терапії (КПТ) у тренінги ділової комунікації як науково обґрунтованого інструменту зменшення зазначених викривлень і формування адаптивних стратегій міжособистісної взаємодії.

У статті обґрунтовано концептуальну модель інтеграції КПТ у тренінги ділової комунікації, яка складається з п'яти взаємопов'язаних етапів: психоедукація щодо природи когнітивних викривлень, когнітивна реструктуризація автоматичних думок і глибинних схем, практичні вправи з елементами арт- та символ-методів, розвиток операційно-діяльнісних навичок саморегуляції (постановка SMART-цілей, планування, копінг-стратегії), а також рефлексія з використанням mindfulness за дотримання етичних принципів психологічних досліджень. Теоретичний синтез джерел підтверджує, що такий комбінований підхід забезпечує не лише короткострокове зменшення когнітивних дисторсій, але й стійку трансформацію командної культури, підвищення психологічної стійкості учасників, оптимізацію процесів прийняття рішень і формування конструктивної ділової комунікації.

Отримані результати мають важливе теоретичне та практичне значення для розвитку організаційної психології, бізнес-тренінгів і корпоративної освіти. Запропонована модель може бути використана як основа для створення стандартизованих тренінгових програм у компаніях різного профілю.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з емпіричним тестуванням моделі в реальних організаційних умовах, розробкою кількісних і якісних методів оцінки ефективності та адаптацією під різні галузі бізнесу.



Ключові слова: когнітивно-поведінкова терапія, тренінги ділової комунікації, когнітивні викривлення.

Alona Valeriyevna Arkatova Lecturer, Department of Psychology and Sociology, Semyon Kuznets Kharkiv National Economic University, Kharkiv, <https://orcid.org/0009-0004-3960-8811>

INTEGRATION OF COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY IN BUSINESS COMMUNICATION TRAINING, IMPACT ON CHANGES IN COGNITIVE DIFFERENCES IN TEAM INTERACTION

Abstract. The article considers one of the most pressing problems of modern organizational psychology and business education - cognitive distortions in team interaction in a dynamic business environment. Automatic negative thoughts, gender biases, victim attitudes, aggression, dysphoria and other dysfunctional cognitive schemes significantly reduce the effectiveness of business communication, provoke conflicts, reduce motivation and disrupt team synergy. An integrative approach is proposed, which consists in the systematic implementation of cognitive behavioral therapy (CBT) methods in business communication training as a scientifically based tool for reducing these distortions and forming adaptive strategies for interpersonal interaction.

The article substantiates the conceptual model of integrating CBT into business communication training, which consists of five interrelated stages: psychoeducation regarding the nature of cognitive distortions, cognitive restructuring of automatic thoughts and deep schemas, practical exercises with elements of art and symbol methods, development of operational and activity skills of self-regulation (setting SMART goals, planning, coping strategies), as well as reflection using mindfulness while adhering to the ethical principles of psychological research.

Theoretical synthesis of sources confirms that such a combined approach provides not only a short-term reduction of cognitive distortions, but also a sustainable transformation of team culture, increasing the psychological stability of participants, optimizing decision-making processes and forming constructive business communication.

The results obtained are of important theoretical and practical importance for the development of organizational psychology, business training and corporate education. The proposed model can be used as a basis for creating standardized training programs in companies of various profiles. Prospects for further research are associated with empirical testing of the model in real organizational conditions, development of quantitative and qualitative methods for assessing effectiveness and adaptation to different business sectors.

Keywords: cognitive behavioral therapy, business communication training, cognitive distortions.



Вступ

У сучасному бізнес-середовищі ефективна ділова комунікація є ключовим фактором успішної командної взаємодії, адже від якості міжособистісних відносин безпосередньо залежить продуктивність організацій, рівень інноваційності та здатність до адаптації в умовах невизначеності. Разом з тим, командна динаміка часто супроводжується когнітивними викривленнями, такими як автоматичні негативні думки, гендерні упередження, віктимні установки чи деструктивні схеми сприйняття колег, що призводять до конфліктів, зниження мотивації та порушення синергії. Інтеграція методів когнітивно-поведінкової терапії (КПТ) у тренінги ділової комунікації відкриває нові перспективи для подолання цих викривлень, дозволяючи не лише ідентифікувати дисфункціональні патерни, але й формувати адаптивні стратегії поведінки безпосередньо в професійному контексті.

Теоретичне обґрунтування такого інтегративного підходу ґрунтується на визнанні універсальності КПТ як інструменту корекції когнітивних дисторсій, що підтверджується численними емпіричними дослідженнями в різних сферах психологічної допомоги. Застосування КПТ у тренінговому форматі дає змогу поєднати раціональний аналіз мисленнєвих схем з практичними вправами, що сприяє швидкій трансформації поведінки в команді. Особливо актуальним це стає в умовах сучасних викликів, коли стрес, віддалена робота та високі вимоги до співпраці посилюють ризик розвитку когнітивних викривлень, що перешкоджають конструктивній взаємодії.

Постановка проблеми в загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями.

Сучасні умови організації командної взаємодії в бізнес-середовищі характеризуються високим рівнем динамічності, невизначеності та міжособистісної напруги, що зумовлює актуальність проблеми когнітивних викривлень, які перешкоджають ефективній комунікації. Когнітивні викривлення, такі як автоматичні негативні думки, гендерні упередження, віктимна ідентичність чи деструктивні схеми сприйняття, призводять до конфліктів, зниження мотивації, порушення командної синергії та неефективного прийняття рішень. Інтеграція методів когнітивно-поведінкової терапії (КПТ) у тренінги ділової комунікації постає як перспективний підхід до розв'язання зазначеної проблеми, оскільки дозволяє не лише ідентифікувати та реструктурувати дисфункціональні когнітивні патерни, але й формувати адаптивні стратегії поведінки в професійному контексті. Ця проблематика тісно пов'язана з важливими науковими завданнями сучасної організаційної психології та практичними потребами бізнес-освіти, спрямованими на підвищення психологічної стійкості команд, оптимізацію міжособистісної взаємодії та забезпечення стійкого розвитку організацій у умовах викликів сьогодення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано розв'язання даної проблеми і на які спирається автор, виділення



невирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується означена стаття

У статті Yaganova A., Ivanova T., автори обґрунтовують доцільність інтеграції КПТ з діалектико-поведінковою терапією для корекції дисфункціональних установок, що проявляються як когнітивні викривлення, пов'язані з дисфорією [1]. Дослідження підкреслює синергетичний ефект комбінованих методів у трансформації деструктивних когнітивних схем, що створює теоретичну базу для адаптації таких підходів до професійного середовища, хоча безпосередньо не торкається контексту ділової комунікації.

Аналіз роботи Білан К.І., Іванова Т.В., демонструє, що КПТ ефективно ідентифікує та модифікує спотворені мисленнєві схеми, підтримуючи віктимну ідентичність, через когнітивну реструктуризацію та деф'южн [2]. Інтеграція з символдрамою забезпечує глибинну емоційну трансформацію, що дозволяє зробити висновок про потенціал подібних комбінацій для подолання пасивних стратегій у командній взаємодії, однак емпіричне застосування в бізнес-тренінгах залишається невирішеним.

Дослідження Ганаба С., Олешко Д., акцентує увагу на етичних аспектах впровадження психологічних методів у емпіричних студіях, що є необхідною передумовою для коректного інтегрування КПТ у тренінгові програми [3]. Автори підкреслюють принципи відповідальності та наукової обґрунтованості, що дозволяє уникнути потенційних ризиків при адаптації терапевтичних технік до організаційного контексту, хоча безпосередньо не аналізує когнітивні викривлення в комунікації.

У публікації Триандофілова Т., Раєвська Я., доведено ефективність КПТ у модифікації автоматичних негативних думок, когнітивній реструктуризації та формуванні адаптивних поведінкових стратегій, що сприяють відновленню міжособистісної взаємодії та соціальної підтримки [4].

Отримані результати підкреслюють роль саморегуляції та стресостійкості, створюючи передумови для екстраполяції цих механізмів на командну динаміку в бізнес-середовищі.

Аналіз зазначених публікацій свідчить про значний прогрес у розробці інтегративних КПТ-підходів для корекції когнітивних викривлень у різних контекстах (від індивідуальної терапії до тренінгів), однак невирішеною залишається частина проблеми, пов'язана з системним застосуванням цих методів саме в тренінгах ділової комунікації для зменшення викривлень у командній взаємодії бізнес-середовища.

Мета статті (постановка завдання)

Метою статті є теоретичне обґрунтування та аналіз можливостей інтеграції когнітивно-поведінкової терапії в тренінги ділової комунікації з метою зменшення когнітивних викривлень у командній взаємодії, а також розробка концептуальних рекомендацій щодо практичного впровадження на основі синтезу сучасних досліджень.



Виклад основного матеріалу

Аналіз сучасних досліджень дозволяє стверджувати, що інтеграція КПТ у тренінги ділової комунікації забезпечує багатоаспектний вплив на когнітивні, емоційні та поведінкові рівні командної взаємодії, що підтверджується емпіричними даними з різних сфер психологічної корекції. Зокрема, техніки когнітивної реструктуризації, запозичені з робіт щодо корекції дисфункціональних установок та гендерних упереджень, дозволяють ідентифікувати автоматичні негативні думки, що виникають у командних дискусіях, і замінювати їх адаптивними конструктами, сприяючи підвищенню конструктивності комунікації [1; 5]. Поєднання КПТ з елементами символдрами чи арттерапії, як показано в дослідженнях корекції віктимної ідентичності та агресії, створює умови для глибинної емоційної трансформації, що зменшує прояви пасивності чи конфліктності в команді через символічне опрацювання внутрішніх конфліктів у безпечному тренінговому середовищі [2; 6].

Емпіричні дані про ефективність поведінкових технік КПТ у формуванні саморегуляції та мотивації (зокрема в контексті зміни способу життя чи підготовки до підприємництва) обґрунтовують їх застосування в тренінгах для розвитку операційно-діяльнісних навичок: постановки SMART-цілей, планування дій та копінг-стратегій стресу, що безпосередньо зменшує когнітивні викривлення типу «катастрофізація» чи «надгенералізація» в командних рішеннях [7; 8]. Інтеграція педагогічних методів з психотерапевтичними, включаючи mindfulness, забезпечує етичне та індивідуалізоване впровадження, що відповідає принципам психологічних досліджень і дозволяє формувати стійкі адаптивні патерни міжособистісної взаємодії [3; 9].

Розглядаючи конкретні механізми, варто відзначити, що в умовах командної взаємодії когнітивні викривлення часто проявляються як дисфункціональні установки, пов'язані з дисфорією, які можна ефективно коригувати через поєднання КПТ з діалектико-поведінковою терапією, як обґрунтовано в [1]. Такий підхід сприяє не лише реструктуризації автоматичних думок, але й розвитку емоційної регуляції, що є критичним для запобігання ескалації конфліктів у бізнес-дискусіях. Аналогічно, робота з віктимною ідентичністю за допомогою КПТ та символдрами [2] дозволяє трансформувати пасивні стратегії в активні, що особливо актуально для членів команд, схильних до уникнення відповідальності в спільних проєктах.

Подальший аналіз показує, що етичні принципи впровадження психологічних методів [3] стають фундаментом для створення безпечного тренінгового простору, де учасники не відчувають тиску чи порушення кордонів під час опрацювання когнітивних дисторсій. Це забезпечує високу екологічність програми та підвищує мотивацію до змін. У контексті відновлення соціальних зв'язків після стресорів, подібних до пандемічних, КПТ демонструє високу ефективність у модифікації автоматичних негативних думок і формуванні адаптивних стратегій, що безпосередньо корелює з відновленням командної довіри в бізнес-середовищі [4].



Комплексний підхід до корекції гендерних упереджень через трирівневу модель (автоматичні думки за КПТ, глибинні схеми за схема-терапією) [5] пропонує універсальний фреймворк для тренінгів, де учасники спочатку ідентифікують поверхневі упередження, а потім опрацьовують глибинні переконання, що призводить до стійких змін у сприйнятті колег різної статі. Синергетичний ефект такої інтеграції підвищує ефективність терапевтичного впливу, як зазначається в джерелі, і може бути безпосередньо перенесений на бізнес-комунікацію для зменшення дискримінаційних патернів.

Інтеграція арттерапії з КПТ у роботі з агресією [6] розкриває додаткові можливості для емоційного опрацювання деструктивних схем через ізотерапію та драмтерапію, що дозволяє в тренінговому форматі програвати конфліктні сценарії в безпечних умовах і трансформувати агресію в конструктивну взаємодію. Це особливо цінно для команд, де високий рівень напруги призводить до «негативного пророцтва» чи гіперкомпенсації.

Безпосереднє застосування КПТ-технік у тренінгах психологічної готовності до соціального підприємництва [7] ілюструє, як операційно-діяльнісні та особистісні компоненти розвиваються через когнітивну реструктуризацію, що створює прецедент для аналогічних програм у діловій комунікації: розвиток навичок планування та саморегуляції безпосередньо зменшує викривлення в командному прийнятті рішень. Результати підкреслюють вплив на когнітивні патерни, що є ключовим для бізнес-контексту.

Ефективність поведінкових технік КПТ у супроводі зміни способу життя при артеріальній гіпертензії [8] обґрунтовує використання самомоніторингу, постановки специфічних цілей та копінг-стратегій для подолання мотиваційних бар'єрів і когнітивних викривлень, пов'язаних зі стресом. У професійному середовищі це означає, що подібні техніки можуть інтегруватися в тренінги для підвищення прихильності до командних цілей і зниження рівня вигорання, забезпечуючи стійкі поведінкові результати.

Нарешті, інтеграція педагогіки та психотерапії [9] через екзистенційно-когнітивно-аналітичні методи та *mindfulness* демонструє експериментальну ефективність у корекції емоційного вигорання та деперсоналізації, що відкриває перспективи для педагогічно-психотерапевтичних тренінгів у бізнесі.

Комбінування демократичних і авторитарних стилів керівництва в процесі дозволяє адаптувати підхід до різних рівнів команд, забезпечуючи індивідуалізовану підтримку.

Таким чином, запропонована модель інтеграції КПТ передбачає поетапний процес: психоедукацію щодо когнітивних викривлень, когнітивну реструктуризацію на рівні автоматичних думок [5], практичні вправи з елементами арт-чи символ-методів [6; 2], розвиток саморегуляції через цілепокладання та копінг [8; 7], а також рефлексію з *mindfulness* [9] для закріплення змін. Етичний супровід [3] та адаптація до дисфорії чи ізоляції [1; 4] забезпечують універсальність моделі. Наукова новизна полягає в адаптації терапевтичних технік до бізнес-



контексту, що раніше не було системно обґрунтовано в аналізованих джерелах, і створює основу для емпіричного тестування в реальних організаціях.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямі

Проведений аналіз підтверджує, що інтеграція когнітивно-поведінкової терапії в тренінги ділової комунікації є ефективним інструментом зменшення когнітивних викривлень у командній взаємодії, забезпечуючи синергію раціонального та емоційного рівнів корекції. Отримані наукові результати обґрунтовують практичну цінність запропонованого підходу для підвищення ефективності бізнес-комунікації.

Перспективи подальших розвідок пов'язані з емпіричним тестуванням моделі в реальних організаційних умовах, розробкою стандартизованих протоколів тренінгів та оцінкою їх довгострокової ефективності з використанням кількісних і якісних методів.

Література

1. Yaganova A., Ivanova T. Integration of cognitive behavioral therapy and dialectical behavior therapy methods in the correction of dysphoria and dysfunctional attitudes // *Modern Humanitarian Discussions*. – 2024. – Vol. 1, No. 2. – P. 7–14. – DOI: 10.60022/2(2)-1MHD.
2. Білан К.І., Іванова Т.В. Когнітивно-поведінкова терапія та символдрама у корекції віктимної ідентичності юнаків із самодіагностованим розладом дефіциту уваги та гіперактивності // *Габітус*. – 2024. – Вип. 67. – С. 311–316. – DOI: 10.32782/2663-5208.2024.67.53.
3. Ганаба С., Олешко Д. Етичні принципи та практики в психологічних дослідженнях // *Перспективи та інновації науки*. – 2025. – № 12(58). – С. 3349–3358. – DOI: 10.52058/2786-4952-2025-12(58)-3349-3358.
4. Триандофілова Т., Раєвська Я. Когнітивно-поведінкова терапія у боротьбі з соціальною ізоляцією та її наслідками, викликаними пандемією // *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*. – 2024. – № 4 (65). – С. 44–48. – DOI: 10.32689/maur.psych.2024.4.8.
5. Лущик А.А., Іванова Т.В. Інтеграція когнітивно-поведінкової та схема-терапії у корекції гендерних упереджень: комплексний підхід // *Наукові записки. Серія: Психологія*. – 2024. – № 3. – С. 32–40. – DOI: 10.32782/cusu-psy-2024-3-5.
6. Мазоха І.С. Інтеграція арттерапії та когнітивно-поведінкової терапії в роботі з агресією // *Ментальне здоров'я*. – 2025. – № 1. – DOI: 10.32782/3041-2005/2025-1.3.
7. Тренінг з розвитку психологічної готовності особистості до соціального підприємництва техніками когнітивно-поведінкової терапії: операційно-діяльнісний та особистісний компоненти // *Перспективи та інновації науки*. – 2025. – № 11(57). – С. 2230–2243. – DOI: 10.52058/2786-4952-2025-11(57)-2230-2243.
8. Гасюк М.Б., Гойсан М.В. Когнітивно-поведінковий супровід зміни способу життя при артеріальній гіпертензії: ефективність поведінкових технік // *Габітус*. – 2025. – Вип. 80. – С. 271–276. – DOI: 10.32782/hbts.80.51.
9. Митник О., Унінець І., Дем'яненко Б. Integration of pedagogy and psychotherapy as a means of psychological assistance to the individual // *Educational Scientific Space*. – 2024. – Vol. 6(1). – DOI: 10.31392/ONP.2786-6890.6(1).2024.11.



References

1. Yaganova, A., & Ivanova, T. (2024). Integration of cognitive behavioral therapy and dialectical behavior therapy methods in the correction of dysphoria and dysfunctional attitudes. *Modern Humanitarian Discussions*, 1(2), 7–14. DOI: 10.60022/2(2)-1MHD.
2. Bilan, K.I., & Ivanova, T.V. (2024). Kohnityvno-povedinkova terapiia ta symboldrama u korekcii viktyimnoi identychnosti yunakiv iz samodiagnostovanyim rozladom deficytu uvahy ta hiperaktyvnosti [Cognitive-behavioral therapy and symboldrama in the correction of victim identity of young men with self-diagnosed attention deficit and hyperactivity disorder]. *Habitus – Habitus*, 67, 311–316. DOI: 10.32782/2663-5208.2024.67.53 [in Ukrainian].
3. Hanaba, S., & Oleshko, D. (2025). Etychni pryntsypy ta praktyky v psykholohichnykh doslidzhenniakh [Ethical principles and practices in psychological research]. *Perspektyvy ta innovatsii nauky – Perspectives and Innovations in Science*, 12(58), 3349–3358. DOI: 10.52058/2786-4952-2025-12(58)-3349-3358 [in Ukrainian].
4. Triandofilova, T., & Raievska, Ya. (2024). Kohnityvno-povedinkova terapiia u borotbi z sotsialnoiu izoliatsiieiu ta yii naslidkamy, vyklykanymy pandemiei [Cognitive-behavioral therapy in the fight against social isolation and its consequences caused by the pandemic]. *Naukovi pratsi Mizhrehionalnoi Akademii upravlinnia personalom. Psykholohiia – Scientific Works of the Interregional Academy of Personnel Management. Psychology*, 4(65), 44–48. DOI: 10.32689/maup.psych.2024.4.8 [in Ukrainian].
5. Lushchuk, A.A., & Ivanova, T.V. (2024). Intehratsiia kohnityvno-povedinkovoi ta skhem-terapii u korektsii hendernykh uperedzhen: kompleksnyi pidkhid [Integration of cognitive-behavioral and schema therapy in the correction of gender biases: a comprehensive approach]. *Naukovi zapysky. Seriya: Psykholohiia – Scientific Notes. Series: Psychology*, 3, 32–40. DOI: 10.32782/cusu-psy-2024-3-5 [in Ukrainian].
6. Mazokha, I.S. (2025). Intehratsiia artterapii ta kohnityvno-povedinkovoi terapii v roboti z agresiei [Integration of art therapy and cognitive-behavioral therapy in work with aggression]. *Mentalne zdorovia – Mental Health*, 1. DOI: 10.32782/3041-2005/2025-1.3 [in Ukrainian].
7. Treninh z rozvytku psykholohichnoi hotovnosti osobystosti do sotsialnoho pidpriemnytstva tekhniky kohnityvno-povedinkovoi terapii: operatsiino-diiialnisnyi ta osobystisnyi komponenty [Training for the development of an individual's psychological readiness for social entrepreneurship using cognitive-behavioral therapy techniques: operational-activity and personal components]. *Perspektyvy ta innovatsii nauky – Perspectives and Innovations in Science*, 11(57), 2230–2243. DOI: 10.52058/2786-4952-2025-11(57)-2230-2243 [in Ukrainian].
8. Hasiuk, M.B., & Hoysan, M.V. (2025). Kohnityvno-povedinkovy suprovid zminy sposobu zhyttia pry arterialnii hipertenzii: efektyvnist povedinkovykh tekhnik [Cognitive-behavioral support for lifestyle change in arterial hypertension: effectiveness of behavioral techniques]. *Habitus – Habitus*, 80, 271–276. DOI: 10.32782/hbts.80.51 [in Ukrainian].
9. Mytnyk, O., Uninets, I., & Demianenko, B. (2024). Integration of pedagogy and psychotherapy as a means of psychological assistance to the individual. *Educational Scientific Space*, 6(1). DOI: 10.31392/ONP.2786-6890.6(1).2024.11.

Дата першого надходження статті до видання: 24.03.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 07.04.2026

