

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**



«КЛІНІЧНА ПСИХОЛОГІЯ ТА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я»

Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції

23 квітня 2026 року

Харків – 2026

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

«КЛІНІЧНА ПСИХОЛОГІЯ ТА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я»

Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції

23 квітня 2026 року

**Харків
ХНМУ
2026**

ТРАВМА ТА ПОСТТРАВМАТИЧНИЙ СТРЕС У КОНТЕКСТІ СУЧАСНИХ ПІДХОДІВ ДО ДІАГНОСТИКИ І ПСИХОТЕРАПІЇ <i>Лебедєва А. О., Абасалієва О. М., Лейман В. О.</i>	70
ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я У ЦИФРОВУ ЕПОХУ (ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ, ІНФОРМАЦІЙНОГО ПЕРЕВАНТАЖЕННЯ ТА ЦИФРОВОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ НА ПСИХІКУ) <i>Лейман В. О.</i>	71
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЖІНОК ЯК МОДУЛЯТОР ЗДОРОВОГО ТА НАДМІРНОГО (КОМПУЛЬСИВНОГО) ДОГЛЯЛУ ЗА ЗОВНІШНІСТЮ <i>Лісняк О. О.</i>	73
ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ У СУЧАСНОЇ МОЛОДІ ПІД ВПЛИВОМ ТРАВМАТИЧНИХ ПОДІЙ <i>Мирошниченко Я.В., Віденєєв І.О.</i>	74
КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД ДО ПРОФІЛАКТИКИ ТРИВОЖНИХ СТАНІВ: СИНЕРГІЯ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ ТА ТЕХНІК МАЙНДФУЛНЕС <i>Мушинська Г.О.</i>	75
СОЦІАЛЬНА СТИГМАТИЗАЦІЯ ТА САМОСТИГМАТИЗАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ <i>Недайхліб С.С.</i>	76
САМОРЕГУЛЯЦІЯ ЯК ВНУТРІШНІЙ РЕСУРС ФОРМУВАННЯ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ <i>Омельчук В.С., Зайцева О.О.</i>	77
ВПЛИВ ПАРЕНТИФІКАЦІЇ НА ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ДІТЕЙ, ЩО ПРОЖИВАЮТЬ У СЕРЕДОВИЩІ ЗЛОВЖИВАННЯ БАТЬКАМИ ПАР <i>Павловська А. І.</i>	78
ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ СПРЯМОВАНOSTІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ З РІЗНОЮ САМООЦІНКОЮ <i>Пилипенко В. Р.</i>	79
ВПЛИВ ТРАВМАТИЧНИХ ВОЄННИХ ПОДІЙ НА ГОТОВНІСТЬ ЖІНОК ЮНАЦЬКОГО ВІКУ ДО ВСТАНОВЛЕННЯ ДОВГОТРИВАЛИХ РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКІВ <i>Притула Є. О.</i>	81
ПРОКРАСТИНАЦІЯ ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА СУЧАСНОЇ МОЛОДІ <i>Радіонова В.І.</i>	82
ПСИХОСОМАТИЧНІ РЕАКЦІЇ У СПОРТСМЕНІВ В УМОВАХ ЗМАГАЛЬНОГО СТРЕСУ <i>Радько О.В., Олефіренко С.С.</i>	83
ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ТРИВОГИ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ <i>Радько О.В., Соловей І.В.</i>	84
РОЗВИТОК РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ЯК ЗАСІБ ПРОФІЛАКТИКИ САМОТНОСТІ <i>Романовська О.О.</i>	85
ВПЛИВ СТРЕСУ НА ФІЗІОЛОГІЮ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНИХ ТВАРИН ЗА МАТЕРІАЛАМИ ДИСЕРТАЦІЇ О.В. РЕПРЬОВА (1988 Р.) <i>Рябокоть Є.М., Рябокоть Р.Є.</i>	85
ДО 150-РІЧЧЯ Ю.М. ГОФУНГА – ЗАСНОВНИКА КАФЕДРИ КОНСЕРВАТИВНОГО ЗУБОЛІКУВАННЯ ХАРКІВСЬКОГО МЕДИЧНОГО ІНСТИТУТУ. ПРОФІЛАКТИКА ПСИХОЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ЛІКАРІВ-ОДОНТОЛОГІВ <i>Рябокоть Є.М., Рябокоть Р.Є.</i>	86
ОСОБИСТІСНІ ЧИННИКИ САМОПОШКОДЖУВАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ У КОНТЕКСТІ СУЇЦИДАЛЬНОГО РИЗИКУ <i>Рябуха К. О.</i>	87

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ТРИВОГИ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

Радько О.В., Соловей І.В.

Харківський національний економічний університет ім. С. Кузнеця, м. Харків, Україна

Специфіка переживання тривожних станів у ситуаціях високої невизначеності становить одну з ключових проблем сучасного психологічного дискурсу, що особливо загострюється в умовах соціальних криз, воєнних дій та глобальних трансформацій. Тривога, як емоційна реакція на потенційну загрозу, чи дефіцит інформації первинно виконує адаптивну функцію, мобілізуючи ресурси організму для реагування на небезпеку, що підкреслюється у сучасних дослідженнях (Березовська, 2025). Водночас за умов тривалої непередбачуваності, вона може набувати надмірної інтенсивності через відсутність прогнозованості та втрату контролю над ситуацією. У сучасному українському контексті джерелами тривоги виступають як зовнішні чинники, зокрема війна, економічна нестабільність і вимушене переселення, так і внутрішні характеристики особистості, серед яких особливості сприйняття, попередній травматичний досвід і рівень психологічної стійкості.

Невизначеність у психологічному вимірі пов'язана з браком інформації, неможливістю передбачення майбутнього та відсутністю чітких орієнтирів для прийняття рішень, що призводить до зниження відчуття контролю і підвищення когнітивного навантаження. У таких умовах людина перебуває у стані постійної пильності, супроводжуваному внутрішньою напругою, страхом помилки та очікуванням негативних наслідків, що детально аналізується у наукових працях (Кокоріна та ін., 2025). Водночас невизначеність має амбівалентний характер, оскільки поряд із деструктивним впливом може виступати чинником особистісного розвитку, стимулюючи гнучкість мислення та формування нових поведінкових стратегій.

З одного боку, тривога в умовах невизначеності виконує адаптивну функцію, активізуючи пошук інформації, підвищуючи пильність і сприяючи саморегуляції. Вона допомагає людині швидко реагувати на зміни та приймати рішення в ситуаціях ризику, а також може сприяти переосмисленню життєвих цінностей і формуванню нових смислів. З іншого боку, за умов тривалої нестабільності тривога набуває хронічного характеру і трансформується у дезадаптивний стан, що супроводжується виснаженням, порушеннями сну, зниженням когнітивної ефективності та розвитком психічних і психосоматичних розладів, про що свідчать результати емпіричних досліджень (Папуча, 2024). Особливо вразливими є соціальні групи, які безпосередньо зазнають впливу травматичних подій, зокрема військові, внутрішньо переміщені особи та молодь.

Важливу роль відіграють індивідуальні відмінності, зокрема рівень толерантності до невизначеності, який визначає здатність особистості ефективно функціонувати в нестабільних умовах. Особи з високою толерантністю сприймають невідомість як можливість для розвитку, тоді як низький її рівень пов'язаний із катастрофізацією та посиленням тривожності. Значення мають також когнітивні установки, стиль мислення та наявність соціальної підтримки.

Отже, переживання тривоги в умовах невизначеності є складним і багатовимірним процесом, що поєднує адаптивні та дезадаптивні аспекти. У сучасних українських реаліях ця проблема набуває особливої актуальності у зв'язку з тривалим впливом стресогенних факторів. Її дослідження потребує комплексного підходу, який враховує психологічні та соціальні чинники, а також передбачає розробку ефективних програм психосоціальної підтримки населення, спрямованих на підвищення стресостійкості та формування адаптивних стратегій подолання тривоги в умовах тривалих криз і надзвичайних ситуацій.