

**КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА**


ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ

**ДОКАЗОВІ
ПСИХОЛОГІЧНІ ПРАКТИКИ
В УКРАЇНСЬКОМУ СЬОГОДЕННІ**

25 — 26 вересня 2025

**ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
ВСЕУКРАЇНСЬКОГО ФОРУМУ**

КИЇВ - 2025



Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Факультет психології

**ДОКАЗОВІ ПСИХОЛОГІЧНІ
ПРАКТИКИ
В УКРАЇНСЬКОМУ СЬОГОДЕННІ**

**Збірник матеріалів
Всеукраїнського форуму
(UFEBPUM)**

25-26 вересня 2025, м. Київ

2025

Київ, Україна

УДК:159.9:614.2

ББК 88.4

Рецензенти:

Оксана МЕЛЬНИК, доктор психологічних наук, доцент, доцент кафедри загальної психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка;

Валентина МОСКАЛЕНКО, доктор філософських наук, професор, головний науковий співробітник лабораторії загальної психології та історії психології імені В.А.Роменця Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України.

Редакційна колегія:

І. Данилюк, чл.-кор. НАПН України, доктор психологічних наук, професор; Н. Дембицька, доктор психологічних наук, доцент; Я. Запека, кандидат психологічних наук, доцент; О. Химченко, кандидат педагогічних наук, доцент, Сіроха Л.В., PhD, доцент.

Рекомендовано до друку Вченою радою факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка.

Протокол № 5 від 28 листопада 2025 року.

Дб1 Доказові психологічні практики в українському сьогоденні : матеріали Всеукраїнського форуму «Доказові психологічні практики в українському сьогоденні», 25-26 вересня 2025 р., Київ / За заг. редакцією Дембицької Н. М., Запеки Я. Г., Химченко О.М., Сірохи Л.В. Київ : Видавець Позднишев Є.В., 2025. 187 с.

ISBN 978- 966- 8830-81- 5

У збірник увійшли тези доповідей дослідників у галузі психології, докторантів, аспірантів, здобувачів, аспірантів Київського національного університету імені Тараса Шевченка та закладів вищої освіти України і зарубіжжя, практикуючих психологів, фахівців у сфері психічного здоров'я. Висвітлено актуальні проблеми розробки та впровадження доказових психологічних практик у сучасну систему психологічної допомоги в Україні.

Матеріали друкуються мовою оригіналу в авторській редакції.

ISBN 978- 966- 8830-81- 5

УДК:159.9:614.2

ББК 88.4

ОРГКОМІТЕТ КОНФЕРЕНЦІЇ

- Данилюк Іван Васильович** *голова оргкомітету*, член-кореспондент НАПН України, доктор психологічних наук, професор, в.о.декана факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка
- Дембицька Наталія Миколаївна** *співголова оргкомітету*, доцент, завідувач кафедри психології розвитку факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка
- Члени оргкомітету:**
- Ткаченко Наталія Володимирівна** доктор економічних наук, професор, директор Інституту післядипломної освіти Київського національного університету імені Тараса Шевченка
- Пащенко Світлана Юріївна** кандидат педагогічних наук, доцент, заступник декана з міжнародних зв'язків та наукової роботи, доцент кафедри психології розвитку факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка
- Власова Олена Іванівна** доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології розвитку факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка
- Запека Яна Григорівна** кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології розвитку факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка
- Химченко Олена Миколаївна** кандидат педагогічних наук, доцент кафедри психології розвитку Київського національного університету імені Тараса Шевченка
- Лаптева Галина Романівна** асистент кафедри психології розвитку факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка
- Давиденко Вікторія Едуардівна** аспірантка кафедри психології розвитку, факультет психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка
- Захожа Ірина Вікторівна** аспірантка кафедри психології розвитку, факультет психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка
- Власюк Ліна Петрівна** аспірантка кафедри психології розвитку, факультет психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка
- Чугасва Наталія Юріївна** *секретар оргкомітету*, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології розвитку факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка

ЗМІСТ

<i>ПЕРЕДМОВА</i>	7
<i>Ірина БЛОШКО</i> ЗБЕРЕЖЕННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ВІЙСЬКОВИХ ПІСЛЯ ПОЛОНУ.....	8
<i>Наталія БУЛАТЕВИЧ</i> ШКАЛА СПІВЗАЛЕЖНОСТІ ДЖ.УАЙНХОЛД: УКРАЇНСЬКА АДАПТАЦІЯ	12
<i>Ліна ВЛАСЮК</i> ГРА ТА АСОЦІАЦІЇ: ЯК ДІТИ ЛЕГКО ТА ШВИДКО ОПАНОВУЮТЬ БУКВИ	15
<i>Марія ГРІБІНЧУК</i> МІЖНАРОДНИЙ ДОСВІД ОРГАНІЗАЦІЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ДЛЯ УКРАЇНСЬКИХ БІЖЕНЦІВ: ПРАКТИКА КООРДИНАЦІЇ ГРУП ТА ПЕРША ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА	19
<i>Sergiy DANYLOV, Andrii SOLONSKYI</i> A WEBCAM-BASED EYE-TRACKING MEASURE OF ATTENTION BIAS IN MENTAL HEALTH: FEASIBILITY GROUNDED IN THE RHYTHMIC THEORY OF ATTENTION	22
<i>Наталія ДЕМБИЦЬКА, Вікторія ДАВИДЕНКО</i> ІГРОВА ПРАКТИКА З ПІДТРИМКИ ПРИВАТНОСТІ ЯК ЗАСІБ СОЦІАЛІЗУЮЧОГО ВПЛИВУ	26
<i>Павло ДИМА, Єгор ЙОРДЕК</i> ПРОТОКОЛ «ТРИ ТАК»: ПСИХОТЕРАПІЯ ПОСТСТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ У ВІЙСЬКОВИХ ЗА ДОПОМОГОЮ EMDR	30
<i>Олена ДОЦАНСЬКА</i> ІНСТРУМЕНТИ РОБОТИ З ПСИХОСОМАТИКОЮ ЛЮДЕЙ, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ ТРАВМАТИЧНИЙ ДОСВІД	34
<i>Яна ЗАПЕКА, Євгеній ПРОКОПОВИЧ</i> РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ЯК ФАКТОР ПІДТРИМКИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКІВ	39
<i>Марина ЗЕЛІНСЬКА</i> ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ЗМІНИ ПРОФЕСІЇ У ЖІНОК	44
<i>Яна ІВАНЧЕНКО</i> ТРИВОЖНІСТЬ І СТРЕС У ПІДЛІТКІВ ТА ЮНАКІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ	51
<i>Ярина КАПЛУНЕНКО</i> СТРИЖНЕВІ ЕКЗИСТЕНЦІЙНІ ОПОРИ В КРИЗОВІ ЧАСИ: ДОКАЗОВІ ПРАКТИКИ ІНДИВІДУАЛЬНОГО ТА ГРУПОВОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ	55
<i>Євгенія КАРТУШОВА, Олена РИБЧУК</i> ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ ЯК ОСНОВА УХВАЛЕННЯ РІШЕНЬ ТЕРАПЕВТОМ: ЛОГОТЕРАПЕВТИЧНИЙ ПІДХІД	59
<i>Ігор КАТЕРИНКО</i> АНАЛІЗ ВПЛИВУ ЗАСОБІВ МАСОВОЇ КОМУНІКАЦІЇ НА ПСИХІКУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	63

<i>Ірина ПОХИЛЕНКО</i> МУДРІСТЬ У МЕТАФОРАХ: ПЕДАГОГІЧНИЙ ПОТЕНЦІАЛ КАЗКОТЕРАПІЇ У НАВЧАННІ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ	119
<i>Богдан ПРОЦЕНКО</i> ЕФЕКТИВНІСТЬ ПРОГРАМИ «12 КРОКІВ» У ЛІКУВАННІ ЗАЛЕЖНОСТЕЙ: АНАЛІТИЧНИЙ ОГЛЯД ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ЗАСТОСУВАННЯ В УКРАЇНІ	123
<i>Ярослав РЯБЧИЧ</i> СКЛАДНОЩІ ДІАГНОСТИКИ СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ: НАУКОВИЙ ОГЛЯД	126
<i>Денис СТАРКОВ</i> МЕТОДОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ДОКАЗОВОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ В КОНТЕКСТІ ДІАЛЕКТИКИ: ЗАГАЛЬНІ vs СПЕЦИФІЧНІ ФАКТОРИ	130
<i>Олексій ТЕРЯХІН</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ СТАВЛЕННЯ ГРОМАДЯН ДО КОРУПЦІЇ	134
<i>Олена ХИМЧЕНКО</i> МЕНТАЛЬНІ КАРТИ ЯК ЗАСІБ ВІЗУАЛІЗАЦІЇ НАВЧАЛЬНОГО МАТЕРІАЛУ	138
<i>Ольга ЦУКУР</i> ЕФЕКТИВНІСТЬ ПСИХОЛОГІЧНИХ ІНТЕРВЕНЦІЙ ДЛЯ ПОДОЛАННЯ МОРАЛЬНОЇ ТРАВМИ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	143
<i>Наталія ЧУГАЄВА</i> ОСВІТНІЙ КОУЧИНГ ЯК СОЦІАЛІЗУЮЧА ПРАКТИКА	147
<i>Андрій ШАПОВАЛОВ</i> ДОКАЗОВІ ПСИХОЛОГІЧНІ ПРАКТИКИ У ПРОФЕСІОНАЛІЗАЦІЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ІНТЕГРАЦІЇ В ПРОФЕСІЙНЕ СЕРЕДОВИЩЕ	150
<i>Mariia SHULIAKOVA</i> PSYCHOORGANIC CHANGES AND CHRONIC STRESS	152
<i>Неля ЩЕЛОК</i> ІНТЕРВЕНЦІЇ ТРАНЗАКЦІЙНОГО АНАЛІЗУ ЯК ДОКАЗОВА ОСНОВА ПРОФІЛАКТИКИ ВИГОРАННЯ У ФАХІВЦІВ ДОПОМАГАЮЧИХ ПРОФЕСІЙ В УМОВАХ ВІЙНИ	156
<i>Тетяна ЯБЛОНСЬКА, Майя НАГОРНЯК</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ МАЙБУТНІХ ЖУРНАЛІСТІВ	160
<i>Юлія ЯЩИШИНА</i> ІНТЕГРОВАНІ МЕТОДИ ТА ПРАКТИКИ КОРОТКОСТРОКОВОЇ ПСИХОЕМОЦІЙНОЇ ПІДТРИМКИ ДІТЕЙ, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ ГОСТРИЙ СТРЕС ПІД ЧАС ВІЙНИ В УКРАЇНІ	164

УДК:159.9.019.4

Ірина ПОХИЛЕНКО,
<https://orcid.org/0000-0001-5409-7408> ,
кандидат юридичних наук, доцент,
Київський національний університет
будівництва і архітектури

МУДРІСТЬ У МЕТАФОРАХ: ПЕДАГОГІЧНИЙ ПОТЕНЦІАЛ КАЗКОТЕРАПІЇ У НАВЧАННІ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ

Анотація

Актуальність. Воєнний стан в Україні радикально змінив умови освітнього процесу, зумовивши необхідність інтеграції психосоціальної підтримки у щоденну практику вчителів. У цьому контексті казкотерапія виступає одним із маловитратних і науково обґрунтованих методів підтримки дітей, здатним поєднати освітню і психосоціальну функції навчання.

Мета: Теоретично описати, як метафора й казковий наратив запускають механізми емоційної регуляції, смислотворення та навчальної мотивації. Запропонувати модель шкільної інтеграції казкотерапії в умовах війни. Продемонструвати застосування на прикладі трьох авторських казок.

Методологія. Дослідження ґрунтується на якісному контент-аналізі трьох авторських казкових текстів із кодуванням ключових метафор (ідентичність, доброта, надія) та педагогічних цілей (самоприйняття, життєстійкість). Також використано порівняльний аналіз результатів емпіричних досліджень наративних інтервенцій, що підтверджують їхню ефективність у дітей у кризових умовах

Результати. Виокремлено три ключові механізми дії метафоричного наративу, актуальні у воєнний час: 1) Емоційна регуляція (через безпечне дистанціювання від травми); 2) Смислотворення та ідентичність (метафора як «місток» між досвідом та знаннями, що стимулює мотивацію); 3) Колективна надія та просоціальність (формування соціальної згуртованості). Практична реалізація на прикладі авторських казок демонструє розвиток історичної ідентичності, внутрішньої стійкості та колективної надії через специфічні вправи. Казкотерапія визнана ефективним педагогічним і психологічно безпечним інструментом, що сприяє розвитку емпатії та соціальної згуртованості учнів.

Ключові слова: казкотерапія, метафора, шкільна освіта, війна.

Актуальність

Після 2022 року школа в Україні виконує подвійну функцію - освітню та психосоціальної підтримки. Листи МОН і методичні матеріали визначають, що вчитель, пройшовши короткі тренінги, може надавати елементи першої психологічної допомоги (*Psychological First Aid - PFA*) та створювати безпечне, рутинне середовище (МОН України, 2022). Казкотерапія органічно вписується в ці рамки як маловитратний і доказово обґрунтований інструмент, відповідний підходам UNICEF/INEE до підтримки благополуччя дітей в умовах надзвичайних ситуацій. Одночасно програма «Ти як?» поширює практики шкільної резиліентності («уроки стійкості»), що відкриває простір для системного впровадження наративних практик, зокрема, казкотерапії на уроках мови, літератури, мистецтва (МОН України, 2024).

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Казкотерапія поступово утверджується як дієвий інструмент розвитку та психологічної підтримки дітей, особливо в умовах соціальних викликів та криз. Останні дослідження підтверджують її значний педагогічний потенціал. Так, у роботі З. Акинова (2024) показано, що використання казки як інтерактивного методу сприяє формуванню комунікативних навичок у дошкільників, розвиваючи вміння взаємодіяти та виражати власні емоції. Подібні акценти знаходимо і в дослідженні О. Монке (2023), де наголошується на ефективності поєднання казкотерапії з тілесно-орієнтованими практиками для зниження рівня тривожності у дітей молодшого віку.

У класичній праці М. Дж. Лубецький (1989) розглянуто психодинамічний та розвивальний аспекти казки, що дозволяють розкривати несвідомі переживання дитини та сприяти їх інтеграції у процесі становлення особистості. Це створює основу для розуміння терапевтичного потенціалу метафор і символів у педагогічному контексті.

У дослідженнях, що фокусуються на підтримці дітей у зонах конфліктів, зокрема у роботі М. Г. Весселс (2017), підкреслюється необхідність комплексних психосоціальних інтервенцій, серед яких нарративні практики відіграють важливу роль у відновленні відчуття безпеки, довіри та стійкості.

Отже, сучасні публікації підтверджують, що казкотерапія поєднує у собі як психотерапевтичний, так і педагогічний ефект, відкриваючи широкі можливості для її впровадження в освітній процес, особливо в умовах воєнного стану.

Мета публікації: 1) теоретично описати, як метафора й казковий нарратив запускають механізми емоційної регуляції, смислотворення та навчальної мотивації; 2) запропонувати модель шкільної інтеграції казкотерапії в умовах війни; 3) продемонструвати застосування на прикладі трьох авторських казок: про Дівчинку та Роксолану, про Дівчинку та Чарівну корову, про Мир, Різдво та Чарівну симфонію.

Методологія, методи

Методологія дослідження ґрунтується на якісному контент-аналізі трьох авторських текстів із кодуванням ключових метафор (ідентичність, доброта, надія, колективна дія), символів (історичні постаті, чарівні істоти, музичні образи) та педагогічних цілей (самоприйняття, емпатія, життєстійкість, навчальна залученість). Використано також порівняльний аналіз результатів емпіричних досліджень казкотерапії та нарративних інтервенцій у дітей, які перебувають у кризових умовах, що підтверджують зменшення рівня тривожності, розвиток життєстійкості та покращення навчальної мотивації.

Результати

Одним із ключових результатів проведеного аналізу є виокремлення трьох механізмів дії метафоричного нарративу, які набувають особливої актуальності у воєнний період.

По-перше, **емоційна регуляція**. Метафоричні сюжети дозволяють дітям здійснювати безпечне дистанціювання від травматичних переживань, адже, говорячи «про інше», вони фактично промовляють «про себе». Такий опосередкований підхід знижує ризик ретравматизації й відповідає сучасним міжнародним рекомендаціям із психосоціальної підтримки.

По-друге, **смислотворення та ідентичність**. Метафора виконує функцію «містка» між повсякденним досвідом і академічними знаннями, що стимулює внутрішню мотивацію та формує довгострокові освітні цілі. У цьому контексті вона сприяє становленню особистісної та громадянської ідентичності учня.

По-третє, **колективна надія та просоціальність**. Групове слухання або створення казки утворює простір спільної участі, де діти не лише діляться емоційним досвідом, а й формують соціальну згуртованість. Саме згуртованість визначається міжнародними організаціями як стратегічна мета програм психосоціальної підтримки у школі.

На основі власних розроблених казкових текстів можливо простежити різні напрями педагогічної реалізації терапевтичного потенціалу метафори.

У казці *«Дівчинка та Роксолана»* педагогічні цілі пов'язані з формуванням історичної ідентичності, почуття власної гідності та розширення уявлень про рольові моделі жіночого лідерства (Похиленко, 2025а). Доцільними є техніки «читання з паузами» та «містки» між особистим досвідом і історичним нарративом, а також вправа «Мій внутрішній титул», спрямована на самоопис трьох-чотирьох якостей.

У тексті *«Дівчинка та Чарівна корова»* акцент робиться на формуванні внутрішньої стійкості та розвитку доброти як епістемічної чесноти (Похиленко, 2025б). Рекомендовано застосування вправ із сенсорної пам'яті («якорі безпеки» на основі смакових і нюхових відчуттів), а також ведення щоденника «Маленькі відкриття», де дитина щодня фіксує три інсайти після читання.

У казці *«Мир, Різдво та Чарівна симфонія»* основною метою є формування колективної надії та досвіду спільнотворення (Pokhulyenko, 2025). Практичні методи включають вправу «оркестр класу» (створення індивідуальних «звукових знаків надії»), колаж «Моє світло» та завершення казки від імені символічного персонажа (дерева чи ведмедя), що допомагає дитині інтегрувати власний емоційний досвід у колективний нарратив.

Таким чином, результати дослідження свідчать, що казкотерапія, заснована на метафоричному мисленні, є ефективним педагогічним інструментом у воєнний час, вона водночас підтримує емоційний стан учнів, забезпечує розвиток ідентичності та створює умови для соціальної згуртованості й колективної резилієнтності.

Дискусія

Дискусія показує, що результати дослідження узгоджуються з міжнародними рекомендаціями, де підкреслюється роль школи у наданні першої психологічної підтримки. Водночас наголошується на необхідності поєднання казкотерапії з базовими елементами PFA - нормалізацією реакцій та активацією соціальних мереж підтримки. Важливо також дотримуватись етичних меж, щоб уникнути ретравматизації та своєчасно скеровувати дітей із високим рівнем дистресу до професійної допомоги.

Висновки

Таким чином, казкотерапія в умовах воєнного стану в Україні є педагогічно виправданим і психологічно безпечним інструментом, що підтримує емоційну регуляцію, навчальну мотивацію, розвиток емпатії та соціальної згуртованості. Вона легко інтегрується у рамки шкільних програм і відповідає міжнародним стандартам. Практичні рекомендації включають впровадження казок у «уроки стійкості» та класні години, застосування циклу «читання - рефлексія - творчість - обмін», використання історико-культурних сюжетів для підтримки ідентичності, а також проведення оцінювання ефектів через прості шкали добробуту й тривожності.

Список використаних джерел:

Міністерство освіти і науки України. (2022, 19 серпня). *Інструктивно-методичні рекомендації щодо організації освітнього процесу та викладання навчальних*

предметів/інтегрованих курсів у закладах загальної середньої освіти у 2022/2023 навчальному році (Лист № 1/9530-22).
https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/87596/

Міністерство освіти і науки України. (2024, 29 травня). Перед завершенням навчального року МОН і «Ти як?» проводять у всіх школах «уроки стійкості». *Міністерство освіти і науки України*. <https://mon.gov.ua/news/pered-zakinchenniam-navchalnoho-roku-mon-i-ty-iaak-provodiati-u-vsikh-shkolakh-uroky-stiikosti>

Akynova, Z. (2024). Fairy-tale therapy as a means of developing communication skills of preschool children. *Scientific Herald of Uzhhorod University. Series "Physics"*, (56), 1637–1646. <https://doi.org/10.54919/physics/56.2024.1631j7>

Monke, O. (2023). Fairytale-Therapy and Body-dynamics supporting children with increased anxiety. *Preschool and Primary Education Journal*, (3), 7–29. <https://doi.org/10.31470/2786-703X-2023-3-7-29>

Lubetsky, M. J. (1989). The magic of fairy tales: Psychodynamic and developmental perspectives. *Child Psychiatry and Human Development*, 19(4), 245–255. <https://doi.org/10.1007/BF00705954>

Wessells, M. G. (2017). Children and armed conflict: Interventions for supporting war-affected children. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, 23(1), 4–13. <https://doi.org/10.1037/pac0000227>

Похиленко, І. (2025a). *Казка про дівчинку та Роксолану* [Відео]. YouTube. <https://youtu.be/5aRAWKlqoK0>

Похиленко, І. (2025b). *Казка про Дівчинку та Чарівну корову* [Відео]. YouTube. <https://youtu.be/VsqimE59uQY>

Pokhylenko, I. (2025). *Faire Tales*. Amazon Kindle Edition. <https://www.amazon.com/dp/B0FNLWWD4L>