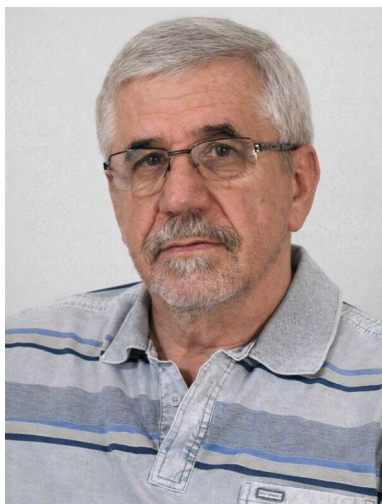


ПСИХОЛОГІЯ ВИКЛИКІВ ВІЙНИ: ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ТА КОМПЕТЕНТНІСТЬ

За результатами круглого столу, 21 травня 2026 р.

<https://doi.org/10.37472/v.naes.2026.8148>



ГОРНОСТАЙ

Павло Петрович

доктор психологічних наук,
професор, головний науковий
співробітник відділу психології малих
груп та міжгрупових відносин
Інституту соціальної та політичної
психології Національної академії
педагогічних наук України,
м. Київ, Україна



ПІНЧУК

Олена Валентинівна

кандидат психологічних наук,
старший науковий співробітник
відділу психології малих груп та
міжгрупових відносин Інституту
соціальної та політичної психології
Національної академії
педагогічних наук України,
м. Київ, Україна



Анотація. У статті узагальнено науково-практичні підсумки круглого столу, присвяченого концептуалізації та оцінюванню психологічної компетентності населення в умовах тривалого воєнного стресу. Захід об'єднав міждисциплінарні підходи до аналізу чинників, механізмів та прикладних практик формування суспільної стійкості, когнітивної та цифрової безпеки громадян в умовах інформаційної агресії. Учасники обговорили інтегральні моделі адаптації, нейробіологічні чинники резильєнтності педагогів, історико-культурні ресурси витривалості українців, а також практичний досвід реалізації програм інформаційного детоксу для вразливих груп населення. Дискусії та напрацьовані висновки засвідчили високий рівень міжінституційної взаємодії та заклали підґрунтя для створення профільних психоедукаційних програм і термінологічного словника психологічних компетентностей.

Ключові слова: психологічна компетентність населення; резильєнтність; цифрова безпека; воєнний стрес.

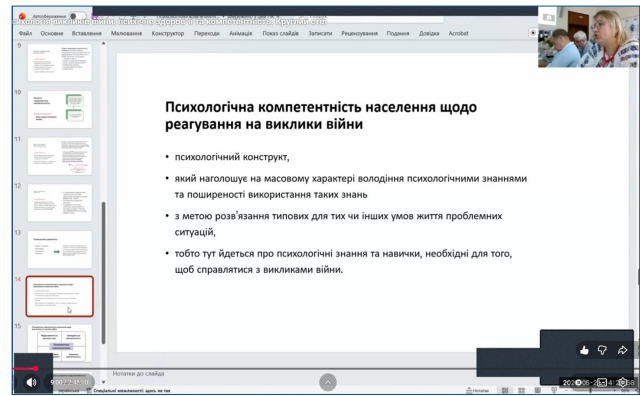
21 травня 2026 р. в Києві відбулася важлива науково-практична подія – *круглий стіл «Психологія викликів війни: психічне здоров'я та компетентність»* (Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, 2026). Організатори події Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології (ІСПП

НАПН України), відділ психології малих груп та міжгрупових відносин. Подія пройшла у змішаному форматі. Очна частина розгорнулася в актовій залі Інституту (м. Київ, вул. Андріївська, 15), водночас десятки фахівців з усіх куточків України та з-за кордону долучилися до обговорення онлайн на платформі ZOOM.

Захід відкрила заступник директора з науково-методичної роботи ІСПП НАПН України, кандидат психологічних наук **Світлана Чуніхіна**. У своєму вступному слові вона окреслила критичну важливість розробки системного термінологічного та практичного апарату для оцінки психологічних ресурсів нації. Війна триває, і суспільство потребує переходу від кризового реагування до довгострокових стратегій життєстійкості.

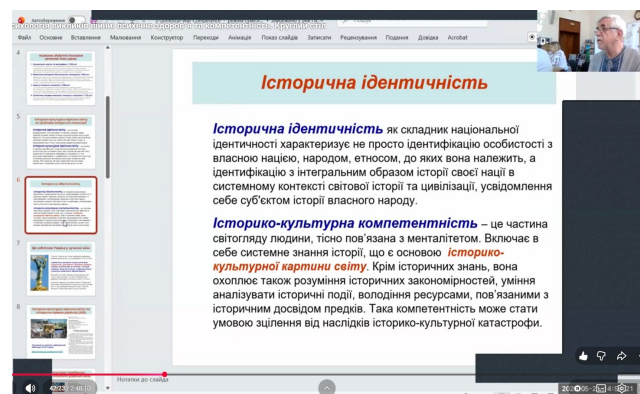
Програма круглого столу охопила широку палітру викликів сучасного воєнного сьогодення, які науковці диференціювали за кількома магістральними напрямками.

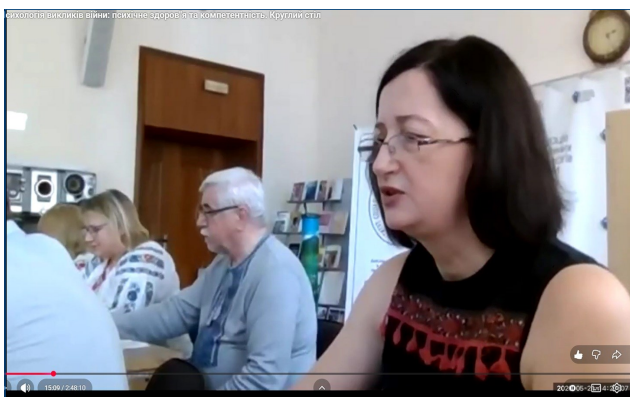
Завідувач відділу психології малих груп та міжгрупових відносин ІСПП НАПН України, кандидат психологічних наук **Лідія Чорна** представила доповідь «*Концептуалізація поняття психологічної компетентності населення в контексті викликів війни*», заклавши теоретичний базис для розуміння того, які саме внутрішні ресурси дозволяють українцям зберігати суб'єктність. Повномасштабне вторгнення, як ішлося у доповіді, актуалізувало потребу докорінного оновлення системи підготовки фахівців у галузі ментального здоров'я. Разом з тим, загальне зміцнення резильєнтності громадян неможливе без кардинального підвищення їхньої повсякденної психологічної культури (Жадан, 2022). Рятувальники, педагоги, волонтери та пересічні громадяни потребують опанування базової грамотності для підтримання групової стійкості (Панок, 2022). Запропонований конструкт «психологічна компетентність населення», як наголосила Лідія Чорна, акцентує увагу на масовому поширенні та утилітарному використанні наукових знань для подолання кризових



ситуацій воєнного часу. Зміст цього поняття охоплює не лише індивідуальний копінг зі стресом, а й здатність утримувати групову консолідацію та розпізнавати мову розбрату. Означений феномен інтегрує в собі загальну ментальну грамотність, а також підкреслює важливість урахування запитів різних категорій бенефіціарів для ефективної психоедукації.

Велику зацікавленість колег викликала концептуальна доповідь доктора психологічних наук **Павла Горностая** (ІСПП НАПН України) «*Історико-культурна картина світу як зброя російсько-української війни*», в якій він висвітлив історико-культурну сутність російсько-української війни та історичні травми України, пов'язані з історією багатовікового протистояння України з московією (Горностає, 2023). Україна-Русь протягом тисячі років була історичним, культурним і духовним центром східного слов'янства (а можливо, і не лише східного). Вона була однією з наймогутніших і культурно розвинутих держав Європи. Коли створювалася російська імперія, вона насильно привласнила цю спадщину, яку ми зараз повертаємо. Щоб завадити нам це зробити росія веде з нами екзистенційну війну на знищення. Щоб витримати цю навалу українці окрім інших чинників психологічної стійкості мають володіти особливою історико-культурною компетентністю, в основі якої лежить історична ідентичність як важливий складник національної ідентичності.





Значний науково-практичний інтерес викликала доповідь кандидата психологічних наук **Тетяни Асланян** (ІСПП НАПН України) *«Психологічна компетентність учасників бойових дій як ресурс адаптації»*, яка представила аналіз психологічної компетентності учасників бойових дій як провідного ресурсу їхньої успішної ресоціалізації. Доповідачка наголосила, що повернення ветеранів до цивільного життя вимагає перебудови особистісних копінг-стратегій. Дослідниця обґрунтувала, що цілеспрямована психологічна підтримка військовослужбовців зміцнює їхню стійкість, мінімізує ризики міжособистісних конфліктів у родинах та громадах і закладає фундамент для довгострокового ментального відновлення захисників.

Важливе місце у дискусіях круглого столу посіла доповідь старшого наукового співробітника ІСПП НАПН України, кандидата психологічних наук **Олени Богдан** *«Медіатравма та медіастрес: досвід впровадження практик інформаційної детоксикації»*, присвячена деструктивній природі сучасного медіапростору як джерела додаткового травмування громадян. Провідним акцентом виступу став досвід практичної роботи з групами родин загиблих героїв із Харкова, для яких науковці реалізували спеціальну програму інформаційної детоксикації. Програма інтегрувала тривалі екологічні прогулянки на природі, творчі та рухливі заняття. Відмова від «скролінгу» новин дала змогу учасникам змістити фокус уваги на безпосередній міжособистісний контакт, забезпечивши якісне відновлення стосунків і взаєморозуміння всередині родин.

Кандидат економічних наук **Алуа Єсмаханова** (Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України) у доповіді *«Соціально-психологічні чинники аутоагресивної поведінки вимушено переміщених осіб»* підняла найменш помітну, але дуже загрозливу проблему аутоагресії вимушено переміщених осіб. Ці люди переживають хронічний стрес, тривалу невизначеність, травматичний

досвід, фрустрацію базових потреб. На жаль, нерідко це призводить до саморуйнівної поведінки, яка може набувати девіантних форм. Дослідниця називає чотири групи чинників ризиків такої поведінки: травматично-стресові; особистісно-психологічні; соціально-інтеграційні і когнітивно-емоційні. Вихід можна знайти у самоефективності (вірі у власні спроможності), самоспівчутті (використанні захисту проти саморуйнування), самотворення (побудови Я та цінностей), соціальної інтеграції (якісних соціальних зв'язках замість стигматизації).

Здобувач магістерського ступеня вищої освіти Херсонського державного аграрно-економічного університету **Анастасія Кисленко** у доповіді *«Феномен алгоритмічного знецінення як загроза ментальному здоров'ю та компетентності українців в умовах війни»* привернула увагу до нового виклику – когнітивної конкуренції не з людиною, а з штучним інтелектом. Завдяки теоретичному аналізу феномену алгоритмічного знецінення як новітнього виклику ментальному добробуту українців було обґрунтовано механізми виникнення відчуття професійної некомпетентності внаслідок порівняння з генеративним штучним інтелектом на тлі когнітивного виснаження, спричиненого стресом війни.

З доповіддю *«Проблеми професійної підготовки фахівців із супроводу ветеранів та демобілізованих осіб»* виступив кандидат фізико-математичних наук **Володимир Ковтунець** (Інститут вищої освіти НАПН України). Він критично окреслив проблеми, з якими стикаються фахівці, що мають здійснювати цей супровід. Однією з найважливіших була виділена проблема недовіри колишніх військових до фахівців, які не мали бойового досвіду (довіряють лише «своїм»). Це певним чином пов'язано із системою оцінювання здобувачів професійної кваліфікації фахівців із супроводу. З цього можна зробити наступні висновки: потребує удосконалення система оцінювання; фахівцям необхідна підготовка з психології, можливо – потрібний вхідний тест для оцінювання здатності до роботи за професією; фахівцям потрібна підготовка з основ права.

Жваве обговорення викликала доповідь кандидата психологічних наук **Олени Пінчук** (ІСПП НАПН України) *«Суб'єктність як чинник психологічної компетентності, цифрової безпеки та стійкості освітян в умовах війни»*, присвячений суб'єктності як чиннику психологічної компетентності та цифрової безпеки освітян. Доповідачка

засначила, що хронічна втома та умови когнітивної війни висувають екстремальні вимоги до педагогів. Ворог через цифрові атаки намагається нав'язати суспільству вивчену беспорядність, що визначає світоглядний рівень протистояння тоталітарного примусу та демократичного діалогу (Пінчук, 2026). А проактивна позиція дає змогу перетворити мережевий простір на майданчик взаємодопомоги.

Доповідь кандидата психологічних наук **Ольги Плетки** (ІСПП НАПН України) «*Чинники формування психологічної компетентності та стійкості населення у воєнних умовах*» була присвячена аналізу внутрішніх та середовищних умов, що визначають життєстійкість громадян під час активних бойових дій (Чорна та ін., 2021). Дослідниця презентувала авторську нелінійну модель, яка інтерпретує психологічну компетентність соціуму як динамічний процес узгодження індивідуальних можливостей людини, соціокультурних орієнтирів та повсякденної міжособистісної практики.

Кандидат психологічних наук **Олег Старовойтенко** (ІСПП НАПН України) у доповіді «*Приклади досвіду вимірювання та побудови психологічної компетентності щодо реагування на виклики війни*» презентував розгорнуту наукову розвідку у сфері цифрової безпеки. Дослідник детально розкрив практичні приклади діагностичного інструментарію та специфіку емпіричного вимірювання психологічної компетентності громадян під час війни. Автор представив наочні алгоритми побудови прикладних моделей такої компетентності, спираючись на реальний досвід фіксації та оцінки копінг-ресурсів особистості. У виступі було обґрунтовано, що створення точних математичних і психологічних моделей дає змогу прогнозувати рівень стійкості різних груп населення та розробляти для них диференційовані програми цільової психологічної підтримки.

Офіційна частина доповідей переросла у живу і надзвичайно конструктивну загальну дискусію. В обговоренні взяли участь низка провідних фахівців, практикуючих психологів та дослідників.

У підсумку круглий стіл продемонстрував, що українська психологічна наука не просто фіксує наслідки війни, а проактивно створює інструменти захисту ментального суверенітету держави. Напрацьовані учасниками теоретичні моделі та практичні рекомендації стануть основою для створення майбутнього навчально-методичного забезпечення, інструментів цифровій гігієні та



концептуального термінологічного словника з психологічної компетентності в умовах воєнних викликів.

Матеріали заходу будуть узагальнені та представлені до профільних відомств задля покращення системи психологічного супроводу ветеранів, освітан та сімей, які постраждали від війни.

Запис круглого столу оприлюднений в Інтернеті на YouTube каналі Інституту (Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, 2026). Також планується видати матеріали круглого столу в електронному вигляді, які будуть мати відкритий доступ для всіх бажаючих.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

- Горностаї, П. (2023). *Психологія колективних травм*: монографія. Кропивницький: Імекс-ЛТД. <https://lib.iitta.gov.ua/738684/>
- Жадан, І.В. (2022). *Громадянська компетентність: соціальні очікування і реалії*: монографія. Кропивницький: Імекс-ЛТД. <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2022/11/ZhadanMono2022.pdf>
- Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. (2026, 27 травня). *Психологія викликів війни: психічне здоров'я та компетентність. Круглий стіл* [Відео]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=XTuoNHUFXRI>
- Панок, В.Г. (2022). Психологічна служба системи освіти в умовах війни. *Collection of Scientific Papers «ЛОГОС»*, (August 12, 2022; Zurich, Switzerland), 169-170. <https://doi.org/10.36074/logos-12.08.2022.52>
- Пінчук, О.В. (2026). Психологічна компетентність з конструювання суб'єктності як чинник стійкості особистості перед викликами війни. *Імідж сучасного педагога*, 2(227), 133-140. [https://doi.org/10.33272/2522-9729-2026-2\(227\)-133-140](https://doi.org/10.33272/2522-9729-2026-2(227)-133-140)
- Чорна, Л.Г., Горностаї, П.П., Яремчук, О.В., Вус, В.І., Коробанова, О.Л., & Плетка, О.Т. (2021). *Проблемна взаємодія в групах: феноменологія, чинники, профілактика*: монографія (Л.Г. Чорна наук. ред.). Кропивницький: Імекс-ЛТД. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/729979/>

PSYCHOLOGY OF WAR CHALLENGES: MENTAL HEALTH AND COMPETENCE

Based on the round-table discussion, 21 May 2026

Pavlo Gornostai

DSc in Psychology, Professor, Principal Research Fellow, Department of Psychology of Small Groups and Intergroup Relations of the Institute for Social and Political Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv, Ukraine

Olena Pinchuk

PhD in Psychology, Senior Research Fellow, Department of Psychology of Small Groups and Intergroup Relations at the Institute for Social and Political Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv, Ukraine

Abstract. *The paper summarises the scientific and practical outcomes of the round table dedicated to the conceptualisation and assessment of the psychological competence of the population under prolonged war-related stress. The event integrated interdisciplinary approaches to analysing the factors, mechanisms, and applied practices involved in shaping social resilience, alongside the cognitive and digital security of citizens in the face of information aggression. The participants discussed integral models of adaptation, neurobiological factors underlying the resilience of educators, historical and cultural resources of Ukrainian endurance, as well as practical experience in implementing information detox programmes for vulnerable populations. The discussions and formulated conclusions demonstrated a high level of inter-institutional interaction and laid the groundwork for developing specialized psychoeducational programmes and a terminological dictionary of psychological competences.*

Keywords: *psychological competence of the population; resilience; digital security; war-related stress.*

Отримано: 29 травня 2026 р.

Прийнято: 8 червня 2026 р.

Опубліковано: 15 червня 2026 р.