

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ КОРАБЛЕБУДУВАННЯ
імені АДМІРАЛА МАКАРОВА

ГУМАНІТАРНИЙ ВІСНИК НУК

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

ВИПУСК 18

Миколаїв
2025

Редакційна колегія збірника:

Берестнєв В. Б., заслужений тренер (Миколаїв);
Бобіна О. В., канд. іст. наук, доц. (Миколаїв);
Гогоренко О. В., канд. філол. наук (Миколаїв);
Деркач В. М., заслужений тренер, канд. наук
з фіз. виховання та спорту, доц. (Миколаїв);
Карсканова С. В., канд. психол. наук, доц. (Миколаїв);
Коваль С. С., канд. фіз.-мат. наук, доц. (Миколаїв);
Матвієнко Л. В., канд. іст. наук, доц. (Миколаїв);
Матійко О. В., заслужений діяч мистецтв (Миколаїв);
Міняйлова А. В., канд. пед. наук, доц. (Миколаїв);
Наливайко В. С., канд. техн. наук, проф. (Миколаїв);
Трибулькевич К. Г., д-р пед. наук, доц. (Київ);
Філатова О. С., д-р філол. наук, проф. (Миколаїв);
Філіппова Н. М., канд. філол. наук, проф. (Миколаїв);
Чугуєва І. Є., канд. психол. наук, доц. (Миколаїв);
Шаповалова І. В., канд. філос. наук, доц. (Миколаїв)

Відповідальний за випуск: **Бобіна О. В.**

*Друкується за рішенням Вченої ради
Навчально-наукового гуманітарного інституту
Національного університету кораблебудування
імені адмірала Макарова
(протокол № 4 від 26.11.2025 р.)*

Гуманітарний вісник НУК: збірник наукових праць. — Випуск 18. —
Г 94 Миколаїв : Іліон, 2025. — 156 с.

У віснику опубліковані статті, що узагальнюють досвід роботи та результати досліджень у сфері вищої освіти та інших галузях знань. Основні рубрики вісника відповідають напрямам гуманітарної підготовки та соціально-гуманітарної освіти, яка здійснюється Навчально-науковим гуманітарним інститутом Національного університету кораблебудування. Вісник розрахований на викладачів, наукових працівників, фахівців, молодих науковців у сфері вищої освіти.

УДК 001(062.552)

© Національний університет кораблебудування
імені адмірала Макарова, 2025

УДК 159.9-057.36

Литвиненко І. С.

доцент кафедри психології, Навчально-науковий гуманітарний інститут Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова (Україна, Миколаїв), lis28062561@gmail.com

Джигота Е. В.

студентка спеціальності 053 Психологія, Навчально-науковий гуманітарний інститут Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова (Україна, Миколаїв), ovmochalova2015@gmail.com

ДЕЯКІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ВІЙСЬКОВИМ ПІСЛЯ ПОВЕРНЕННЯ З ЗОНИ БОЙОВИХ ДІЙ ЗАСОБАМИ АРТТЕРАПІЇ

В тезах розглядається проблема посттравматичного стресу, його вплив на здоров'я людини, яка повернулася з зони бойових дій в мирне життя. Підкреслюється роль пам'яті у переживанні психотравмуючої ситуації, такої як війна. Висвітлюються методи арттерапії, які в рамках психологічної допомоги дозволяють особистості повернути внутрішню рівновагу, зняти напругу.

Ключові слова: особистість, військові дії, війна, психологічна допомога, психотравмуючі ситуації, арттерапія, посттравматичний розлад, психіка, стрес, пам'ять, здоров'я.

Переживання важких психотравмуючих ситуацій залишають довготривалий відбиток на психіці людини, особливо якщо це пов'язано з військовими діями, війною.

За масштабністю психотравмуючі ситуації поділяють на масові, до яких і входять військові дії, групові, індивідуальні [3].

Перебування в психотравмуючій ситуації має різний вплив, різні наслідки на особистість в залежності від її психотипу, індивідуальності, рівня стресостійкості тощо. Якщо психотравма перебільшує здатність людини подолати її способом, який вона вже звикла використовувати, тобто звичним для неї способом, то можна говорити про посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Стрес – неспецифічна реакція організму на різні подразники, яка допомагає пристосуватися до мінливих умов. Виділяють фізичний, емоційний стрес [2, с. 115].

Зазначимо, що стрес переживають всі, однак слід розуміти, що є люди, які з ним можуть впоратись самостійно. Тому не всі, хто пережив найважчу психотравмуючу ситуацію, пов'язану з війною, мають ПТСР. Однак і цієї категорії потрібна психологічна допомога, підтримка різних друзів, суспільства, програм першої психологічної допомоги, яких, до речі, вкрай недостатньо на сьогодні, увага з боку фахівців-психологів, соціальних працівників тощо.

Наголосимо, що симптоми ПТСР не є психічною інвалідизацією на все життя, хоча ПТСР може мати хронічний характер (до декількох років).

ПТСР – це нормальна реакція на ненормальні події і потрібен час, щоб особистість відчула внутрішню рівновагу, усвідомила свої сильні сторони, які допоможуть їй повернути собі внутрішні комфортні відчуття, які кроки психологічної допомоги варто прийняти. Ті, хто повернувся в мирне життя, дуже часто переживають внутрішній конфлікт, який може вилитися у зовнішній, оскільки психіка і далі перебуває в стані напруги, тривоги, бойовому стані,

і у мирному житті ці люди продовжують жити за правилами армії. Фігурально можна сказати, що тіло одягнуте в цивільний одяг, а психіка «носить» військову форму, тобто, вона продовжує перебувати «на лінії вогню». Іншими словами, людина знаходиться в бойовій готовності, в агресивному стані, а це означає, що поведінка, яка була доречною в зоні бойових дій, автоматично переноситься в мирне (цивільне) життя, що є величезною проблемою, як для особистості, так і для оточуючих людей.

З вищесказаного можна зазначити, що однією з причин розвитку ПТСР є пам'ять. Механізм травматичної пам'яті, необхідний для виживання особистості, стає причиною посттравматичних розладів. Гострі спогади про психотравму можуть з'являтися навіть через багато років. Ці спогади фрагментарні, як «спалахи» і складаються із сенсорних вражень, емоцій. Людина їх переживає не як спогади, а як подію, що відбувається «тут і тепер» і це, звісно, впливає на стан здоров'я (усіх його складових).

Проблема психологічної допомоги в період військових дій знайшла своє відображення в наукових працях багатьох психологів, педагогів (Андрєєнкова В. Л., Бандура І. О., Калашник О. А., Кукуруза Г. В., Левченко К. Б. та ін.).

Сьогодні у комплексній психологічній допомозі військовим, які повернулися до мирного життя, в якості одного з ефективних засобів використовуються методи арттерапії, які сприяють у вирішенні проблем, пов'язаних з психічним здоров'ям, задоволенні потреб у спілкуванні, прийнятті, самореалізації, уміння співвідносити свої відчуття та думки з реальністю, позитивному сприйнятті себе, свого життєвого шляху, Життя в цілому, розвивати свою резилентність тощо.

Найбільш популярні такі види арттерапії: арттерапія (візуальні мистецтва); кольоротерапія (колір впливає на нервову систему); танцювальна терапія (іноді як тілесно орієнтований напрямок, розвива-

ється імпровізація, гармонізація тощо); драма терапія (гра – могутня культура, ресурс тощо); бібліотерапія (самовираження через творче «написання» твору), казкотерапія (казка як архетипічна метафора); музикотерапія (архаїчний вид творчості); пісочна терапія (аналог предметної скульптури й роботи з об'єктами в арттерапії); кінотерапія. Кожен вид займає важливе місце в наданні психологічної допомоги тим, хто повернувся в мирне життя із зони бойових дій. Така робота (сублімація – зрілий механізм психологічного захисту, за допомогою якого «людина знімає психологічне напруження»), допомагає впоратись з депресією, перейти від деструктивної руйнівної поведінки до конструктивної, творчої, подолати тривогу, сформувати позитивний образ себе, свого життєвого шляху [3, с. 348].

Висновки:

1. Будь-яка психотравмуюча ситуація, особливо та, яка пов'язана з війною, впливає на психіку людини, її взаємостосунки з рідними, взаємостосунки у суспільстві.
2. Комплексна психологічна допомога спрямована на відновлення у людини, яка повернулася в

мирне життя, психологічного здоров'я, адаптацію в навколишнє середовище, набуття психологічної рівноваги, усунення психологічного дискомфорту.

3. Арттерапія дозволяє розвивати творчі можливості, «розвантажувати» психоемоційний стан, переживати катарсис.
4. Засоби арттерапії дозволяють більш пізнати себе, розширити свій потенціал, дізнатися про інших людей.
5. Особливу цінність має як групова арттерапія, так і індивідуальна, яка допомагає вербалізувати власні емоції, переживання, особливо в осіб з ПТСР.

Література

1. Лесков В. О. Теоретичні основи соціально-психологічної реабілітації військовослужбовців. *Наука і освіта: науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України*. Одеса: Видавництво Південного наукового центру АПН України, 2006. № 5–6. С. 56–59.
2. Психологічна енциклопедія / автор-упоряд. О. М. Степанов. Київ: Академвидав, 2016. 242 с.
3. Мороз Р. А. Психологія травмуючих ситуацій. Миколаїв: Іліон, 2018. 298 с.

Litvinenko I. S., Associate Professor of the Department of Psychology, Education and Research Institute of Humanities of Admiral Makarov National University of Shipbuilding (Ukraine, Mykolaiv), lis28062561@gmail.com

Zhigota E. V., Student of the Specialty 053 Psychology, Education and Research Institute of Humanities of Admiral Makarov National University of Shipbuilding (Ukraine, Mykolaiv), ovmochalova2015@gmail.com

SOME ASPECTS OF PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO MILITARY PERSONNEL AFTER RETURNING FROM THE COMBAT ZONE BY MEANS OF ART THERAPY

Theses examine the problem of post-traumatic stress, its impact on the health of a person who has returned from a war zone to a peaceful life. The role of memory in experiencing a psychotraumatic situation, such as war, is emphasized. The methods of art therapy are highlighted, which, within the framework of psychological assistance, allow the individual to restore internal balance and relieve tension.

Key words: personality, military operations, war, psychological help, psychotraumatic situations, art therapy, post-traumatic disorder, psyche, stress, memory, health.

ЗМІСТ

ІНКЛЮЗІЯ ТА ПСИХОЛОГІЯ

ВІТАЛЬНІ СЛОВА	4
<i>Бережник О. В., Коренева Ю. П.</i> Емоційна грамотність як чинник збереження психологічного здоров'я студентської молоді в умовах соціальної нестабільності.....	6
<i>Білокамінська Л. А., Чугуєва І. Є.</i> Професійна самореалізація як чинник становлення особистості жінок.....	8
<i>Демкова Н. Ю., Рогальська-Яблонська І. П.</i> Особливості адаптації дітей шестирічного віку до навчальної діяльності	10
<i>Дігтяренко В. Ю., Литвиненко І. С.</i> Захисні механізми психіки в умовах стресових ситуацій.....	12
<i>Заїка Г. О., Олексюк О. М.</i> Соціально-психологічна робота з жінками, які стали жертвами домашнього насильства.....	14
<i>Карсканова С. В., Прийма О. М.</i> Особливості сепарації підлітків з особливими освітніми потребами.....	16
<i>Карсканова С. В., Ніязов Р. В.</i> Вибір стратегій поведінки особистості при внутрішньоособистому конфлікті.....	18
<i>Кравчук О. Ю.</i> Інклюзивне освітнє середовище в закладах вищої освіти: концепції, виклики та траєкторії розвитку	21
<i>Кравчук О. Ю.</i> Штучний інтелект як інструмент підтримки практики психологів у роботі з інклюзивними учнями.....	23
<i>Кравчук О. Ю., Новікова Г.</i> Інклюзивні підходи до психосоціальної підтримки підлітків: адаптація до різних потреб та контекстів	25
<i>Кравчук О. Ю., Райковська В. М.</i> Профорієнтація дітей з особливими потребами: міжгалузевий підхід, індивідуальна підтримка та інклюзивні траєкторії розвитку.....	27
<i>Кравчук О. Ю., Уськова О. М.</i> Моніторинг розвитку соціальних навичок за допомогою ШІ: приватність, етика та інтерпретація результатів	29
<i>Кравчук О. Ю., Христиановська Л. А.</i> Роль сім'ї та партнерського оточення в процесі психологічної реабілітації жінок	31
<i>Курчатова А. В.</i> Теоретико-методологічні підходи розкриття механізмів реалізації супервізії в інклюзивній освіті.....	33
<i>Ларченко І. В., Богданова О. В.</i> Інноваційні тенденції та впровадження технологій штучного інтелекту у вищій освіті.....	35

Ларченко І. В., Іщенко О. А.	Модераційний ефект емоційного інтелекту у збереженні автономної мотивації студентів в умовах стресогенності.....	38
Ларченко І. В., Іщенко Я. П.	Взаємозалежність когнітивних та емоційних процесів у стані довготривалого стресу в осіб, що мешкають у прифронтових зонах.....	40
Литвиненко І. С.	Послуга раннього втручання – перша сходинка інклюзії.....	43
Литвиненко І. С., Гончарова О. О.	Емоційне вигорання працівників гуманітарної сфери та представників допомагаючих професій в контексті ургентного реагування	44
Литвиненко І. С., Джигота Е. В.	Деякі аспекти психологічної допомоги військовим після повернення з зони бойових дій засобами арттерапії.....	47
Литвиненко І. С., Малюжеко М. В.	Формування пізнавальної мотивації у дітей молодшого шкільного віку	49
Матко Д. А., Олексюк О. М.	Вплив соціальних мереж на формування ціннісно-сислової сфери особистості.....	51
Матко Д. А., Олексюк О. М.	Соціальні мережі як середовище конструювання ідентичності та ціннісних пріоритетів.....	53
Межуєва К. Д., Олексюк О. М.	Особливості ментального здоров'я жінки у перинатальний період	55
Межуєва К. Д., Олексюк О. М.	Психологічні особливості адаптації до вагітності та подолання ознак посттравматичного стресового розладу, отриманого внаслідок пережитих психотравмуючих ситуацій.....	57
Михальченко Н. В.	Складові готовності майбутніх вчителів початкових класів до розвитку рефлексії учнів в умовах інклюзивного навчання	60
Михальченко Н. В., Криницька О. О.	Психологічна підтримка осіб, які пережили травматичні події: комплексний аналіз методів, ефективності та факторів впливу	63
Михальченко Н. В., Михальченко І. В.	Симптоми професійного вигорання педагогів та фахівців	65
Мірзоян К. О.	Взаємозв'язок самооцінки та рівня самоактуалізації у творчих особистостей.....	68
Мочалова О. В.	Особливості розвитку пізнавальних процесів дітей дошкільного віку з порушенням інтелектуального розвитку.....	69
Олексюк О. М., Корнієнко В. А.	Особливості проявів ПТСР у військових і шляхи запобігання.....	71
Прасол Д. В.	Характер і причини визначення інвалідності серед осіб з особливими освітніми потребами, які здобувають освіту за умови інклюзивного навчання.....	73
Сінченко В. М., Коренева Ю. П.	Майндфулнес-практики як засіб збереження психоемоційної стійкості у волонтерській діяльності в умовах воєнного часу	75
Сеннар К. Б., Олексюк О. М.	Вплив професійного іміджу на ефективність консультативної діяльності психолога	77
Сеннар К. Б., Олексюк О. М.	Імідж психолога як чинник успішної професійної реалізації	79

Ткаченко О.	Прояви булінгу в закладах середньої освіти.....	81
Тур О. В.	Управління інклюзією у закладах вищої освіти: стратегії формування інклюзивної культури та їх вплив на результативність закладу освіти.....	82
Чугуєва І. Є., Мачечук Н. В.	Психологічні чинники соціальної реінтеграції учасників бойових дій	84
Яблонський А. І., Савицький О. В.	Теоретичні підходи до вивчення бойового стресу у військовослужбовців.....	86

МИКОЛАЇВЩИНА І ПІВНІЧНЕ ПРИЧОРНОМОР'Я: ІСТОРІЯ І СУЧАСНІСТЬ

Бєляков Д.	Імператорський Новоросійський університет – метеорологічна перлина Північного Причорномор'я.....	89
Галєєва М.	Психологічна допомога сім'ям загиблих воїнів.....	91
Гей С. П.	Грецькі топоніми Північного Причорномор'я: історико-лінгвістичний аспект	92
Гранченко М. В., Хрящевська Л. М.	Відкриття перших закладів освіти в Одесі (1794–1830-ті рр.)	95
Коваль Г. П., Ляшенко І. О.	Висвітлення моментів життя караїмів Одеси на сторінках газети «Одесские Новости» в кінці XIX – на початку XX ст.	96
Костирко Т. М.	Штучний інтелект як інструмент збереження культурної спадщини університетів.....	97
Нефьодов Д.	Освітнє та громадське значення історичного краєзнавства в сучасних вітчизняних закладах освіти	99
Рижева Н., Довбня В.	Пам'яткоохоронна діяльність на території Миколаївської області (2000–2019 рр.).....	101
Рижева Н., Михайлов М.	Культурні взаємовпливи у декоративному оздобленні піхов мечів Київської Русі	102
Семешин Е.	До біографії Валерії Містюк: Уродженка Миколаєва в історії радянської психології.....	104
Сергієва Ю. С., Матвієнко Л. В.	Експерименти на Засільському цукровому заводі: історичний екскурс.....	105
Тернович Б. П.	Голокост на Миколаївщині.....	106
Ткаченко О.	Прояви булінгу в закладах середньої освіти: теоретичний аналіз	107
Філенко А., Нефьодов Д.	Західна історіографія господарської реформи у СРСР 1965 р.	108
Фьольдварі Шандор.	Український газ під Чорним морем і перспективи турецьких інвестицій	111
Шевченко А.	Становлення землеробства у Буджаку на початку XIX ст.	112
Шевчук В.	Український націонал-комунізм 1918–1921 рр.: історіографічний та джерелознавчий аналіз	114

ДИЗАЙН

Данильченко Н. В., Гавловська Д. А.	Сучасні концепції в проектуванні дизайну плавучих будинків	116
Матійко Н. О., Бєлосвіт Я. О.	Управління дизайном в епоху цифрових технологій: синергія комп'ютерної графіки та креативних процесів.....	118
Матійко О. В., Обухова В. О.	Сучасні текстильні матеріали в інтер'єрних макетах: імітація оббивки і декоративних елементів.....	119
Портнов Д., Атанова Є.	Значення академічного рисунка у формуванні конструктивного мислення майбутніх дизайнерів.....	121

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ**Вакуліна Л. М., Лагерний Д. І.**

Фізичне виховання як компонента патріотичного формування молоді 123

СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНІ НАУКИ**Бобіна О. В.** Як працює Гуманітарний інститут на четвертий рік Великої війни 126**Валуєва Ю. А., Чурсіна А. О., Шаповалова І. В.**

Розвиток освіти південної України у XIX–XX ст. 130

Васильєва В. В., Лукашик В. І., Шаповалова І. В.

Війна і психічне здоров'я українців в умовах воєнного стану 132

Волкотрубенко Є. О., Шаповалова І. В.Еволюція портової інфраструктури Миколаївщини
як чинник економічного зростання південного регіону 135**Запесочний Н. О., Шаповалова І. В.**Розвиток суднобудівної промисловості Миколаївщини:
історичний вимір та сучасні перспективи 136**Залізко А. С., Шаповалова І. В.**Формування багатонаціонального культурного середовища
Північного Причорномор'я (кінець XVIII ст. – XIX ст.) 138**Корольова Т. М., Кравчук О. Ю.**Психологічні чинники медіаграмотності як елемент соціальної
компетентності індивіда 140**Михальченко Н. В., Молчанова О. М.**Готовність майбутніх вчителів початкових класів
до організації навчальної діяльності молодших школярів 141**Моїсеєнков А. В., Шаповалова І. В.** Особливості соціально-економічного життя

Північного Причорномор'я у період 1917–1921 рр. 144

Надточій І. В.Взаємодія медицини та освіти у реалізації програм раннього
втручання у розвиток дитини 146

ВИМОГИ ДО СТРУКТУРИ ТА ОФОРМЛЕННЯ НАУКОВИХ СТАТЕЙ 154

ЗРАЗОК ОФОРМЛЕННЯ СТАТТІ 155