



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
МАРИУПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ

# ***Сучасні тренінгові технології для розвитку особистості: основні напрямки та технології***

**Збірник матеріалів**

**Всеукраїнська науково - практична конференція з  
міжнародною участю  
15-16 квітня**

**Київ 2026**

**УДК 159.923.2:37.015.3]:061.3(082)**

***Сучасні тренінгові технології для розвитку особистості: основні напрямки та технології*** : збірник матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю (15-16 квітня 2026 р.) / за заг. ред. Перепелюк Т.Д., Київ: МДУ, 2026, 280 с.

Головний редактор: Перепелюк Т.Д., кандидат психологічних наук, професор, професор кафедри практичної психології, Маріупольський державний університет

Редакційна колегія:

Блашкова О.М., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри практичної психології, Маріупольський державний університет

Полілуєва І.В., кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри педагогіки, психології, соціальної роботи та менеджменту, Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка

Відповідальний за випуск:

Перепелюк Т.Д., кандидат психологічних наук, професор, професор кафедри практичної психології;

Шахов В.В., кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології

Рекомендовано до друку вченою радою психолого-педагогічного  
факультету Маріупольського державного університету  
(протокол № 8 від 27.05.2026 р.)

Збірник тез «Сучасні тренінгові технології для розвитку особистості: основні напрямки та технології» створено за матеріалами Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю, яка відбулася 15-16 квітня 2026 року. У збірнику представлено результати аналізу зарубіжних та вітчизняних досліджень з питань впливу психологічних тренінгів на психологічне здоров'я особистості у кризових життєвих ситуаціях; окреслено можливості використання групових форм роботи під час кризових та екстремальних ситуацій; окреслено методики організації тренінгів зі здобувачами вищої освіти в умовах змішаних форм навчання; охарактеризовано екзистенційно-психологічні впливи екстремальних ситуацій на особистість здобувачів і викладачів, з військовослужбовцями та цивільним населенням; визначено перспективи подальших досліджень тренінгових методів.

Збірник адресовано психологам, соціальним працівникам, здобувачам закладів вищої освіти та всім, хто цікавиться психологією особистості та психологією діяльності у кризових ситуаціях.

4. 32 випадки булінгу фіксують щомісяця в Україні цього річ. URL: <https://opendatabot.ua/analytics/bulling-in-schools-2025> (дата звернення: 30.03.2026)

5. Шатирко Л. О., Мойзріст О. М. Психологічні засоби запобігання явищам залякування та цькування (булінгу) в шкільному середовищі: практикум / за науковою редакцією академіка НАПН України С.Д. Максименка. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 46 с.

**ЯРОВА Софія,**

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти,

Маріупольський державний університет

**ПОПОВСЬКА Оксана,**

кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри дошкільної освіти,

Маріупольський державний університет

## **НЕЙРОПСИХОЛОГІЧНІ ВПРАВИ ЯК ЗАСІБ КОРЕКЦІЙНОЇ РОБОТИ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА ЩОДО РОЗВИТКУ КОГНІТИВНИХ ПРОЦЕСІВ СТАРШИХ ДОШКІЛЬНИКІВ**

Сучасний розвиток психологічної науки та дошкільної освіти супроводжується підвищенням інтересом до проблеми формування когнітивної сфери дитини як основи її подальшого інтелектуального та особистісного розвитку. У цьому контексті особливого значення набуває старший дошкільний вік, який є сенситивним періодом для розвитку основних психічних функцій - уваги, пам'яті, мислення, мовлення та уяви. Саме в цей період закладаються передумови навчальної діяльності, формується здатність до довільної регуляції поведінки та активізується пізнавальна діяльність [1].

Проблема розвитку когнітивних процесів у дітей дошкільного віку є однією з центральних у психології розвитку. Як зазначає Ю. Приходько, «когнітивна сфера дитини формується у процесі активної взаємодії з навколишнім середовищем і включає складну систему взаємопов'язаних

процесів, таких як сприймання, пам'ять, мислення та мовлення» [2, с. 28]. Розвиток цих процесів забезпечує здатність дитини до пізнання, аналізу та узагальнення інформації, що є необхідною умовою успішного навчання.

Водночас сучасні дослідження свідчать про наявність значної кількості дітей із труднощами у розвитку когнітивних процесів, що може проявлятися у нестійкості уваги, низькому рівні пам'яті, труднощах у формуванні логічного мислення та мовлення. Такі особливості ускладнюють процес соціалізації дитини та знижують її готовність до навчання у школі. У зв'язку з цим виникає необхідність пошуку ефективних засобів розвитку когнітивної сфери, серед яких особливе місце займають нейропсихологічні вправи.

Нейропсихологічний підхід базується на уявленні про взаємозв'язок психічних функцій і діяльності мозку. Він передбачає, що розвиток когнітивних процесів залежить від узгодженої роботи різних функціональних систем мозку. Як підкреслюють сучасні дослідники, активізація міжпівкульної взаємодії є важливою умовою гармонійного розвитку психічних функцій дитини [2].

Нейропсихологічні вправи спрямовані на стимуляцію роботи мозку через поєднання рухової, сенсорної та пізнавальної активності. Їхня ефективність пояснюється тим, що рухова діяльність безпосередньо пов'язана з розвитком когнітивних процесів. Зокрема, розвиток дрібної моторики позитивно впливає на формування мовлення, а координаційні вправи сприяють розвитку уваги та мислення.

До основних нейропсихологічних вправ належать:

- вправи на міжпівкульну взаємодію (перехресні рухи);
- сенсомоторні вправи;
- вправи на розвиток дрібної моторики;
- вправи на концентрацію уваги;
- завдання на розвиток пам'яті та мислення.

Систематичне використання таких вправ сприяє покращенню когнітивних показників, розвитку довільної регуляції поведінки та підвищенню рівня пізнавальної активності дитини.

Особливу увагу слід приділити ролі емоційного фактора у розвитку когнітивних процесів. Дослідження показують, що «позитивний емоційний стан сприяє активізації пізнавальної діяльності, тоді як негативні емоції можуть гальмувати розвиток психічних функцій» [3]. Тому важливо створювати сприятливе емоційне середовище, у якому дитина відчуває себе комфортно та впевнено.

Не менш важливим є соціальний аспект розвитку когнітивної сфери. Взаємодія дитини з дорослими та однолітками сприяє розвитку мовлення, мислення та пізнавальної активності. Саме у процесі спільної діяльності відбувається засвоєння нових знань та формування когнітивних навичок.

У сучасних умовах інклюзивної освіти нейропсихологічні вправи набувають особливого значення, оскільки дозволяють враховувати індивідуальні особливості розвитку дітей. Вони можуть використовуватися як засіб корекції когнітивних порушень та стимуляції пізнавальної активності, що забезпечує більш ефективний розвиток дітей з особливими освітніми потребами.

Практика застосування нейропсихологічних вправ свідчить про їх високу ефективність. Регулярне виконання таких вправ сприяє розвитку уваги, пам'яті, мислення, покращенню координації рухів та формуванню готовності до навчання у школі.

Таким чином, нейропсихологічні вправи є важливим засобом розвитку когнітивних процесів старших дошкільників. Вони забезпечують комплексний вплив на психічний розвиток дитини, сприяють формуванню пізнавальних функцій та підвищенню рівня її інтелектуального розвитку.

Отже, впровадження нейропсихологічних вправ у практику дошкільної освіти є перспективним напрямом сучасної психології, який дозволяє підвищити ефективність розвитку когнітивної сфери дитини та забезпечити її успішну підготовку до навчання.

### **Література**

1. Дуткевич Т. В. Дошкільна психологія : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2007. 392 с.

2. Приходько Ю. О. Дитяча психологія : нариси становлення та розвитку : навч. посіб. 2-ге вид., доп. Київ : Міленіум, 2004. 192 с.

3. Трофаїла Н. Д. Емоційний розвиток дітей дошкільного віку. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія: Педагогічні науки*. 2014. Вип. 1.45. С.

**ЯРОВИЙ Сергій,**

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти,

Маріупольський державний університет

**ПЕРЕПЕЛЮК Тетяна,**

кандидат психологічних наук, професор,

професор кафедри практичної психології,

Маріупольський державний університет

## **ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІСЛЯ ПОВЕРНЕННЯ З ПОЛОНУ: ПОСТТРАВМАТИЧНЕ ЗРОСТАННЯ**

Повернення військовослужбовців з полону є одним із найскладніших психологічних переходів, з якими може зіткнутись людина. Досвід полону поєднує тривалу ізоляцію, фізичне та психологічне насильство, втрату автономії та невизначеність щодо виживання. Ці чинники формують специфічний травматичний профіль, який принципово відрізняється від бойової травми без захоплення в полон. Актуальність теми в умовах повномасштабного вторгнення Росії в Україну є безумовною: тисячі українських військових пройшли або перебувають у полоні, і питання їхньої психологічної реінтеграції набуває значення загальнонаціональної проблеми.

Досвід полону формує комплексну травму (complex PTSD, ICD-11), яка відрізняється від класичного ПТСР стійкими порушеннями в трьох додаткових доменах: регуляції афекту, образу «Я» та побудові стосунків. Дослідження Herman (1992) та Van der Kolk (2015) показують, що тривала підконтрольність