



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
МАРИУПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

# МАГІСТЕРСЬКІ СТУДІЇ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОГО ФАКУЛЬТЕТУ

## Випуск 3

Збірник наукових праць магістрів ОП  
«Дошкільна освіта. Інклюзія»,  
«Початкова освіта»,  
«Фізична культура та спорт»,  
«Практична психологія»,  
«Менеджмент. Управління закладом  
загальної середньої освіти»

Київ 2025

УДК 37(063).  
973.202 я1

**Магістерські студії психолого-педагогічного факультету  
Маріупольського державного університету: збірник наукових праць  
здобувачів ОС Магістр ОП «Дошкільна освіта. Інклюзія», «Початкова освіта»,  
«Фізична культура та спорт», «Практична психологія», «Менеджмент.  
Управління закладом загальної середньої освіти» / за заг. ред. Л.В. Задорожної-  
Княгницької. Випуск 3. Київ: МДУ, 2025. 522 с.**

Рекомендовано до друку Вченою радою психолого-педагогічного факультету  
Маріупольського державного університету  
(протокол №2 від 27 листопада 2025 року)

© Колектив авторів, 2025

ставленні до протилежної статі та гальмують їхній розвиток. Найчастіше вони зустрічаються у неповних сім'ях, де мати прагне «захистити» дитину, попередньо налаштуваючи її на негативне сприйняття [7].

Таким чином, саме сімейна атмосфера виступає вирішальним чинником адекватного формування гендерної ідентичності дошкільнят. Настанови гуманістичної педагогіки повинні стати основою для ефективної взаємодії педагогів і батьків у цьому процесі. Український «гендерний підхід», сформований у працях вітчизняних класиків педагогіки та психології, є підґрунтям для формування гендерної культури батьків, що передбачає поєднання гендерної обізнаності, чутливості до потреб дітей та асертивності у протистоянні стереотипам. Саме це й становить перспективу подальших досліджень у зазначеній сфері.

#### **Список використаних джерел:**

1. Гонта М. О. Формування моральних цінностей молодших школярів засобами моделювання педагогічних ситуацій : кваліфікаційна робота. Херсон: ХДУ, 2021. 44 с.
2. Граматик Н. В., Клевака Л. П., Барсуковська Г. П. Розвиток емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку: педагогічний потенціал ігрових методів навчання. *Вісник науки та освіти*. 2025. № 1 (31). С. 997–1010.
3. Кононко О. Л. Соціально-емоційний розвиток особистості (у дошкільному дитинстві): навч. посіб. для закл. вищ. освіти. Київ : Освіта, 1998. 288 с.
4. Мельник Т., Кобелянська Л. Гендер у термінах, правових актах і практиці перетворень: словник-довідник. Київ : Логос, 2020. 239 с.
5. Москаленко В. В. Соціальна психологія : підручник. 2-ге вид., випр. і допов. Київ: Центр учбової літератури, 2008. 688 с.
6. Олійник Л. М. Статеве виховання дітей від народження до 10 років : навч.-метод. посіб. Миколаїв : Принт-Експрес, 2008. 350 с.
7. Фернхем А., Хенкель П. Особистість і соціальна поведінка. Київ, 2001. 368 с.
8. Шевченко З. В. Словник гендерних термінів / уклад. З. В. Шевченко. Черкаси : видавець Чабаненко Ю., 2016. 336 с.
9. Якобсон С. Д. Програма морального виховання дітей. *Дошкільне виховання*. 2000. № 9. С. 49–57.
10. Якобсон С. Г., Фещенко Т. І. Формування «Я-потенційного позитивного» як метод регуляції поведінки дошкільника. *Питання психології*. 1997. № 3. С. 3–11.

## **ПСИХОЛОГІЧНІ НАСЛІДКИ ВТРАТИ НЕРУХОМОГО МАЙНА СЕРЕД ПОСТРАЖДАЛИХ І ОЦІНКА ІНТЕРВЕНЦІЙ**

*Владислав Шахов, кандидат психологічних наук, доцент кафедри  
практичної психології*

*Максим Філіпов, здобувач ступеня вищої освіти «магістр»  
за спеціальністю «Психологія»*

## **EVALUATING THE EFFECTIVENESS OF PSYCHOLOGICAL INTERVENTIONS FOR PERSONS DISPLACED BY WAR**

*Vladyslav Shakhov, candidate of psychological sciences, associate professor  
of the department of practical psychology*

*Maxym Filipov, master's student in Psychology*

*Анотація. У статті розглядаються психологічні наслідки втрати нерухомого майна*

серед постраждалих. Автор визначає основні емоційні та поведінкові реакції на втрату, а також оцінює ефективність психологічних інтервенцій для відновлення психоемоційного стану та адаптації постраждалих.

**Ключові слова:** психологічні наслідки, втрата майна, постраждалі, стрес, інтервенції, адаптація, психологічна допомога.

**Abstract.** The article examines the psychological consequences of the loss of real estate among victims. The author identifies the main emotional and behavioral reactions to the loss, and also evaluates the effectiveness of psychological interventions for the restoration of the psycho-emotional state and adaptation of victims.

**Key words:** psychological consequences, loss of property, victims, stress, interventions, adaptation, psychological assistance.

В умовах повномасштабної війни в Україні питання психологічної допомоги людям, які втратили своє житло, постає як одна з найгостріших соціально-психологічних проблем сучасності. Втрата нерухомого майна - це не лише матеріальний, а насамперед емоційний і символічний удар, який безпосередньо пов'язаний із втратою безпеки, стабільності та відчуття дому. Для багатьох постраждалих дім є не просто фізичним простором, а частиною особистої ідентичності, тому його руйнування чи втрата часто спричиняє глибоку психічну травму [6, с. 42].

Поняття психологічної втрати охоплює не лише реакцію на фізичну втрату об'єкта, а й складні внутрішні переживання, пов'язані з відчуттям порушення життєвого балансу. Психологічна втрата викликає процес переосмислення цінностей і життєвих орієнтирів, що може призвести як до особистісного зростання, так і до тривалої дезадаптації [6, с.78]. Стан втрати часто супроводжується симптомами посттравматичного стресового розладу, зниженням відчуття контролю над життям, розчаруванням і страхом перед майбутнім.

Втрата нерухомого майна внаслідок війни є не лише матеріальною катастрофою, але й серйозною психологічною травмою, що зачіпає глибинні шари ідентичності людини. Дім, це не просто фізичний простір, а місце безпеки, спогадів і символ належності. Його знищення або вимушене залишення руйнує відчуття стабільності, викликаючи відчай, безсилля та тривогу. За даними досліджень, більшість внутрішньо переміщених осіб у перші місяці після втрати житла переживають гострий кризовий стан, який супроводжується відчуттям втрати сенсу життя та депресивними симптомами.

Дослідження останніх років показують, що понад 30% внутрішньо переміщених осіб, які втратили житло, демонструють симптоми хронічної тривожності та депресії, а 15–20% мають ознаки глибоких посттравматичних реакцій [5, с.23; 9, с.55]. Особливо небезпечним є те, що частина постраждалих не звертається по психологічну допомогу, сприймаючи свої переживання як «нормальні» або такі, що не потребують втручання спеціалістів. Це призводить до накопичення внутрішньої напруги, соціальної ізоляції та порушення адаптаційних механізмів.

Психологічні наслідки таких втрат проявляються на кількох рівнях - емоційному, когнітивному та соціальному. На емоційному рівні переважають

почуття провини за залишене житло, гнів, образа, страх перед майбутнім, емоційне вигорання. Часто спостерігається так званий синдром «втрати коріння», коли людина відчуває себе відірваною від минулого та позбавленою орієнтирів [5, с.37]. На когнітивному рівні це проявляється у труднощах концентрації уваги, дезорієнтацією у часово-просторовому контексті, проблемах із пам'яттю, нав'язливих думках про події війни. Соціальний аспект включає відчуження, замкненість, втрату довіри до суспільства, зниження активності, руйнування міжособистісних зв'язків, труднощі у побудові нових контактів у новому середовищі, що нерідко призводить до соціальної ізоляції [2, с.17].

Дослідження показують, що переживання втрати житла тісно пов'язане з почуттям дезорієнтації у власній життєвій історії. За спостереженнями Д. Мірошнікова, українці, які втратили дім, часто відчувають, ніби «втратили частину себе», що ускладнює процес адаптації навіть за умов матеріальної підтримки [4, с.29].

Втрата простору, у якому формувався досвід, призводить до кризи ідентичності, тому психологічна допомога цій категорії осіб має бути спрямована не лише на подолання тривоги, а й на відновлення відчуття цілісності особистості. Саме через це психологічна підтримка не може обмежуватись лише короткостроковими кризовими інтервенціями. Вона повинна включати роботу з внутрішніми ресурсами, розвитком стійкості, формуванням нових стратегій самопідтримки та побудовою життєвих перспектив [1, с.15; 9, с.57]. Практика доводить, що позитивний ефект досягається лише тоді, коли допомога поєднує індивідуальну та групову терапію, сприяє відновленню соціальних зв'язків і створює безпечний простір для переосмислення втрати [7, с.23]. У цьому контексті особливого значення набуває системна психологічна допомога, спрямована на відновлення базового відчуття безпеки, стабільності та підтримки, що створює основу для подальшої адаптації до нових життєвих умов.

Таким чином, втрата житла стає не лише матеріальною, а й психологічною травмою, що потребує глибокого наукового осмислення та цілісної стратегії подолання. Важливість цього питання обумовлена не лише масштабом проблеми, а й її впливом на психічне здоров'я нації в цілому, адже саме від рівня психологічної стійкості кожної особистості залежить здатність суспільства до відновлення після кризи [3, с.26].

Важливим аспектом у подоланні психологічних наслідків втрати нерухомого майна є розуміння механізмів адаптації людини до травматичних подій. Сучасні дослідники наголошують, що переживання втрати має кілька етапів: шок, заперечення, усвідомлення, прийняття та поступова адаптація. Кожен із цих етапів потребує відповідної психологічної підтримки, спрямованої на зниження рівня стресу, стабілізацію емоційного стану та відновлення внутрішніх ресурсів [6, с.134].

Як зазначає О. Лазаренко, ефективність психосоціальних інтервенцій значною мірою залежить від здатності фахівця не лише реагувати на поточні емоційні прояви постраждалого, а й вибудовувати довготривалу стратегію допомоги, спрямовану на зміцнення його саморегуляційних механізмів [7, с.11]. Такий підхід дає змогу не просто зменшити наслідки стресу, а й допомагає

особистості поступово повернутися до активного соціального життя, знайти нові смисли та цілі.

Подолання наслідків психологічної втрати - складний і тривалий процес, який потребує інтеграції різних теоретичних підходів. У сучасній українській психологічній науці виокремлюють кілька основних напрямів, які визначають стратегії допомоги людям, що втратили житло внаслідок війни: когнітивно-поведінковий, гуманістичний, екзистенційний, ресурсно-орієнтований і кризово-травматичний. Наприклад, когнітивно-поведінкова терапія допомагає змінити деструктивні переконання, пов'язані з відчуттям безнадії, втрати контролю або провини. Застосування технік когнітивної реструктуризації допомагає замінити деструктивні думки («я більше нічого не маю», «моє життя закінчилось») на реалістичніші установки, спрямовані на відновлення контролю над власним життям [4, с.31; 8, с.22].

Гуманістичний підхід акцентує увагу на підтримці внутрішнього потенціалу особистості, сприяючи відновленню самооцінки й віри у власні сили. Системна модель, представлена у роботі Н. Квітки, розглядає людину як частину соціальної структури, де психологічна допомога має бути спрямована не лише на індивідуальні переживання, а й на взаємодію з родиною, спільнотою та соціальним середовищем [6, с. 186].

В умовах війни особливо актуальними стають групові форми психологічної підтримки, що сприяють зменшенню відчуття ізоляції, формуванню почуття приналежності та взаємної довіри. У процесі групової терапії відбувається активізація внутрішнього ресурсу особистості, який стає основою для психологічної стійкості [5, с. 48]. Саме на розвиток цього ресурсу спрямовані сучасні програми реабілітації внутрішньо переміщених осіб, які поєднують індивідуальні консультації, арт-терапію, тілесно-орієнтовані практики та соціальне наставництво [9, с. 58].

Екзистенційний підхід акцентує увагу на переосмисленні сенсу життя після втрати. Як підкреслює Л. Романовська, навіть у стані глибокої травми людина здатна знаходити смисл у нових обставинах, що стає точкою відновлення її внутрішнього «я» [9, с.59]. У цьому контексті важливою стає робота з відчуттям провини за збереження власного життя чи неможливість захистити своє майно, ажде це частий феномен серед постраждалих унаслідок війни.

Ресурсно-орієнтований підхід передбачає допомогу людині в пошуку внутрішніх і зовнішніх ресурсів віри, підтримки оточення, здібностей до адаптації. Це дає змогу зменшити рівень тривожності, підвищити самооцінку та сприяє формуванню відчуття власної ефективності. Особливої уваги заслуговує методика ресурсно-орієнтованих інтервенцій, описана Ю. Бурдейною. Вона доводить, що навіть короткотривалі психологічні втручання, спрямовані на виявлення та актуалізацію внутрішніх ресурсів особистості, здатні значно підвищити рівень її суб'єктивного благополуччя та мотивації до дії [2, с.31]. Застосування таких методик допомагає людині перейти від пасивного переживання втрати до активного відновлення власного життя. У свою чергу, кризово-травматичний підхід описаний у працях К. Захарової [3, с.45] пропонує системну підтримку постраждалих через три етапи: стабілізацію емоційного

стану, інтеграцію травматичного досвіду у власну історію життя та формування нових стратегій майбутнього. Цей підхід поєднує короткострокові інтервенції з довготривалими програмами психологічного супроводу, що особливо ефективно для осіб, які пережили втрату майна та змушені адаптуватися до нових умов проживання.

Дослідження показують, що найвищий рівень стресу спостерігається у тих осіб, які залишилися без житла та не отримали належної психологічної підтримки в перші тижні після події [8, с.7]. Це свідчить про необхідність оперативного реагування системи кризової допомоги, зокрема створення мобільних психологічних груп у місцях тимчасового перебування постраждалих. Крім того, ефективною визнано практику інтеграції фахівців-психологів у команди соціальних служб і волонтерських організацій, що забезпечує безперервність допомоги на всіх етапах адаптації.

Водночас у процесі психологічної підтримки важливо враховувати не лише індивідуальні, а й соціокультурні чинники. Втрата житла часто пов'язана із втратою соціального статусу, спільноти, звичного способу життя, що може посилювати відчуття відчуження та безнадії. Тому інтервенції мають бути комплексними, включати не лише психологічні, а й соціальні, освітні та реабілітаційні компоненти [4, с.62].

Головною метою сучасної психологічної допомоги є не просто зменшення симптомів стресу, а відновлення цілісності особистості та її здатності до саморозвитку навіть у найважчих умовах [9, с.60]. Такий підхід формує основу для довгострокової стабільності психічного стану постраждалих і підвищує їхню готовність до інтеграції у нові соціальні умови.

В умовах повномасштабної війни в Україні проблема психологічних наслідків втрати нерухомого майна набуває не лише індивідуального, а й суспільного виміру. За даними досліджень Д. Мірошнікова [4, с.27], близько 70% осіб, які втратили житло, переживають хронічну тривожність, депресивні реакції та труднощі в адаптації до нових соціально-побутових умов. Значна частина постраждалих демонструє зниження рівня особистісного благополуччя, що потребує цілеспрямованої психологічної допомоги [5, с.14].

Сучасна система психологічних інтервенцій в Україні формується на основі міжнародних стандартів кризової підтримки, адаптованих до українського контексту. У працях О. Лазаренка [10, с.7] зазначається, що ефективна допомога передбачає поєднання короткотермінових стабілізаційних методик (наприклад, дихальних технік чи методів заземлення) з довготривалими програмами психосоціальної підтримки, спрямованими на інтеграцію травматичного досвіду.

Особливе значення має розвиток програм групової терапії для внутрішньо переміщених осіб, де ключову роль відіграє взаємна підтримка та обмін досвідом подолання. Як зазначає Ю. Бурдейна [6, с.21], участь у таких програмах сприяє підвищенню рівня особистісного благополуччя та допомагає сформуванню нової життєвої перспективи. Також важливими залишаються тренінги відновлення базового відчуття безпеки та роботи з тілесними реакціями на стрес - напрям, який нині активно розвивається у практиці кризової психології.

Системна психологічна допомога має спиратися не лише на індивідуальну роботу з постраждалими, але й на створення цілісного середовища підтримки: консультаційних центрів, програм психологічної освіти, реабілітаційних просторів. Така інтегрована модель дозволяє переходити від реактивного реагування на травму до профілактики її наслідків, формуючи у людини відчуття соціальної включеності та довіри до оточення.

Отже, психологічні наслідки втрати нерухомого майна є багатограним феноменом, який поєднує емоційні, когнітивні та соціальні аспекти. Їх подолання можливе лише за умови застосування комплексних інтервенцій, що враховують індивідуальні особливості людини, специфіку втрати та соціальний контекст. У перспективі подальших досліджень доцільно зосередитись на розробленні ефективних моделей групової терапії, вивченні динаміки відновлення психологічної стійкості та оцінці довготривалих результатів психотерапевтичних програм.

Таким чином, формування системної моделі психологічної допомоги постраждалим від втрати житла внаслідок війни є важливим кроком до зміцнення психологічного здоров'я нації та соціальної стабільності українського суспільства.

#### **Список використаних джерел:**

1. Адаменко С. М., Бобров О. В., Кузнецова А. М. Психологічні аспекти тривожності та її корекції в умовах війни. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: Психологія*. 2022. Вип. 50. С. 19–24.
2. Бурдейна Ю. С. Вплив психологічних інтервенцій на підвищення особистісного благополуччя внутрішньо переміщених осіб. Аналітичний матеріал. 2024. 18 с.
3. Захарова К. Ю. Психологічна допомога внутрішньо переміщеним особам внаслідок війни в Україні. Методичні рекомендації. 2024. 24 с.
4. Кісарчук З., Лазос Г., Омельченко Я., Литвиненко Л., Вовчик-Блакитна О. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник. Київ : ТОВ «Видавництво «Логос», 2015. 248 с.
5. Ковальчик С., Легка А., Христюк О. Психологічний супровід та підтримка внутрішньо переміщених осіб з метою пошуку внутрішнього ресурсу. Львів : ЛДУВС, 2024.
6. Квітка Н. В. Системна психологічна допомога цивільному населенню дорослого віку, яке постраждало через наслідки війни: дис. ... канд. психол. наук. Криворізький державний педагогічний університет, 2025. 245 с.
7. Лазаренко О. В. Порівняльний аналіз особливостей психосоціальних інтервенцій в ході психологічної допомоги ВПО, які постраждали внаслідок війни. Науково-аналітичний огляд. 2025. 22 с.
8. Мірошніков Д. О. Психологічні особливості подолання стресу українців, які втратили дім внаслідок військових дій. Науково-практичний звіт. 2024. 16 с.
9. Романовська Л., Олійник К. Методи ефективної психологічної допомоги постраждалим під час війни в Україні. *Науковий часопис УДУ імені Михайла Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2024. С. 54–61.