



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. Станішевська В. І. Гриньова Н. В. Арт-терапія. Методичні рекомендації. Умань. ВПЦ «Візаві» 2022. 37 с.
5. Тараріна О. Практикум по арт-терапії в роботі з дітьми: навч. посіб. Київ: Астамір-В, 2019. 256 с.
6. Тараріна О. Практикум по арт-терапії: скринька майстра. Київ: Астамір-В, 2021. 224 с.
7. Яковенко О.С. Особливості арт-терапевтичного підходу в роботі з підлітками: розвиток комунікативних навичок і соціальної адаптації. Актуальні питання психології розвитку, 3(12), с.22-29. 2019.

ДЕСНОВА Ірина,

кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри практичної психології,
Маріупольський державний університет

ГРА ЯК ПРОСТІР БЕЗПЕКИ, ДОВІРИ Й ВІДНОВЛЕННЯ У ВИХОВАННІ БЕЗПЕЧНОЇ ПОВЕДІНКИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У наш час дошкільна освіта дедалі виразніше постає не лише простором розвитку, навчання й соціалізації дитини, а й середовищем підтримання її психологічної, емоційної та соціальної безпеки. Дитина дошкільного віку не може повною мірою самостійно оцінювати ризики, прогнозувати наслідки власних дій або послідовно застосовувати правила безпечної поведінки в нових життєвих обставинах. Тому виховання безпечної поведінки має спиратися не на формальне засвоєння заборон, а на проживання доступних дитині ситуацій, у яких вона вчиться розпізнавати небезпеку, звертатися по допомогу, діяти обережно, довіряти значущому дорослому й водночас поступово набувати досвіду самостійності.

У цьому контексті особливого значення набуває гра. Вона є природним способом буття дитини дошкільного віку, формою пізнання світу, засобом емоційного самовираження й способом опрацювання життєвого досвіду. Через

гру дитина не лише відтворює знайомі події, а й моделює можливі ситуації, перевіряє межі власної активності, пробує різні способи дії, засвоює правила взаємодії з іншими людьми. Саме тому гра може бути осмислена як простір безпеки, довіри й відновлення, у якому виховання безпечної поведінки набуває не повчального, а життєво наближеного характеру.

Аналіз наукових джерел засвідчує, що проблема безпеки й розвитку дитини дошкільного віку має міждисциплінарний характер. Теоретичні засади гри як провідного типу діяльності дошкільника розкрито у працях І. Деснової, М. Замелюк, К. Крутій. Дослідниці аналізують дефініцію гри, її роль у розвитку дошкільника, зв'язок ігрової діяльності з формуванням соціального досвіду й активності дитини [1]. У подальших працях І. Деснової, М. Замелюк, К. Крутій та О. Поповської, акцентовано увагу на організації ігрової діяльності й створенні ігрового середовища як умови формування уміння поводитись безпечно [4; 5].

Окремий напрям становлять дослідження виховання безпечної поведінки дошкільників. Так, науковиця Л. Карнаух розглядає безпечну поведінку дітей дошкільного віку в соціальному середовищі, що дає підстави осмислювати безпеку не лише як знання правил, а як здатність дитини діяти відповідно до соціальних ситуацій, характеру взаємодії та наявності дорослого супроводу [2]. Вагомий внесок у розуміння розвивального потенціалу гри здійснено у закордонних дослідженнях. Так, дослідник Д. Берген (D. Bergen) розкриває роль уявної гри в когнітивному розвитку дитини, зокрема її значення для символічного мислення, мовлення, регуляції дій і розуміння соціальних ситуацій [6]. Науковець К. Гінсбург (K. Ginsburg) обґрунтовує значення гри для здорового розвитку дитини та зміцнення дитячо-батьківських зв'язків [8]. Науковці М. Йогман (M. Yogman), А. Гарнер (A. Garner), Дж. Хатчінсон (J. Hutchinson) та інші розглядають гру як чинник цілісного розвитку, соціально-емоційного благополуччя й підтримки взаємодії дитини з дорослими [10].

Особливе місце посідають праці, присвячені ризикованій грі. Дослідники М. Бруссоні (M. Brussoni), Л. Олсен (L. Olsen), І. Пуке (I. Pike). Е. Сандсеттер (E. Sandseter) та інші доводять, що контрольований ризик в ігровій діяльності не

суперечить безпеці, а за певних педагогічних умов сприяє розвитку саморегуляції, обережності, упевненості й здатності оцінювати власні можливості [7; 9]. Ця позиція є важливою для дошкільної освіти, оскільки надмірне вилучення будь-якого ризику з дитячого досвіду може зменшувати можливості для формування реалістичного уявлення про небезпеку.

Поняття «Гра як простір безпеки» передбачає, що ігрова діяльність створює для дитини умовну, але змістовно близьку до реального життя ситуацію. Наприклад, у сюжеті «Дорога до дитячого садка» дитина може побачити пішохідний перехід, транспорт, світлофор, дорослого, інших дітей. Вона не просто повторює правило, а проживає логіку дії: зупинитися, подивитися, дочекатися сигналу, триматися поруч із дорослим. Такий досвід не замінює реального навчання безпеки, але готує дитину до нього, зменшує тривогу й робить правило зрозумілим.

Гра як простір довіри виявляється в тому, що дитина охочіше засвоює правила безпеки у взаємодії з дорослим, який не залякує, не соромить і не знецінює її переживання. Дошкільник потребує впевненості, що дорослий почує його запитання, прийме емоцію, пояснить незрозуміле й допоможе знайти правильну дію. У грі ця довіра формується природно: дорослий може бути партнером, оповідачем, учасником сюжету, тим, хто підтримує, але не забирає в дитини ініціативу. Саме така позиція дорослого перетворює засвоєння правил безпеки на співдію, а не на систему наказів.

Гра як простір відновлення пов'язана з тим, що дитина дошкільного віку часто не може вербалізувати тривогу, страх, напруження або досвід небезпеки. Вона передає ці стани через рух, образ, роль, повторення сюжету. Якщо педагог уважно ставиться до ігрових проявів, гра може стати засобом м'якого повернення дитини до емоційної рівноваги. Наприклад, у грі дитина може «рятувати» іграшку, будувати «безпечний будиночок», домовлятися з персонажем, який боїться, або показувати, до кого звернутися по допомогу. Такі дії не варто тлумачити спрощено. Вони можуть бути способом символічного опрацювання переживань і відновлення почуття захищеності.

Для виховання безпечної поведінки принципово важливим є не протиставляти безпеку й активність дитини. Надмірно контрольоване середовище, у якому дитині постійно забороняють торкатися, бігати, пробувати, домовлятися, обирати, може формувати пасивність або приховане прагнення порушувати правила. Натомість ігровий простір має бути достатньо безпечним і водночас достатньо відкритим для дитячої ініціативи. Саме у такій рівновазі дитина вчиться розрізняти безпечне й небезпечне, дозволене й недоречне, ризиковане й заборонене.

У цьому контексті цінним є поняття усвідомленого ризику. У дослідженнях І. Деснової М. Замелюк та К. Крутій, ризик в іграх дітей старшого дошкільного віку розглянуто не як небажане явище, яке потрібно повністю усунути, а як педагогічно значущий досвід, що потребує спостереження, підтримки й розумного обмеження [3]. Адже дитина має не просто чути «не можна», а поступово розуміти, чому певна дія небезпечна, як змінити її, до кого звернутися, як діяти без шкоди для себе й інших. Однак, недостатньо розробленим залишається питання відновлювального потенціалу гри саме у вихованні безпечної поведінки.

Отже, гру у вихованні безпечної поведінки дітей дошкільного віку доцільно розглядати як педагогічно організований, емоційно підтримувальний і розвивальний простір. У ньому поєднуються знання про безпеку, практичне вправлення, досвід довіри, символічне проживання складних ситуацій і відновлення внутрішньої рівноваги. Виховання безпечної поведінки в ігровому просторі не зводиться до повідомлення правил. Воно передбачає створення досвіду, у якому дитина бачить небезпеку, розуміє її ознаки, пробує безпечний спосіб дії, отримує підтримку дорослого й поступово переносить засвоєне в реальне життя. Перспективним напрямом подальших досліджень є розроблення педагогічних умов, ігрових сценаріїв та методичних інструментів, що допомагають поєднати безпековий, довірчий і відновлювальний потенціал гри в освітньому процесі закладу дошкільної освіти.

Література

1. Замелюк М. І., Крутій К. Л., Деснова І. С. Створення ігрового середовища для дітей дошкільного віку. Академічні студії. Серія: Педагогіка. 2025. Вип. 1. С. 93–102. DOI: <https://doi.org/10.52726/as.pedagogy/2025.1.14>.
2. Карнаух Л. П. Виховання безпечної поведінки дітей дошкільного віку в соціальному середовищі: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Київ, 2009. URL: <https://nenc.gov.ua/doc/autoref/karnaux.pdf> (дата звернення: 17.05.2026).
3. Крутій К., Деснова І. С., Замелюк М. І. Дефініція «гра» як провідний тип діяльності дошкільника: аналіз підходів. Академічні студії. Серія: Педагогіка. 2021. Вип. 4, ч. 2. С. 84–91. DOI: <https://doi.org/10.52726/as.pedagogy/2021.4.2.13>.
4. Крутій К. Л., Деснова І. С., Поповська О. А. Організація ігрової діяльності для формування навичок безпеки в дітей дошкільного віку. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. 2024. № 97. С. 28–35. URL: <https://pedagogy-journal.kpu.zp.ua/archive/2024/97/7.pdf> (дата звернення: 17.05.2026).
5. Крутій К., Замелюк М., Деснова І. Усвідомлений ризик в іграх дітей старшого дошкільного віку. *Preschool Education: Global Trends*. 2023. Vol. 4. С. 47–74. DOI: <https://doi.org/10.31470/2786-703X-2023-4-47-74>.
6. Bergen D. The Role of Pretend Play in Children's Cognitive Development. *Early Childhood Research & Practice*. 2002. Vol. 4, no. 1. P. 1–12. URL: <https://ecrp.illinois.edu/v4n1/bergen.html> (дата звернення: 17.05.2026).
7. Brussoni M., Olsen L. L., Pike I., Sleet D. A. Risky Play and Children's Safety: Balancing Priorities for Optimal Child Development. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2012. Vol. 9, no. 9. P. 3134–3148. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph9093134>.
8. Ginsburg K. R. The Importance of Play in Promoting Healthy Child Development and Maintaining Strong Parent-Child Bonds. *Pediatrics*. 2007. Vol. 119, no. 1. P. 182–191. DOI: <https://doi.org/10.1542/peds.2006-2697>.
9. Sandseter E. B. H. Scaryfunny: A Qualitative Study of Risky Play among Preschool Children : PhD thesis. Trondheim : Norwegian University of Science and

Technology, 2010. URL: <https://hdl.handle.net/11250/270413> (дата звернення: 17.05.2026).

10. Yogman M., Garner A., Hutchinson J., Hirsh-Pasek K., Golinkoff R. M. The Power of Play: A Pediatric Role in Enhancing Development in Young Children. *Pediatrics*. 2018. Vol. 142, no. 3. Article e20182058. DOI: <https://doi.org/10.1542/peds.2018-2058>.

ДМИТРУК Марина,

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти,
Житомирський державний університет імені Івана Франка
Науковий керівник: **ТИЧИНА** Ірина, кандидат психологічних наук,
доцент, доцент кафедри соціальної та практичної психології,
Житомирський державний університет імені Івана Франка

ПРОБЛЕМА ВПЛИВУ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ НА СОЦІАЛІЗАЦІЮ ПІДЛІТКІВ

В умовах сучасних суспільних трансформацій процес соціалізації підлітків набуває особливої гостроти. Сім'я залишається первинним інститутом соціалізації, де закладаються основи світосприйняття та патерни соціальної взаємодії. Проте дестабілізація традиційних сімейних цінностей та зростання рівня стресу в суспільстві актуалізують потребу переосмислення впливу батьківського виховання на здатність підлітка успішно інтегруватися в соціум.

Проблема соціалізації підлітків в умовах сучасних суспільних викликів набуває стратегічного значення для формування майбутнього людського капіталу країни. Сім'я, як первинне середовище зростання, виступає головним медіатором між дитиною та суспільством. Саме в родинному колі закладаються базові когнітивні та емоційні схеми, що визначають здатність особистості до адаптації, співпраці та активної громадянської позиції.

Питання сімейного виховання та соціалізації особистості перебувають у центрі уваги багатьох вітчизняних науковців, зокрема: