

VI Міжнародна наукова конференція «ВОЄННІ КОНФЛІКТИ ТА ТЕХНОГЕННІ КАТАСТРОФИ: історичні та психологічні наслідки» (до 40-х роковин аварії на Чорнобильській АЕС)  
cpi.int/news/situation-ukraine-icc-judges-issue-arrest-warrants-against-vladimir-vladimirovich-putin-and (дата звернення: 10.04.2026).

6. Про Звернення Верховної Ради України до парламентів та урядів іноземних держав, міжнародних організацій та їх міжпарламентських асамблей щодо засудження вчинених російською федерацією та республікою білорусь злочинів примусової депортації українських дітей 03 травня 2023 р. № 3099-IX. [https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/3099-20?utm\\_source=chatgpt.comText](https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/3099-20?utm_source=chatgpt.comText) (дата звернення: 12.04.2026).

7. Bring Kids Back. URL: <https://www.bringkidsback.org.ua/uk>

УДК 159.9

**Сеник К.; Чорна І., канд. психол. наук, доц.**

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, Україна

### **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВІВ ТРИВОЖНОСТІ СЕРЕД СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

***Анотація.** У статті проаналізовано наукові дослідження вітчизняних психологів щодо стану тривожності та особливостей його прояву у студентській молоді. Представлено результати дослідження психологічних особливостей прояву тривожності у студентській молоді.*

***Ключові слова:** тривожність, емоційне навантаження, психологічна стійкість, тривожні реакції.*

**Senyk K.; Chorna I., Ph.D. (Psych.), Assoc. Prof.**

Ternopil Ivan Puluj National Technical University, Ukraine

### **PSYCHOLOGICAL FEATURES OF MANIFESTATIONS OF ANXIETY AMONG YOUTH STUDENTS IN CONDITIONS OF MARTIAL LAW**

***Abstract.** The article analyzes scientific research by domestic psychologists on the state of anxiety and the features of its manifestation in student youth. The results of the study of the psychological features of the manifestation of anxiety in student youth are presented.*

***Keywords:** anxiety, emotional stress, psychological stability, anxiety reactions.*

Початок повномасштабної війни та поглиблення нестабільної ситуації в державі зумовили суттєві зміни у психічному здоров'ї населення. Тривожні стани у студентів в умовах воєнного стану мають специфічні психологічні особливості, безпосередньо пов'язані з високим рівнем невизначеності, постійною небезпекою та відчуттям втрат. Війна значно посилює психологічне та емоційне навантаження на молодь, провокуючи стійке почуття безпорадності, інтенсивну тривогу за майбутнє та хронічне занепокоєння щодо власної безпеки. Такі тривалі стани внутрішньої напруги без належної корекції можуть призвести до серйозних порушень психологічної адаптації та виснаження адаптаційних ресурсів особистості.

Проблема зростання тривожності серед молоді під впливом повномасштабної війни демонструє гостру зацікавленість наукової спільноти у вивченні психологічної стійкості цієї категорії осіб у кризових станах. Значна частина сучасних досліджень зосереджена на моніторингу рівнів ситуативної та особистісної тривоги серед студентів, які перебувають під постійним тиском воєнного конфлікту. Зокрема, ВООЗ та інші міжнародні організації відзначають, що збройна агресія сприяє різкому підвищенню показників тривожних станів у молодих людей, які вперше стикаються з екстремальними викликами. Основними факторами ризику, що провокують внутрішню напругу, виступають безпосередня загроза насильства, втрата соціальних зв'язків та хронічна невпевненість у майбутньому. Завдяки цим напрацюванням велика увага приділяється створенню спеціалізованих програм, спрямованих

на захист ментального здоров'я, надання екстреної підтримки та профілактику гострих тривожних реакцій у молодіжному середовищі.

Проблема тривожності стала предметом дослідження Клименко С. В., Кравченко К. С., Литвин А. А., Литвин, І. О., Циганчук Т. В. та інших науковців [1; 2; 3; 4].

У дослідженні взяли участь 30 респондентів, здобувачів вищої освіти Тернопільського національного технічного університету імені Івана Пулюя.

Для збору емпіричних даних були застосовані методика «Шкала тривожності Бека» та «Шкала тривожності Спілберга-Ханіна», що дозволило комплексно оцінити психологічний стан та рівень травматизації опитаних.

За результатами Шкали тривожності Бека (BAI), у більшості респондентів було зафіксовано легкий (36,6%) та помірний (30%) рівні тривожності, наявність у досліджуваних чітко виражених когнітивних та соматичних симптомів, які відповідають клінічній картині тривожних розладів.

Решта учасників опитування розподілилася між групами з критично високим рівнем тривоги (виражена симптоматика) (16,7%) та групою з мінімальними показниками (16,7%), у яких ознаки тривожності практично відсутні. Такий розподіл результатів дозволяє констатувати неоднорідність психологічного стану молоді, проте підтверджує загальну тенденцію до підвищення тривожності в умовах сучасних викликів.

Дані, отримані за Шкалою самооцінки тривожності Спілберга-Ханіна, показали наступне:

1. Реактивна тривожність спостерігалася на клінічно значущому рівні (вище норми) у значної частини опитаних, що свідчить про гостру реакцію на поточні стресові події.

2. Особистісна тривожність також мала тенденцію до підвищення, особливо у тих респондентів, чия індивідуальна схильність до тривожних реакцій посилювалася під впливом зовнішніх загроз.

Аналіз результатів продемонстрував, що більшість учасників дослідження мають високі показники тривожності, які корелюють із пережитим досвідом травматизації в умовах воєнного стану. Досвід тривалого перебування у стресогенному середовищі прямо пов'язаний із інтенсивністю симптомів.

Кореляційний аналіз виявив зв'язки:

1. Між показниками реактивної тривожності (Спілберг-Ханін) та загальним балом тривожності за Беком ( $r = 0,78$ ;  $p < 0,01$ );

2. Між рівнем особистісної тривожності та клінічними проявами тривоги за шкалою Бека ( $r = 0,65$ ;  $p < 0,01$ ).

3. Між показниками реактивної тривожності (РТ) та особистісної тривожності (ОТ) склав  $r = 0,72$  (при  $p < 0,01$ ), що вказує взаємозв'язок між цими двома параметрами.

Отримані дані свідчать про те, що чим вищою є схильність особистості сприймати навколишній світ як потенційно загрозливий (ОТ), тим інтенсивніше проявляється стан емоційної напруги та стресу в конкретних життєвих обставинах (РТ). Це підтверджує, що актуальний рівень тривоги студентів в умовах воєнного стану значною мірою детермінований їхніми внутрішніми індивідуально-психологічними особливостями.

Висновки: за результатами дослідження за методикою Спілберга-Ханіна, у 86,7% респондентів спостерігається підвищений рівень реактивної тривожності (сумарно помірний та високий рівні), що відображає гостру реакцію на психосоціальне навантаження; високий рівень особистісної тривожності зафіксовано у 40% учасників, що вказує на сформовану схильність до тривожних станів у значної частини вибірки; виявлений кореляційний зв'язок ( $r = 0,72$ ) між показниками реактивної тривожності (РТ) та особистісної тривожності (ОТ) свідчить, що психологічна дезадаптація молоді має системний характер і потребує комплексного підходу; отримані результати підтверджують гостру потребу в розробці та впровадженні програм психологічного супроводу та тренінгів стресостійкості для студентської молоді; дані дослідження доводять високу актуальність моніторингу

емоційного стану молодих людей в умовах тривалого впливу травмуючих чинників воєнного часу.

Проведене дослідження дало змогу виявити наявність взаємозв'язку між рівнями тривожності та впливом травматичних подій, що відображають характеристики соціального та середовищного контексту життя респондентів. Також було встановлено, що особи з меншим внутрішнім ресурсом стійкості або слабкою соціальною підтримкою частіше демонстрували критично високі рівні тривожності. Це підтверджує, що ситуативна напруга (реактивна тривожність) у поєднанні з соматичними симптомами (за Беком) значно обтяжує психологічний стан студентської молоді у кризовий період.

Таким чином, отримані результати підтверджують, що взаємозв'язок між тривожними станами і чинниками зовнішнього середовища (травматичний досвід, соціальна підтримка) є суттєвим. Це підкреслює необхідність комплексного підходу до психологічної підтримки, з урахуванням як індивідуальних особливостей, так і впливу життєвих обставин. Результати дослідження підтвердили актуальність проблеми психоемоційного виснаження молоді та необхідність впровадження профілактичних психотерапевтичних заходів. Перспективи подальших досліджень вбачаємо у розробці тренінгової програми для зниження рівня тривожності в студентській молоді.

### Джерела та література

1. Клименко С. В.. Особливості переживання воєнної травми студентами. *Психологія і суспільство*. Київ, 2022. № 3, С. 91-97.
2. Кравченко К. С.. Психологічна профілактика емоційного вигорання та тривожних станів у студентської молоді. *Актуальні проблеми психології*. Київ, 2020. Т. 19, Вип. 1, С. 45-52.
3. Литвин А. А., Литвин, І. О.. Психологічна підтримка студентів у кризовий період. *Освіта і розвиток обдарованої особистості*. Київ, 2022. № 8, С. 110-115.
4. Циганчук Т. В.. Динаміка переживання стресу студентами 1-4 курсів ВНЗ. *Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. Київ, 2010. С. 120-128.

УДК 159

**Сеньовська Н., канд. пед. наук, доц.; Нестайко І., канд. пед. наук, доц.**

Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, Україна

### ТРАВМОІНФОРМОВАНИЙ ПІДХІД В ОСВІТІ: РЕКОМЕНДАЦІЯ ЧИ НЕОБХІДНІСТЬ?

**Анотація.** У роботі описано травмоінформований підхід в освіті. Обґрунтовано необхідність його застосування у зв'язку із негативним впливом сучасної російсько-української війни. Аргументовано основи впровадження травмоінформованого підходу як необхідну частину підготовки сучасних українських педагогів.

**Ключові слова:** травмоінформований підхід в освіті, вплив російсько-української війни на освітній процес.

**Senovska N., Ph.D. (Ped.), Assoc. Prof.; Netaiko I., Ph.D. (Ped.), Assoc. Prof.**

Ternopil Volodymyr Hnatiuk National Pedagogical University, Ukraine

### TRAUMA-INFORMED APPROACH IN EDUCATION: RECOMMENDATION OR NECESSITY?

**Abstract.** The paper describes the trauma-informed approach in education. The necessity of its application is justified in connection with the negative impact of the modern Russian-Ukrainian war. The foundations of the implementation of the trauma-informed approach as a necessary part of the training of modern Ukrainian teachers are argued.