

МІЖНАРОДНА НАУКОВО-ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦІЯ
INTERNATIONAL SCIENTIFIC-PRACTICAL CONFERENCE

ГЛОБАЛЬНІ ВИКЛИКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ
НАУКИ, ОСВІТИ Й ТЕХНОЛОГІЙ У ХХІ СТОЛІТТІ

GLOBAL CHALLENGES AND PROSPECTS FOR THE DEVELOPMENT OF
SCIENCE, EDUCATION, AND TECHNOLOGY IN THE 21ST CENTURY

Збірник тез доповідей
Book of abstracts



17 жовтня 2025 р.
October 17 2025

м. Рівне, Україна
Rivne, Ukraine



МІЖНАРОДНА НАУКОВО-ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦІЯ
INTERNATIONAL SCIENTIFIC-PRACTICAL CONFERENCE

ГЛОБАЛЬНІ ВИКЛИКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ
НАУКИ, ОСВІТИ Й ТЕХНОЛОГІЙ У ХХІ СТОЛІТТІ

GLOBAL CHALLENGES AND PROSPECTS FOR THE
DEVELOPMENT OF SCIENCE, EDUCATION, AND
TECHNOLOGY IN THE 21ST CENTURY

Збірник тез доповідей
Book of abstracts

17 жовтня 2025 р.
October 17 2025

м. Рівне, Україна
Rivne, Ukraine



УДК 159.9:364-43

Бакушина К. С.

курсант,

НУЦЗ України

Несен І. О.

доктор філософії,

доцент кафедри інженерної та аварійно-рятувальної техніки,

НУЦЗ України

ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ВОЛОНТЕРІВ У ВІЙСЬКОВИЙ ЧАС

Актуальність дослідження психологічного здоров'я волонтерів у період воєнного часу зумовлена постійним зростанням викликів, з якими вони стикаються у своїй діяльності. Волонтери, що активно допомагають постраждалим від бойових дій, перебувають під впливом високого рівня стресу, емоційного виснаження та мають підвищений ризик розвитку посттравматичних розладів [1, с. 12; 2, с. 18]. Психоемоційний стан цих людей безпосередньо впливає на якість і ефективність їхньої допомоги, тому турбота про психологічне благополуччя волонтерів стає не лише індивідуальною, а й суспільною необхідністю [3, с. 7].

Психологічне здоров'я розглядається як багатокomпонентна система, що включає емоційну стабільність, соціальну підтримку, мотивацію, стресостійкість і здатність до саморегуляції [2, с. 20]. Саме взаємодія цих елементів формує цілісність особистості волонтера та його готовність ефективно діяти в умовах постійного напруження.

Психологічне здоров'я волонтерів – це багатовимірна структура, що поєднує взаємопов'язані компоненти, які забезпечують їхню стійкість, витривалість та ефективність у роботі [1, с. 14]. Одним із ключових чинників є емоційна стабільність, що передбачає здатність зберігати спокій, самоконтроль і керувати власними емоціями у стресових ситуаціях [2, с. 23]. Важливе місце посідає когнітивна гнучкість, яка дозволяє адаптуватися до нових обставин, приймати раціональні рішення та творчо реагувати на невизначеність [3, с. 9]. Не менш значущою є соціальна компетентність, що забезпечує ефективну взаємодію з людьми, емпатію, здатність до підтримки та побудови довірливих стосунків, що особливо важливо для командної роботи [1, с. 16].

Високий рівень стресостійкості є критично необхідним для волонтерів, адже їхня діяльність пов'язана з інтенсивним емоційним і фізичним навантаженням [2, с. 25]. Ця якість дає змогу зберігати працездатність і психічне здоров'я навіть за умов тривалого напруження. Важливу роль відіграють також особистісні ресурси – самооцінка, впевненість у собі, внутрішня мотивація та усвідомлення власної ролі у суспільстві, які виступають джерелом внутрішньої сили та підтримки [3, с. 10].

Не можна ігнорувати тісний зв'язок психологічного та фізичного здоров'я: регулярний відпочинок, фізична активність, збалансоване харчування й достатній сон сприяють

зниженню рівня стресу та підтримці внутрішньої рівноваги [1, с. 19]. Крім того, важливою умовою збереження психоемоційного стану є соціальна підтримка з боку колег, друзів та родини, яка допомагає зменшити психологічне навантаження та створює передумови для емоційного відновлення [2, с. 26].

Отже, структура психологічного здоров'я волонтерів формується завдяки гармонійній взаємодії емоційних, когнітивних, соціальних і фізичних компонентів, а її міцність посилюється зовнішньою підтримкою та внутрішньою мотивацією [3, с. 11]. Збалансований розвиток цих аспектів є запорукою успішної волонтерської діяльності, ефективної допомоги іншим і збереження власного особистісного благополуччя.

Список літератури

1. Асеева Ю. О., Плахотний О. А. Ментальне здоров'я волонтерів у воєнний період: посттравматичні симптоми та вигоряння [Електронний ресурс] / Ю. О. Асеева, О. А. Плахотний. – Режим доступу: <https://journals.oneu.od.ua/index.php/mh/article/download/62/59>
2. Савиченко О. М., Лущик А., Мельниченко С., Шуневич Є. Психічне здоров'я волонтерів в умовах війни [Електронний ресурс] / О. М. Савиченко, А. Лущик, С. Мельниченко, Є. Шуневич. – Режим доступу: <https://journals.oa.edu.ua/Psychology/article/view/4028/3674>
3. Мельниченко С. Особливості психічного здоров'я волонтерів залежно від напрямків їхньої діяльності [Електронний ресурс] / С. Мельниченко. – Режим доступу: <https://eprints.zu.edu.ua/38797/1/Melnichenko.pdf>

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

ГЛОБАЛЬНІ ВИКЛИКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ НАУКИ, ОСВІТИ Й ТЕХНОЛОГІЙ У XXI СТОЛІТТІ

Збірник тез доповідей Міжнародної
науково-практичної конференції
м. Рівне,
17 жовтня 2025 р.

Українською та англійською мовами

Відповідальний за випуск: Загородний І. Д.

Художній редактор: Михайленко К. В.

Коректор: Остаповець Н. М.

Дизайнери й верстальники: Артеменко А. А, Григоренко Л. О.

Формат 60x84/16. Гарнітура Calibri Light. Умовн. друк. арк. 8,2

Всі права захищені.

Відповідальність за зміст матеріалів несуть автори.

Редакційна колегія може не поділяти думок авторів.



Офіційний сайт: <http://www.economics.in.ua>