

ЗВІТ ПРО РОБОТУ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ЦЕНТРУ КИЇВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ КУЛЬТУРИ І МИСТЕЦТВ ЗА 2025 РІК



2025 року пріоритетним напрямом діяльності Соціально-психологічного центру Київського національного університету культури та мистецтв (далі – Центр) був психологічний супровід освітнього процесу в умовах дії правового режиму воєнного стану.

Війна справляє значний вплив на психологічний стан людей, створює численні виклики для їхнього емоційного й морального добробуту. Постійна напруга, невизначеність щодо майбутнього, втрата близьких або переживання за рідних на фронті можуть провокувати відчуття тривоги, страху, безсилля та навіть депресію.

Такі обставини також впливають на здатність людей до навчання, концентрації та продуктивності. Багато студентів мають труднощі з адаптацією до змінюваних умов навчального процесу.

За таких складних обставин особливо важливо спрямувати зусилля на створення сприятливого психологічного середовища у закладах освіти. Психологічна підтримка й створення комфортних умов для відновлення емоційної рівноваги є надзвичайно важливими для забезпечення психологічного здоров'я як студентської молоді, так і науково-педагогічних працівників університету в період воєнних потрясінь.

Консультанти Центру проводили індивідуальні та групові консультації, трансформаційні ігри, тренінги, вебінари та практикуми. Центр продовжував здійснювати моніторингову, діагностичну, методичну та науково-дослідницьку діяльність. Співробітники Центру проводили психологічні опитування та оперативно реагували на виявлені під час проведених досліджень потреби здобувачів освіти.

ІНДИВІДУАЛЬНІ ТА ГРУПОВІ КОНСУЛЬТАЦІЇ



Щоденно в Центрі проводяться індивідуальні психологічні консультації.

По допомогу звертаються здобувачі вищої освіти всіх рівнів і факультетів, а також співробітники університету. У 2025 році основними темами звернень відвідувачів Центру були емоційні та особистісні труднощі, зокрема підвищений рівень тривожності та хронічна втома. Відвідувачі часто описували свої стани як «втрата концентрації», «розгубленість», «емоційне виснаження», а також зазначали наявність сумнівів щодо обраної професії та власного майбутнього.

Серед ключових запитів, з якими зверталися відвідувачі, можна виокремити:

- підвищена тривожність, внутрішня напруга, нав'язливі думки;
- емоційне вигорання, втома, апатія;
- труднощі з концентрацією уваги та зниження продуктивності;
- невпевненість у собі, занижена самооцінка, відчуття власної нецінності;
- сумніви у професійному виборі, пошук себе та самореалізації;
- труднощі у міжособистісних стосунках (з батьками, партнерами, однолітками);
- проблеми з особистими кордонами та їх відстоюванням;
- страх оцінки з боку інших, залежність від чужої думки;
- переживання самотності та нестачі підтримки;
- труднощі у вираженні та усвідомленні власних емоцій;
- перфекціонізм та завищені внутрішні стандарти;
- емоційна залежність та страх втрати стосунків;
- внутрішні конфлікти (між «хочу» та «треба»);
- прояви синдрому самозванця;
- запити щодо самопізнання та особистісного розвитку.

Важливе місце у консультативній роботі також займали питання налагодження відносин із батьками та значущими іншими, формування здорової самооцінки, розвиток емоційної усвідомленості та пошук внутрішніх ресурсів.

Безкоштовні індивідуальні та групові консультації проводяться з понеділка по п'ятницю з 14:00 до 18:00. Згідно з журналом консультацій за 2025 рік (журнал зберігається в Центрі), було проведено 142 індивідуальні консультації.

ТРАНСФОРМАЦІЙНІ ІГРИ



Впродовж 2025 року співробітниками Центру проводилися трансформаційні психологічні ігри.

Серед них:

«КешФло психологічний формат» – фінансово-психологічна гра-тренінг. Гра допомагає надбанню основних навичок фінансової грамотності, дає можливість побачити свої психологічні упередження щодо грошей, конкуренції та партнерства, можливості заробляти

07.03.2025

https://www.instagram.com/p/DG6BoQQsunn/?img_index=4&igsh=cWx2MWRjODJhNW1v;

17.03.2025

<https://www.instagram.com/p/DHTaaaDoe-3/?igsh=YzJrNTUxb2RldGsy>

21.03.2025

<https://www.instagram.com/p/DHdWS5jINzd/?igsh=MXVqODg1cm9mOGNrOA%3D%3D>

«Кохана» – гра про відносини та стратегії взаємодії між жінками та чоловіками, а також про жіночу самоцінність. Ця гра корисна для напрацювання власних моделей відносин.

26.03.2025

<https://www.instagram.com/p/DHq8yTiMrpR/?igsh=MXgyYnl3ZGR2OHN2>

30.04.2025

<https://www.instagram.com/p/DJE7-zRs0VA/?igsh=cWE5b3ZydmN3b2g5>

ТРЕНІНГИ, ВЕБІНАРИ, ПРАКТИКУМИ



2025 року були проведені різні тематичні тренінги, вебінари, практикуми та воркшопи для здобувачів освіти та співробітників університету.

Психологічний вебінар «Мода на згоду»

У січні 2025 року відбувся психологічний вебінар «Мода на згоду: що потрібно знати про згоду на секс і як це впливає на твоє ментальне здоров'я». Предметом обговорення були особисті кордони, фізична, психологічна та емоційна безпека у стосунках, сексуальна близькість за згодою та примусом. Піднімалися питання сексуальних домагань та харасменту.
<https://kf.knukim.edu.ua/232-psykholohichniy-vebinar-moda-na-zhodu.html>.

Психологічний марафон «Планування 2025 року»

У січні 2025 року відбувся марафон «Планування 2025 року». Впродовж 12 днів учасники марафону вчилися формулювати цілі та вибудовувати ефективні стратегії їх досягнення.

https://www.instagram.com/p/DEVp0EMO-Yp/?utm_source=ig_web_copy_link&igsh=MzRIODBiNWF1ZA%3D%3D

Психологічний тренінг «Впевнена поведінка. Як протистояти тиску. Стратегія відмови»

У лютому 2025 року відбувся психологічний тренінг «Впевнена поведінка. Як протистояти тиску. Стратегія відмови». Здобувачі вищої освіти Факультету кіно і телебачення знайомилися із стратегіями відмови, вчилися психологічні кордони, вибудовувати аналізували, як людина реагує на стресові ситуації.

<https://knukim.edu.ua/psychologichnyj-trening-vpevnena-povedinka-yak-protystoyaty-tysku-strategiya-vidmovy/>

Інтерактивний тренінг «Секрети особистих кордонів: розуміємо, будуємо, захищаємо»

У лютому 2025 відбувся інтерактивний тренінг «Секрети особистих кордонів: розуміємо, будуємо, захищаємо». На тренінгу здобувачі освіти визначили тип власних міжособистісних кордонів, проаналізували види кордонів та правила захисту особистих кордонів.

<https://knukim.edu.ua/interaktyvnyj-trening-sekrety-osobystyh-kordoniv-rozumiemo-buduyemo-zahyshhayemo/>

Психологічний тренінг «Знімаємо рожеві окуляри: як розпізнати насильство та захистити себе»

У березні 2025 відбувся психологічний тренінг «Знімаємо рожеві окуляри: як розпізнати насильство та захистити себе». На тренінгу учасники розібрали, чим відрізняється турбота від насильства, замаскованого під турботу, конструктивна критика від токсичної. Говорили про види насильства, та різновиди кордонів. В цікавому ігровому форматі учасники ознайомилися із сучасною психологічною лексикою.

<https://knukim.edu.ua/psychologichnyj-trening-znimayemo-rozhevi-okulyary-yak-rozpiznaty-nasylstvo-ta-zahystyty-tebe-2/>

Всеукраїнський арт-воркшоп «Як писали козаки?»

В квітні 2025 року відбувся всеукраїнський арт-воркшоп «Як писали козаки?», який об'єднав науковців та здобувачів освіти з різних міст України та продемонстрував можливості використання арт-терапії у різних сферах мистецтва.

<https://knukim.edu.ua/vseukrayinskyj-art-vorkshop-yak-pysaly-kozaky-v-knukim/>

Цикл сенситивних тренінгів

В квітні 2025 року був проведений цикл сенситивних тренінгів, розроблених для розвитку здібностей та розкриття потенціалу учасників. Метою тренінгів було оволодіння новими стратегіями та методами вирішення практичних задач через використання образного мислення.

<https://www.instagram.com/p/DIRGqeLIoC/?igsh=MXy3cm1xNmd4cnd2aA>
==

https://www.instagram.com/p/DIvX9iTmG_u/?igsh=MTAyenJ6aWpxZGVxeg
==

<https://www.instagram.com/p/DI1O8FooRpg/?igsh=MWRmZTZjdm9ycW1oNg>
==

Лекція-тренінг «Комунікація військових і цивільних»

Співробітники кафедри філософії і педагогіки, Центру та здобувачі освіти відвідали лекцію-тренінг «Комунікація військових та цивільних» від ветерана Збройних Сил України, волонтера Андрія Голопапи. Захід був присвячений актуальній темі побудови здорової та екологічної комунікації між військовослужбовцями, ветеранами і цивільними громадянами в суспільстві.

<https://kf.knukim.edu.ua/252-komunikatsiia-viiskovykh-ta-tsyvilnykh.html>

Вебінар-практикум «Мистецтво саморегуляції: як збалансувати та підтримувати своє психічне здоров'я»

У листопаді 2025 року відбувся вебінар-практикум для здобувачів освіти другого та третього освітніх рівнів університету на тему: «Мистецтво саморегуляції: як збалансувати та підтримувати своє психічне здоров'я». Учасники заходу розглянули питання психологічної рівноваги, емоційних ресурсів, особистих кордонів та зони комфорту, стресу та вигорання, а також їхнього впливу на організм людини.

<https://kf.knukim.edu.ua/256-vebinar-praktykum-mystetstvo-samorehuliatcii-iaak-zbalansuvaty-ta-pidtrymuvaty-svoie-psykhichne-zdorovia.html>

МОНІТОРИНГОВА ТА ДІАГНОСТИЧНА ДІЯЛЬНІСТЬ



Моніторингова та діагностична діяльність спрямована на вивчення психологічного стану здобувачів вищої освіти та їх адаптації до навчання та життя.

За результатами дослідження Центр координував свою роботу в інших напрямках своєї діяльності. Учасники досліджень отримали консультації та рекомендації згідно з отриманими результатами.

Дослідження емоційного стану здобувачів освіти.

Впродовж жовтня–листопада 2025 року були проведені два дослідження серед студентської молоді університету: «Емоційна виразність студентської молоді» та «Емоції студентської молоді: від переживання до сприйняття».

Дослідження «Емоційна виразність студентської молоді» мало на меті: визначити рівень емоційної виразності; оцінити здатність людини відкрито проявляти свої почуття; виявити схильність до стримування або пригнічення емоцій.

<https://knukim.edu.ua/wp-content/uploads/2026/04/Doslidzhennya-Emocziyna-vyraznist.pdf>

Дослідження «Емоції студентської молоді: від переживання до сприйняття» мало на меті: оцінити загальний емоційний фон студентів; визначити рівень позитивних та негативних емоцій; дослідити, як емоції сприймаються через тілесні прояви; виявити баланс між позитивними та негативними переживаннями; оцінити здатність до розпізнавання невербальних емоцій.

<https://knukim.edu.ua/wp-content/uploads/2026/04/Doslidzhennya-Emocziyi-studentskoyi-molodi.pdf>

У кожному дослідженні взяли участь по 60 студентів віком 17–22 років. Результати дослідження проаналізовано та репрезентовано у вигляді презентацій.

НАУКОВО-ДОСЛІДНА РОБОТА



Науково-дослідна діяльність у Центрі є важливим інструментом підвищення ефективності роботи із здобувачами вищої освіти, вивчення та впровадження новітніх наукових методик.

Наукові дослідження сприяють професійному розвитку співробітників центру, набуттю знань та навичок у сфері психології та соціальної роботи. Проведення досліджень дозволяє аналізувати сучасні соціальні виклики та розробляти нові підходи до їх вирішення.

Наукові публікації консультантів Центру:

1. Діденко М. С. Психологічні бар'єри в освіті дорослих: софобія. *Філософія культурно-мистецької освіти* : матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф., м. Київ, 27–28 берез. 2025 р. Київ, 2025. С. 40–43.
2. Дробот О. В., Коминар М. В. Особливості невербальної психосемантики у професійної діяльності фахівця. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2025. Т. 36 (75), № 2. С. 72–77.
3. Коминар М. В., Дробот О. В. Візуальна психосемантика емоційних станів осіб юнацького віку: авторська методика «Пози тіла без обличчя». *Психологія свідомості: теорія і практика наукових досліджень* : матеріали Міжн. наук.-практ. конф., 19 лист. 2025 р. Київ : Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського, 2025. С. 133–136.
4. Костюченко О. В. Соціально-психологічні аспекти функціонування перцепції у життєдіяльності та професійній самореалізації особистості : монографія. Київ : Видавничий центр КНУКіМ, 2025. 276 с.
5. Костюченко О. В. Артпрактика в гештальт-підході до антикризової інтервенції. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2025. Т. 36 (75). № 1. С. 46–52.
6. Костюченко О. В. Інтеграція нейропсихологічного, психосоматичного та анти-кризового психологічного підходів у вирішенні проблеми емоційного вигорання. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2025. Т. 36 (75). № 4. С. 161–170.
7. Костюченко О. В. Психологічні особливості сучасного навчання психологів. *Основні концепти підготовки педагогів та психологів до професійної діяльності* : матеріали до науково-педагогічного стажування (27.01–9.03.2025). Рига, 2025. С. 51–57.
8. Костюченко О. Ресурсний потенціал ольфактотерапії у набутті щастя. *Щастя та сучасне суспільство* : матеріали п'ятої міжн. наук. конф., м. Львів, 20 берез. 2025 р. Дніпро : «Середняк Т.К.», 2025. С. 65–69.
9. Костюченко О. В. Особистісно-орієнтований підхід до навчання в системі культурно-мистецької освіти. *Філософія культурно-мистецької освіти* : матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф., м. Київ, 27–28 берез. 2025 р. Київ, 2025. С. 81–84.
10. Костюченко О. В. Менталізація в основі життєстійкості людини. *Соціально-психологічні ресурси особистості в екстремальних умовах* : матер. Всеукр. наук.-практ. конф., 25 квіт. 2025 р., м. Київ. Львів – Торунь : Liha-Pres, 2025. С. 144–147.
11. Костюченко О. В. Роль творчого потенціалу особистості у відтворенні її психічного здоров'я. *Психологічні проблеми творчості* : матеріали XXV Міжн. наук. психол. Конф., 24 липн. 2025 р., м. Київ. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2025. С. 77–84.
12. Костюченко О. Синергія художньо-композиційних прийомів в основі парфумерного дизайну. *Вісник КНУКіМ. Серія «Мистецтвознавство»*. 2025. № 52. С. 172–185.
13. Костюченко О., Чопик С., Василевська О. Психологічне значення тілесного досвіду в процесі особистісної трансформації клієнта в

арттерапії. *Наукові інновації та передові технології*. 2025. № 10 (50). С. 1520–1531.

14. Кот Г., Діденко М. Освіта для дорослих: як побороти страх навчання. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2025. Вип. 83, том 2. С. 303–308.
15. Кот Г. М. Коучинг як сучасний підхід особистісно-орієнтованого навчання. *Філософія культурно-мистецької освіти* : матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф., м. Київ, 27–28 берез. 2025 р. Київ, 2025. С. 84–88.
16. Biliakovych L., Mykhailova R., **Kostiuchenko O.**, Derman L., Bryl M. Imperatives of using artificial intelligence in modern clothing design: Systematic review. *Fashion, Style & Popular Culture*. 2025. https://doi.org/10.1386/fspc_00341_1
17. Rogozhan P., Drobot O, **Kostiuchenko O.**, Stamat V., Nazarov O. Mental aspects of impactful methods in cognitive treatment. *Health Leadership and Quality of Life*. 2025. Vol. 4. P. 903.

Співробітники Центру взяли участь у наукових конференціях:

1. П'ята міжнародна наукова конференція «Щастя та сучасне суспільство» (Львів, 20.03.2025).
2. IV Всеукраїнська науково-практична конференція «Філософія культурно-мистецької освіти» (Київ, 27–28.03.2025).
3. Всеукраїнська науково-практична конференція «Соціально-психологічні ресурси особистості в екстремальних умовах» (Київ, 25.04.2025).
4. XXV Міжнародна наукова психологічна конференція «Психологічні проблеми творчості» (Київ, 24.07.2025).
5. Міжнародна науково-практична конференція «Психологія свідомості: теорія і практика наукових досліджень» (Київ, 19.11.2025).

Консультантка Центру Костюченко О. В. розробила та провела вебінари-практикуми на тему «Психологічні ресурси рівноваги і здоров'я» для завідувачів бібліотек-філій публічних бібліотек та бібліотечних працівників Харківської області та міста Харкова (11.02.2025 та 7.10.2025); для працівників закладів культури клубного типу Харківської області та міста Харкова (23.09.2025); для викладачів образотворчого мистецтва (21.10.2025). Вебінари були присвячені психологічним аспектам саморегуляції та проведені за запитом Обласного навчально-методичного центру підвищення кваліфікації працівників культосвітніх закладів.

Консультанти Центру взяли участь у міжнародних науково-педагогічних стажуваннях:

- Діденко М. С. – міжнародне науково-педагогічне стажування з педагогічних та психологічних наук «Особливості використання штучного інтелекту викладачами у сфері педагогічних та психологічних наук у професійній діяльності» (м. Рига, Латвійська Республіка, 02.06–13.07.2025 р., 180 год.).

- Костюченко О. В. – міжнародне науково-педагогічне стажування «Basic concepts of training teachers and psychologists for professional activity» (м. Рига, Латвійська Республіка, 27.02–9.03.2025 р., 180 год.).

МЕТОДИЧНА РОБОТА



Методична робота Центру спрямована на розробку інформаційних матеріалів для здобувачів освіти, спрямованих на створення в університеті сприятливого психологічного клімату.

Розроблено інформаційні матеріали з питань протидії булінгу, гендерній дискримінації, корупції в освіті, харасменту, питань запобіганню та розв'язанню конфліктних ситуацій. Матеріали розміщено для ознайомлення на електронних ресурсах Центру та популяризовано серед здобувачів освіти усіх факультетів.

ІНФОРМАЦІЙНИЙ СУПРОВІД ДІЯЛЬНОСТІ ЦЕНТРУ



Інформація про заходи, ігри, вебінари, тренінги та інше регулярно висвітлюється на сторінці Центру на сайті КНУКіМ (<https://knukim.edu.ua/soczialno-psyhologichnyj-czentr/>) та на сторінці в соціальній мережі Instagram (https://www.instagram.com/knukim_psychological_center/?_pwa=1).

Підготовка звіту:

Кириленко К. М.,
Коминар М. В.,
Стратюк В. І.

Звіт обговорено та затверджено на засіданні
кафедри філософії і педагогіки
17 грудня 2025 р. Протокол № 4