

3. НАУКОВИЙ СЕМІНАР-ПРАКТИКУМ



Віра Петрівна Чудакова,

кандидатка психологічних наук,
старша наукова співробітниця,
Інститут педагогіки НАПН України,
Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України;
академік Академії наук Турон,
психологиня, тренерка, доцентка, консультантка, коуч,
м. Київ, Україна

 <https://orcid.org/0000-0003-3801-6545>

УДК 159.923:005.336.1/5:005.591.6

DOI: [https://doi.org/10.63437/3083-6425-2025-2\(97\)-08](https://doi.org/10.63437/3083-6425-2025-2(97)-08)

ІНТЕГРАТИВНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ І ОСОБЛИВОСТІ РЕАЛІЗАЦІЇ «ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ КОНКУРЕНТОЗДАТНОСТІ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ІННОВАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ОРГАНІЗАЦІЙ» ЯК ОСНОВИ І ДІЄВОГО ЗАСОБУ ПРАКТИКИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ В ПОДОЛАННІ ПСИХОЛОГІЧНИХ ПРОБЛЕМ І ТРАВМ, РОЗВИТКУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ТА ЗДАТНОСТІ ДО ШВИДКОЇ АДАПТАЦІЇ В СКЛАДНИХ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ ЯК КОМПОНЕНТІВ МІЛІТАРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ (частина 1)

Анотація.

У публікації представлено інтегративний інструментарій реалізації авторської «Технології формування психологічних компетентностей конкурентоздатності особистості у швидкозмінних умовах інноваційної діяльності організації» як основи та дієвого засобу практики психологічної допомоги в подоланні психологічних проблем і травм, розвитку стресостійкості та здатності до швидкої адаптації особистості в складних надзвичайних ситуаціях як компонентів мілітарної ідентичності. Розкрито основні чинники актуальності, механізми і закономірності, складники і роль, ознаки особливості забезпечення психологічної допомоги. Розкрито загальний дизайн, зміст, методи і результати впровадження моделей реалізації «Технології» з використанням діагностичних, корекційних, цифрових методів, програм SPSS та штучного інтелекту.

Ключові слова: технологія; психологічна технологія; формування психологічних компетентностей конкурентоздатності особистості; діагностична модель експертизи; корекційно-розвивальна модель; рефлексивно-інноваційний тренінг-коучинг.

Продовжуємо висвітлення досвіду впровадження в практику діяльності освітніх організацій різних типів і країн результатів наукового дослідження та реалізації авторської інтегративної комплексної системи науково-методичного забезпечення технологій «формування психологічної готовності персоналу освітніх організацій до інноваційної діяльності» та «формування психологічних компетентностей конкурентоспроможності особистості в умовах інноваційної діяльності організацій» у попередніх випусках журналу «Освіта та розвиток обдарованої особистості», у рубриці

«Науковий-семінар практикум» нами опубліковано низку публікацій.

Метою публікації є представлення інтегративного інструментарію «Технології формування психологічних компетентностей конкурентоздатності особистості в умовах інноваційної діяльності організацій» як дієвого засобу практики психологічної допомоги в подоланні психологічних проблем і травм, розвитку стресостійкості та здатності до швидкої адаптації особистості в складних надзвичайних ситуаціях як компонентів мілітарної ідентичності. Авторка також має на меті: розкрити зміст головних

факторів актуальності та механізмів, закономірностей забезпечення психологічної допомоги щодо подолання наслідків травмивних ситуацій, розвитку стресостійкості та швидкої адаптації; розкрити складники і роль психологічної допомоги, а також їх взаємозв'язок із формуванням компонентів мілітарної ідентичності; описати теорію, практику й особливості реалізації забезпечення психологічної допомоги; здійснити опис ознак психотравмивної ситуації/події, психічної травми, їх роль і наслідки; описати ознаки психологічної допомоги, психологічної підтримки і самопомоги; представити зміст, структуру, результати реалізації авторської «Технології», що складається з двох моделей, а саме: 1) діагностична модель експертизи компетентностей конкурентоздатності особистості; 2) корекційно-розвивальна модель рефлексивно-інноваційного тренінгу, коучингу; представити результати їх впровадження; розкрити закономірності «забезпечення психологічної допомоги подолання наслідків травмивних ситуацій, розвитку стресостійкості та швидкої адаптації» учасників освітнього процесу як компонентів формування їх мілітарної ідентичності.

Зв'язок теми дослідження з науковими програмами, планами, темами. Наукове дослідження виконано в межах комплексних науководослідних тем: Інституту педагогіки НАПН України, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України (Київ, Україна), Ташкентського державного педагогічного університету ім. Нізамі (Ташкент, Республіка Узбекистан).

Методи. Для розв'язання поставленої мети та реалізації завдань науково-дослідної роботи використовувалися такі методи наукового дослідження: аналіз літератури з проблеми; теоретико-методологічний аналіз; синтез; узагальнення проблеми; науковий експеримент; психодіагностичні емпіричні методи; метод експертної оцінки; методи математично-статистичного аналізу; метод активного соціально-психологічного навчання; тренінг; коучинг; цифрові методи та програми штучного інтелекту. Математична обробка даних здійснювалася за допомогою комп'ютерного пакету статистичних програм SPSS (версія 25).

У цій публікації ретельно буде розглянуто такі питання.

1. Актуальність впровадження інтегративного інструментарію «Технології формування психологічних компетентностей конкурентоздатності особистості» і її використання для психологічної допомоги як компонентів мілітарної ідентичності в умовах кризи і складних життєвих травмивних ситуаціях.

2. Головні фактори актуальності та механізми «забезпечення психологічної допомоги подолання наслідків травмивних ситуацій, розвитку стресостійкості та здатності швидкої адаптації»

учасників освітнього процесу як компонентів формування їх мілітарної ідентичності.

3. Закономірності «забезпечення психологічної допомоги подолання наслідків травмивних ситуацій, розвитку стресостійкості та швидкої адаптації» учасників освітнього процесу як компонентів формування їх мілітарної ідентичності.

4. Склад і роль психологічної допомоги, а також їх взаємозв'язок із формуванням компонентів мілітарної ідентичності.

5. Теорія, практика й особливості реалізації забезпечення психологічної допомоги «подолання наслідків травмивних ситуацій, розвитку стресостійкості та здатності до швидкої адаптації» учасників освітнього процесу як компонентів мілітарної ідентичності.

5.1. Опис ознак психотравмивної ситуації/події, психічної травми, їх роль і наслідки.

5.2. Опис ознак психологічної допомоги, психологічної підтримки та самопомоги.

6. Зміст, структура, результати реалізації авторської «Технології», основа для забезпечення психологічної допомоги «подолання наслідків травмивних ситуацій, розвитку стресостійкості та здатності до швидкої адаптації» учасників освітнього процесу як компонентів мілітарної ідентичності.

1. Актуальність впровадження інтегративного інструментарію «Технології формування психологічних компетентностей конкурентоздатності особистості» і її використання для психологічної допомоги як компонентів мілітарної ідентичності в умовах кризи і складних життєвих травмивних ситуаціях

Формування психологічних компетентностей конкурентоспроможності особистості в умовах інноваційної діяльності є важливою проблемою (завданням), від розв'язання якої залежить успішність особистості у світі, що швидко змінюється. Її реалізація є одним із головних ресурсів розвитку конкурентоздатності особистості та організаційного поступу освітніх організацій. У сучасному світі, що характеризується високою динамікою змін, невизначеністю та конкуренцією, ці аспекти набувають особливого значення. Для розв'язання вищезазначеної суспільно значимої проблеми нами запропоновано авторську *інтегративну комплексну систему науково-методичного забезпечення формування компетентностей конкурентоздатної особистості в умовах інноваційної діяльності в організації*. З метою її реалізації нами розроблено і впроваджується авторська «Технологія формування компетентностей конкурентоздатності особистості в умовах інноваційної діяльності організації» (далі – «Технологія») [3–15]. Вона складається з двох взаємопов'язаних і взаємодоповнювальних моделей, що відповідають діагностичному етапу

дослідження (пошуковому і констатувальному) та корекційно-розвивальному етапу (формульованому) дослідження, а саме: 1) діагностична модель експертизи компетентностей конкурентоздатності особистості; 2) корекційно-розвивальна модель рефлексивно-інноваційного тренінгу, коучингу (індивідуальна програма): «Сучасні психологічні технології формування компетентностей конкурентоздатної особистості в швидко мінливих умовах інноваційної діяльності організацій» (В. Чудакова); (загальна програма): «Підготовка експертів-тренерів реалізації «Технології формування психологічних компетентностей конкурентоздатності особистості в швидко змінних умовах інноваційної діяльності організації» [3–15]. У процесі розробки даних спецкурсів враховувалися головні фактори, які впливають на формування психологічних компетентностей конкурентоздатності особистості [3; 8–10; 12; 14; 15]. Нижче розглянемо кожну з них.

«Технологія» містить головні блоки: інформаційно-смісловий, діагностичний, аналітично-інтерпретаційний, прогностичний і корекційно-розвивальний. З метою її реалізації нами підібрано та розроблено інтегративний інструментарій із використанням діагностичних, корекційних, цифрових методів, програм SPSS і штучного інтелекту. Далі розкриємо їх.

Нами виявлено, що авторську «Технологію» і її інтегративний інструментарій доцільно використовувати не лише в стабільний і мирний час, а й в умовах кризи, і складних життєвих травмивних ситуаціях, і період воєнного стану. Це підтверджується тим, що попри те, що названа вище авторська «Технологія» розроблялася для використання в мирний час. Актуальності вона набула і під час світової кризи, пов'язаної з Covid-19. Нами реалізовано тренінг-коучинг: «Психологічне забезпечення роботи з населенням у карантинний і після карантинний період»; «Інтерактивні методи розвитку психологічної та емоційної стійкості в умовах дестабілізації викликані Covid-19» (автор, тренер, коуч В. Чудакова), які впроваджено в Україні та Узбекистані [4; 5; 8].

Також доведено доцільність використання авторської «Технології» підтверджена в надзвичайних/екстремальних умовах воєнного стану. Нами впроваджено тренінг-коучинг: «Психологічна технологія формування психологічних компетентностей подолання наслідків травмивних ситуацій, розвитку стресостійкості та здатності до швидкої адаптації» (автор, тренер, коуч В. Чудакова) [6; 7]; «Технологія психологічної підтримки і самопомоги у подоланні наслідків травмуючих ситуацій, розвитку стресостійкості та здатності до швидкої адаптації, їх вплив на посттравматичне зростання особистості» [4; 6; 8; 9; 14]. «Інтегративний інструментарій психо-

логічної підтримки і самопомоги учасникам освітнього процесу в складних життєвих, стресових і травмивних ситуаціях сучасної реальності» та «Технологія забезпечення психологічної допомоги «подолання наслідків травмивних ситуацій, розвитку стресостійкості та здатності до швидкої адаптації» учасників освітнього процесу як компонента мілітарної ідентичності буде представлено в цій публікації.

У цій публікації розкриємо загальний дизайн, інтегративний інструментарій, особливості та результати впровадження авторської «Технології». Вона є науково-методичною основою, ефективним засобом і практичним інструментом психологічної допомоги в подоланні психологічних проблем і травм, розвитку стресостійкості та здатності до швидкої адаптації особистості в складних надзвичайних ситуаціях як компонентів мілітарної ідентичності.

2. Основні фактори актуальності і механізми «забезпечення психологічної допомоги подолання наслідків травмивних ситуацій, розвитку стресостійкості та здатності швидкої адаптації» учасників освітнього процесу як компонентів формування їх мілітарної ідентичності

У сучасних умовах сьогодення надзвичайно високої актуальності набувають проблеми «забезпечення психологічної допомоги подолання наслідків травмивних ситуацій, розвитку стресостійкості та швидкої адаптації» учасників освітнього процесу як вагомих компонентів формування їх мілітарної ідентичності. Це зумовлено низкою *ключових факторів* актуальності проблеми та впровадженням ефективних *механізмів забезпечення психологічної допомоги*: 1) військові дії та їхні наслідки; 2) необхідність формування стійкої психіки; 3) вплив мілітарної ідентичності; 4) специфіка процесу освіти. Розкриємо зміст кожного з цих факторів і механізмів (табл. 1).

3. Закономірності «забезпечення психологічної допомоги подолання наслідків травмивних ситуацій, розвитку стресостійкості та швидкої адаптації» учасників освітнього процесу як компонентів формування їх мілітарної ідентичності

У процесі формування мілітарної ідентичності важливим її компонентом є *забезпечення ефективної психологічної допомоги* під час травмивних ситуацій та розвитку стресостійкості та здатності до швидкої адаптації, що *підпорядковується певним закономірностям*: 1) своєчасність і доступність; 2) багаторівневність; 3) індивідуальний підхід; 4) комплексність; 5) співпраця; 6) орієнтація на ресурси; 7) культурна чутливість; 8) етика та конфіденційність. Розглянемо їх зміст детальніше (табл. 2).

Таблиця 1

Головні фактори актуальності і механізми забезпечення психологічної допомоги, як компонентів формування їх мілітарної ідентичності учасників освітнього процесу

Фактори і механізми «забезпечення психологічної допомоги» компонентів формування мілітарної ідентичності
1) Військові дії та їхні наслідки: в умовах військового конфлікту учасники освітнього процесу (діти, підлітки, педагоги, батьки) можуть безпосередньо стикатися з подіями, що травмують (обстріли, втрата близьких, переміщення, насильство). Ці переживання можуть призвести до серйозних психологічних наслідків, включаючи посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), тривожні та депресивні розлади, порушення сну, проблеми з концентрацією уваги та навчанням та інші психологічні проблеми
2) Необхідність формування стійкої психіки: в умовах нестабільності та невизначеності «розвиток стресостійкості та здатності до адаптації» стає <i>ключовим фактором</i> психологічного забезпечення благополуччя та ефективного функціонування учасників освітнього процесу. Ці якості допомагають упоратися з труднощами, зберігати емоційну рівновагу та продовжувати навчання та розвиток
3) Вплив мілітарної ідентичності: у суспільстві, що перебуває в стані війни, мілітарна ідентичність може значно впливати на формування особистості, особливо серед молоді. Розуміння того, як травматичні ситуації та необхідність адаптації впливають на формування цієї ідентичності і як психологічна допомога може сприяти її здоровому розвитку, є дуже важливим
4) Специфіка процесу освіти: освітні установи відіграють важливу роль у наданні психологічної підтримки учасникам процесу освіти. Розроблення та <i>впровадження ефективних механізмів психологічної допомоги</i> , що враховують специфіку травматичного досвіду та необхідність формування стресостійкості та адаптивності, є <i>невідкладним завданням</i>

Таблиця 2

Закономірності забезпечення психологічної допомоги компонентів формування мілітарної ідентичності учасників освітнього процесу як компонентів формування їх мілітарної ідентичності

Головні закономірності:
1) Своєчасність і доступність: психологічна допомога <i>має бути надана</i> якомога раніше після травматичної події та бути доступною всім учасникам освітнього процесу, що її потребують
2) Багаторівневість: система психологічної допомоги <i>має охоплювати</i> різні психологічного втручання – від первинної психологічної підтримки та кризового втручання до довгострокової психотерапії
3) Індивідуальний підхід: психологічна допомога <i>має враховувати</i> індивідуальні особливості кожного учасника освітнього процесу, включаючи його вік, стать, культурний фон, тяжкість травматичного досвіду і рівень стресостійкості
4) Комплексність: психологічна допомога <i>має бути комплексною</i> та охоплювати різні методи та техніки, спрямовані на подолання наслідків травми, розвиток стресостійкості, навчання копінг-стратегіям і формування адаптивних механізмів
5) Співпраця: ефективне надання <i>психологічної допомоги потребує</i> співпраці між психологами, педагогами, адміністрацією освітніх закладів, батьками та іншими фахівцями
6) Орієнтація на ресурси: психологічна допомога <i>має бути спрямована</i> не лише на усунення негативних наслідків травми, а й на активізацію внутрішніх і зовнішніх ресурсів людини, що сприяють її відновленню та розвитку
7) Культурні особливості: надання психологічної допомоги <i>має враховувати</i> культурні особливості та цінності учасників освітнього процесу
8) Етика та конфіденційність: надання психологічної допомоги <i>має здійснюватися</i> відповідно до етичних принципів і гарантувати конфіденційність отриманої інформації

Таблиця 3

Складники, роль психологічної допомоги і взаємозв'язок із формуванням компонентів мілітарної ідентичності учасників освітнього процесу

Складники психологічної допомоги і взаємозв'язок із формуванням компонентів мілітарної ідентичності
1) Переробка травматичного досвіду: психологічна допомога в осмисленні та інтеграції травматичних переживань, пов'язаних із військовими діями, які можуть впливати на формування поглядів і цінностей, що лежать в основі мілітарної ідентичності
2) Розвиток здорової самооцінки: підтримка у формуванні позитивного образу себе, попри пережитий травматичний досвід, що важливо для стійкої та зрілої мілітарної ідентичності
3) Формування адекватних копінг-стратегій: навчання ефективним способам справлятися зі стресом і труднощами, пов'язаними як з травматичним досвідом, так і з вимогами, які можуть бути пред'явлені людині з мілітарною ідентичністю
4) Розвиток емпатії та відповідальності: сприяння у формуванні почуття співпереживання до інших людей, які постраждали від війни, а також відповідальності за свої дії, що є важливим аспектом зрілої громадянської та мілітарної ідентичності
5) Інтеграція мілітарної ідентичності з цивільною (громадянською): <i>допомога у знаходженні балансу</i> між мілітарною та громадянською ідентичністю, особливо після завершення військових дій або в процесі інтеграції особистості до освітнього процесу

Таким чином, розуміння факторів, механізмів і закономірностей надання психологічної допомоги, її впливу на формування особистості та тісний взаємозв'язок із компонентами формування мілітарної ідентичності є ключовим.

4. Склад і роль психологічної допомоги, а також їх взаємозв'язок із формуванням компонентів мілітарної ідентичності

Формування мілітарної ідентичності в умовах травмівних подій може бути складним і суперечливим процесом. Психологічна допомога відіграє важливу роль у забезпеченні здорового розвитку стійкої та зрілої мілітарної ідентичності учасників освітнього процесу. Розкриємо складові, які сприяють формуванню її головних компонентів. До них належить: 1) переробка травматичного досвіду; 2) розвиток здорової самооцінки; 3) формування адекватних копінг-стратегій; 4) розвиток емпатії та відповідальності; 5) інтеграція мілітарної ідентичності з цивільною (громадянською) ідентичністю. Зміст кожного з них подано в *таблиці 3*.

Таким чином, розроблення та впровадження ефективних механізмів психологічної допомоги в подоланні наслідків травматичних ситуацій, розвитку стресостійкості та здатності до швидкої адаптації учасників освітнього процесу як компонентів мілітарної ідентичності є надзвичайно актуальним завданням сучасності.

5. Теорія, практика і особливості реалізації забезпечення психологічної допомоги «подолання наслідків травмівних ситуацій, розвитку стресостійкості та здатності до швидкої адаптації» учасників освітнього процесу як компонентів мілітарної ідентичності

Розглянемо такі аспекти теорії, практики і особливості реалізації забезпечення психологічної допомоги учасників освітнього процесу як компонентів мілітарної ідентичності, зокрема: 5.1. Опис ознак психотравмівна ситуація/подія, психічна травма, їх роль і наслідки. 5.2. Опис ознак психологічна допомога та психологічна підтримка і самодопомоги.

У сучасних умовах сьогоденних викликів і загроз набувають актуальності проблеми «забезпечення психологічної допомоги для подолання наслідків травмівних ситуацій, розвитку стресостійкості та здатності до швидкої адаптації».

Воєнний конфлікт спричинив низку важких ситуацій, які для різних верств населення стали стресовими, кризовими і травмівними. Особливих випробувань зазнають мирні жителі, що перебувають у зоні конфлікту, вимушені переселенці, родини загиблих; військовослужбовці – як ті, хто бере участь у бойових діях, так і демобілізовані, та їхні сім'ї; фахівці, які працюють з потерпілими. Виявлено, що в складних життєвих кризових і травмівних ситуаціях деяким людям важко адаптуватися до нових

складних обставин, нелегко і в повсякденному житті. У них може погіршуватися і фізичне, і психічне здоров'я, загострюватися наявні проблеми та з'являтися нові [1–3; 4; 6; 11; 13; 14].

5.1. Опис ознак психотравмівної ситуації/події, психічної травми, їх роль і наслідки

Психотравмівна ситуація (подія) – це будь-яка особисто значуща ситуація, що загрожує життю або фізичній цілісності людини, що має патогенний емоційний вплив на психіку людини і може (у разі недостатньої сформованості захисних психологічних механізмів) може призвести до психічних розладів [1; 2; 3; 6–9; 14].

Представники різних груп людей із психотравмівним досвідом по-різному переживають кризові, травмівні та стресові події, по-різному адаптуються до життя. Відповідно, психологічна допомога в кожному окремому випадку потребує індивідуального підходу. Психологічні проблеми дорослих і дітей, які отримали травматичний досвід в умовах воєнного часу, потребують професійного вирішення та психологічного забезпечення в складних життєвих кризових і травмівних ситуаціях [1; 2; 3; 4, с. 64; 6, с. 286].

Психіка людини – це складна багатфункціональна система, що дає людині змогу витримувати травмівний досвід і адаптуватися навіть до надзвичайно складних і часом нелюдських умов життя. Водночас травма зберігається в глибинних рівнях психіки та може латентно впливати на життя людини – як дорослої, так і дитини. Постійне внутрішнє невдоволення: створює платформу соціальних конфліктів; почуття провини через відчуття безсилля змінити неприйнятну ситуацію; готує ґрунт для психосоматичних, адиктивних порушень, появи неврозів, депресії [1; 2; 3; 4; 6; 14].

Важливо зазначити, що матеріальні збитки, кількість постраждалих ще можна оцінити, однак обсяг психоемоційної та моральної шкоди, завданої збройним конфліктом, практично не піддається вимірюванню. Особливої вразливості в умовах війни зазнають жінки та діти, які найгостріше відчувають беззахисність і страх.

Проблема *психічної травми* безпосередньо пов'язана з глибинними феноменами психіки і сприймається як афективний слід переживань, пов'язаних із певною *травмівною подією* – це якась зовнішня подія, яка заподіює людині, дорослому чи дитині, середовищу існування шкоди, наслідки якої переживаються настільки інтенсивно, що свідома частина психіки неспроможна їх сприйняти. Головною ознакою травмівної події є її **раптовість**, що може різко й безповоротно змінити життя людини та її соціальне середовище [2; 3; 4; 6; 10].

Психічна травма здатна вплинути на все психічне життя людини, залишаючи негативний слід у функціонуванні процесів когнітивної сфери, соціального життя та загальної адаптивності.

Наслідки психічної травми виявляють себе в переживаннях суб'єкта щодо повсякденного життя, яке сприймається з дефіцитом спілкування, яскравості сприйняття навколишнього світу, позитивних емоцій, що призводить до стійкого зниження настрою, нападів тривоги, паніки. У цьому раніше цілком самодостатня особистість починає відчувати безпорадність, самотність, страхи, втрату сенсу життя. *Психічна травма деструктивно впливає на сприйняття суб'єктом часу і простору. Порушується природний зв'язок між подіями минулого, сьогодення та майбутнього* [2; 3; 4; 6].

5.2. Опис ознак психологічної допомоги, психологічної підтримки та самопомоги

Вагомого значення набула *необхідність підготовки фахівців* здатних надавати ефективну психологічну допомогу та підтримку постраждалим у складних життєвих обставинах, травматичних ситуаціях і надзвичайних/екстремальних подіях. Забезпечення необхідними теоретико-практичними знаннями фахівців, які працюють у галузі психологічної допомоги, психолого-соціальної підтримки та медико-психологічної допомоги постраждалому населенню в гіпернадзвичайних/екстремальних ситуаціях, складних життєвих травматичних ситуаціях.

Насамперед спеціалізована допомога має орієнтуватися на: зниження емоційної напруги, стабілізацію рівня тривожності, нівелювання агресії; підвищення продуктивної активності та спонтанності поведінки в ситуаціях спілкування та діяльності, зміцнення мотивації співробітництва і почуття спільності; стабілізацію почуття безпеки (захист від можливої подальшої шкоди); формування та розвиток адаптаційних ресурсів і навичок саморегуляції [3; 4; 6; 8; 9].

Щоб звести до мінімуму руйнівні наслідки кризових, травматичних ситуацій, сприяти збереженню психічного здоров'я, *необхідна психологічна допомога та психологічна підтримка* постраждалих як в умовах кризових ситуаціях та довготривалої напруги, екстремальної/надзвичайної ситуації, так і після повернення із зони ризику. *Психологічна допомога і психологічна підтримка* – це важливі складники мінімального реагування (безпосередньо в екстремальній ситуації) та комплексного реагування (на етапі стабілізації та раннього відновлення). Варто зазначити, що потреба в психологічній допомозі може зберігатися й пізніше, у довготривалій перспективі, і має реалізовуватись у межах системи психологічної реабілітації. *Психологічна допомога* – сфера практичного застосування психології, що зорієнтована на підвищення соціально-психологічної компетентності, на розширення психологічних можливостей людей і надання допомоги та психологічної підтримки як окремій людині, так і сім'ї, групі людей чи організацій. *Психологічна допомога – це цілеспрямована активність, що спрямована на розширення психологічних можливостей іншої людини в її*

особистісному та соціальному функціонуванні. Психологічна допомога *може надаватися на професійному рівнях і побутовому рівнях* (психологічна підтримка). *Відмінність професійної психологічної допомоги від неформальної психологічної допомоги полягає в тому, що фахівці: підготовлені до такої діяльності; орієнтуються на принципи надання психологічної допомоги, у своїй діяльності опираються на теорію; діють згідно з правилами, прийнятими в межах професійної спільноти, їхня діяльність санкціонується суспільством* (Чудакова В.) [1; 3; 6; 7; 9; 15].

Також у сучасних складних умовах воєнного часу вагомим значенням набуває науково-методичне забезпечення *психологічної підтримки і самопомоги* – це комплексний підхід, що охоплює теоретичні засади, практичні методики та інструменти, які використовуються для створення ефективних програм психологічної допомоги та самопомоги. Вони спрямовані на створення умов для того, щоб люди могли самостійно справлятися з різними життєвими труднощами та проблемами. Воно торкається однієї з найбільш актуальних проблем сучасності – *психологічної підтримки людей*, які пережили травматичні події і допомагає людям відновлюватися та зростати [4; 6; 8; 9].

Загалом спеціалізована психологічна допомога надає можливість: знизити рівень емоційної напруги, стабілізувати рівень тривожності, нівелювати агресії; підвищити продуктивної активності та спонтанності поведінки в ситуаціях спілкування та діяльності, зміцнення мотивації співробітництва та почуття спільності; стабілізацію почуття безпеки (захист від можливої подальшої шкоди); формувати та розвивати адаптаційні ресурси та навички саморегуляції [4; 6; 9].

6. Зміст, структура, результати реалізації авторської «Технології», основа для забезпечення психологічної допомоги «подолання наслідків травматичних ситуацій, розвитку стресостійкості та здатності до швидкої адаптації» учасників освітнього процесу як компонентів мілітарної ідентичності

Розкриємо *загальний дизайн, інтегративний інструментарій, особливості і результати впровадження авторської «Технології»*, яка складається з двох взаємозалежних і взаємодоповнюючих моделей: «1. Діагностична модель експертизи компетентностей конкурентоспроможності особистості»; «2. Корекційно-розвивальна модель рефлексивно-інноваційного тренінгу та коучингу», що складається з двох програм: індивідуальної та загальної програми. Кожна із моделей «Технології» містить основні блоки: інформаційно-смысловий, діагностичний, аналітично-інтерпретаційний, прогностичний і корекційно-розвивальний [4; 6; 8; 9–11]. Представимо зміст та результати реалізації авторської «Технології» [3–15] (табл. 4).

Таблиця 4

Зміст і результати реалізації авторської «Технології формування компетентностей конкурентоспроможності особистості в умовах інноваційної діяльності організації»

<p>Зміст «Технології формування компетентностей конкурентоспроможності особистості в умовах інноваційної діяльності організації»</p> <p>«Технологія формування компетентностей конкурентоспроможності особистості в умовах інноваційної діяльності організації» складається з двох моделей:</p> <p>«1. Діагностична модель експертизи компетентностей конкурентоспроможності особистості»;</p> <p>«2. Корекційно-розвиваюча модель рефлексивно-інноваційного тренінгу, коучингу», що складається з двох програм: індивідуальної та загальної</p> <p>«1. Діагностична модель експертизи психологічних компетентностей конкурентоспроможності особистості» (є першою частиною «Технології»)</p> <p>Компоненти оціночних показників і методи дослідження: 1) праксіологічний (поведінковий, психолого-професійний) компонент (ПК); 2) самосвідомість та рефлексії компонент (СРК); 3) когнітивний (пізнавальний) компонент (КК); 4) особистісний компонент (ОК); 5) комунікативно-інтерактивний компонент (КІК); 6) мотиваційний компонент (МК); 7) емоційно-вольовий саморегуляції компонент (СВСК)</p> <p>За результатами реалізації діагностичної моделі експертизи визначено стан сформованості компетентностей конкурентоспроможності особистості: інноваційності; особисті якості; праксіологічні компетентності (психолого-професійні); когнітивні; комунікативні; рефлексивності та самоусвідомлення себе як професіонала; мотиваційні; самоактуалізації; компетентностей психологічної стійкості, стресостійкості та здатності до швидкої адаптації; емоційно-вольової саморегуляції; вирішення конфліктів; цілепокладання, психотехнології постановки та досягнення цілей</p> <p>Результат математично-статистичного аналізу (програма SPSS). За результатами математично-статистичного аналізу реалізації компонентів діагностичної моделі технології нами виявлено латентну (приховану) структуру факторів «пріоритетних психологічних компетентностей конкурентоспроможності особистості».</p> <p>Зміст латентної (прихованої) структури факторів: <i>Фактор 1.</i> Компетентності цілепокладання ($r = 0,927$): оволодіння ефективними стратегіями постановки та досягнення цілей ($r = 0,873$); визначення своєї місії та призначення ($r = 0,873$). <i>Чинник 2.</i> Мотиваційна компетентність ($r = 0,736$), створення позитивної мотивації. <i>Фактор 3.</i> Компетентності подолання психологічних проблем і розвиток стресостійкості: оволодіння навичками гнучкого реагування на ситуацію ($r = 0,794$); уміння отримати новий рівень управління своїми станами ($r = 0,794$); уміння набувати емоційної стійкості; ($r = 0,709$); оволодіння методами позбавлення від почуття провини, залежностей та інших комплексів ($r = 0,674$); уміння переформувати наслідки психологічних проблем та інших травмливих $r = 0$; уміння використовувати методи переформування страхів, фобій, тривоги, песимізму та депресії ($r = 0,413$). <i>Фактор 4.</i> Комунікативна компетентність: оволодіння технологіями ефективного взаємодії з людьми ($r = 0,975$), колегами ($r = 0,886$); відносини довіри та співробітництва ($r = 0,975$); уміння вирішувати міжособистісні протиріччя; <i>Фактор 5.</i> Спеціальні (спеціальні) міжособистісних протиріч; оволодіння мистецтвом суспільних виступів; подолання професійного стресу і синдрому професійного вигорання; емоційно-практична спрямованість)</p> <p>«2. Корекційно-розвиваюча модель рефлексивно-інноваційного тренінгу, коучингу» (є другою частиною «Технології 2»)</p> <p>Метою розробки є розкриття: теоретико-методологічних, діагностичних, практико-орієнтованих передумов «формування компетентностей конкурентоспроможності особистості в умовах інноваційної діяльності організації». Для реалізації корекційної моделі нами розроблено та впроваджено дві авторські програми спеціальної психологічної підготовки</p> <p>1) Програма підготовки експертів-тренерів реалізації «Технології 2» – це загальна програма рефлексивно-інноваційного тренінгу, коучингу (РІТ):</p> <p>Мета загальної програми РІТ: підготовка експертів-тренерів із реалізації «Технології»; оволодіння психолого-педагогічними знаннями, вміннями, навичками проведення експертизи (діагностики, оцінювання, прогнозування) та використання корекційно-розвивальних інтерактивних методів для формування компетентностей конкурентоспроможності особистості в умовах інноваційної діяльності</p> <p>2) Індивідуальна програма рефлексивно-інноваційного тренінгу, коучинга (РІТ): «Сучасні психологічні технології формування компетентностей конкурентоспроможності особистості в умовах інноваційної діяльності»</p> <p>Мета «індивідуальної» програми РІТ: оволодіння певними соціально-психологічними знаннями, вміннями, навичками, компетентностями необхідних у сфері спілкування, діяльності, власного розвитку та корекції, для формування психологічних компетентностей конкурентоздатності особистості. Це дає змогу вирішити наступні завдання:</p> <ul style="list-style-type: none"> – розвивати комунікативну та інтерактивну компетентність; – оволодіти інструментарієм ефективного взаємодії і взаєморозуміння між людьми; – розвивати рефлексивні навички, здатність аналізувати ситуацію, поведінку і стан в цій ситуації, як членів групи так і особистості; – опанувати вміннями адекватно сприймати себе і оточуючих, що сприяє виробленню і коригування норм особистої поведінки і міжособистісного взаємодії; – розвивати емоційну стійкість в складних життєвих ситуаціях і здатність до швидкої адаптації; – опанувати способами позбавлення від тривожних переживань, фобій, страхів і інших психологічних травм і травмливих спогадів; – оволодіти технологією створення нових ефективних способів поведінки у особливо важких ситуаціях (подолання життєвих криз; переформування страхів публічних виступів, критики; позбавлення від «шкідливих» звичок, від почуття провини, образи та інших комплексів і залежностей); – оволодіти методами подолання професійного стресу та синдрому професійного вигорання, подолання песимізму і депресії; – опанувати технологію вирішення міжособистісних протиріч і суперечностей, подолання конфліктних ситуацій; – виробити вміння протистояти маніпулятивним впливам; – розвивати здатність гнучко реагувати на ситуацію, швидко перебудуватися в різних умовах і різних групах, вийти на новий рівень управління своїми станами; – опанувати технологію створення адекватної самооцінки і впевненості в собі; – прояснити і розвинути ціннісно-мотиваційну сферу особистості, оволодіти технологією створення позитивної мотивації; – розвинути компетентність цілепокладання, оволодіти стратегіями прийняття рішень, постановки стратегічних і тактичних цілей і з'ясувати їхній вплив на ефективність формування компетентностей конкурентоспроможності особистості в швидкозмінних умовах інноваційної діяльності; – відкрити своє призначення, місію, що спонукає особистість рухатися вперед і об'єднує її переконання, вірування, цінності, дії і почуття власної значущості та дає радість; – сформувати інноваційну компетентність; – розвинути діагностичну компетентність, оволодіти теорією і практикою самодіагностики характеристичних особливостей особистості та усунення виявлених проблем [8; 10]
--

Зміст «індивідуальної програми» РІТ

«Індивідуальна програма» РІТ: складається з 12-ти модулів (кожен наступний модуль є логічним продовженням і завершенням попереднього):

I модуль. Теоретичні та методичні засоби проведення рефлексивно-інноваційного тренінгу, коучингу (РІТ).

II модуль. Розвиток комунікативної та інтерактивної компетентності.

III модуль. Компетентність подолання психологічних проблем: страхів, фобій та інших спогадів, що травмують.

IV модуль. Компетентність подолання життєвих криз, розвиток психологічної стійкості, стресостійкості та здатності до швидкої адаптації.

V модуль. Компетентність рефлексії, самоусвідомлення себе, навички використання ефективних стратегій створення адекватної самооцінки та впевненості у собі.

VI модуль. Компетентність попередження та врегулювання міжособистісних протиріч та конфліктних ситуацій.

VII модуль. Розвиток компетентності цілепокладання: стратегії та тактики постановки та досягнення цілей.

VIII модуль. Компетентності подолання професійного стресу та синдрому професійного вигорання особистості та організації.

IX модуль. Компетентність створення позитивної мотивації.

X модуль. Компетентність оволодіння мистецтвом публічних виступів.

XI-й модуль. Компетентності «технології ефективного проведення дискусій різновиду суперечок».

XII модуль. Витоки та результати сучасних психотехнологій формування компетентностей конкурентоспроможності особистості, особливості їх використання

Представимо міжнародний досвід впровадження авторської «Технології» [5; 6; 11], що впроваджується в систему освіти на базі освітніх експериментальних установ України (Одеса, Херсон, Київ та Київська область). У Республіці Узбекистан авторська «Технологія» реалізується в межах «Проекту міжнародного співтовариства освітніх програм В. П. Чудакової в Узбекистані» на базі освітніх організацій (Ташкент, Бухари, Шахризабз, Чирчик, Нукус, Ургенч). У міжкурсовий період реалізовано авторський курс підвищення кваліфікації в рамках міжнародного стажування на тему реалізації авторських технологій.

Завдяки науково-методичному, творчому співробітництву, з вищеназваними навчальними закладами та колективами різних країн, на різних етапах науково-дослідної експериментальної роботи: розроблено, апробовано та впроваджено комплексну систему науково-методичного забезпечення, вдосконалено інтегративний діагностичний і корекційно-розвивальний інструментарій, системно відпрацьовано інформаційно-інформаційний прогностичний, і корекційно-розвивальний блоки, відшліфовано окремі аспекти та компоненти модулів «Технології». Кожна установа та освітній заклад зробили вагомий і унікальний внесок у розбудову ефективної системи психологічної допомоги.

Підбиваючи підсумки, зазначимо, що інтегративний інструментарій представленої авторської «Технологія» та моделей її реалізації, є науково-методичним і дієвим засобом, практикою психологічної допомоги в подоланні психологічних проблем і травм, розвитку стресостійкості та здатності до швидкої адаптації особистості, у складних надзвичайних ситуаціях як компонентів мілітарної ідентичності. Розвиток стресостійкості та здатність до швидкої адаптації є ключовими чинниками успішного подолання травми та посттравматичного зростання. Вони відіграють ключову роль у формуванні мілітарної ідентичності учасникам освітнього процесу.

Загалом спеціалізована психологічна допомога надає можливість: знизити рівня емоційної напруги, стабілізацію рівня тривожності, нівелювання агресії; підвищення продуктивної активності та спонтанності поведінки в ситуаціях спілкування та діяльності, зміцнення мотивації співробітництва та почуття спільності; стабілізації почуття безпеки (захист від можливої подальшої шкоди); формування та розвиток адаптаційних ресурсів та навичок саморегуляції. Названі якості дозволяють особистості не лише подолати негативні наслідки травматичної події, а й отримати трансформаційний досвід, що сприяє становленню зрілої, соціально відповідальної, психологічно стійкої особистості.

Використані літературні джерела

1. Блох С. Введення у психотерапію... Амстердам-Київ: Сфера, 280 с.
2. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи: навч. посіб. Т. 2. Київ, 2018. 240 с.
3. Чудакова В. П. Апробація і впровадження рефлексивно-інноваційного тренінгу, коучингу «Сучасні психотехнології формування компетентностей конкурентоздатності особистості в умовах інноваційної діяльності» у рамках міжнародного стажування та академічної мобільності: українсько-узбецький досвід (у форматі фотовернісажу; частина 11). *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2023. № 2 (89). С. 50–67. DOI: [https://doi.org/10.32405/2309-3935-2023-2\(89\)-50-67](https://doi.org/10.32405/2309-3935-2023-2(89)-50-67).
4. Чудакова В. П. Аспекти психологічної допомоги особистості в екстремальних, кризових ситуаціях та довготривалої напруги, у подоланні наслідків травмуючих ситуацій, розвитку стресостійкості, здатності до швидкої адаптації і посттравматичного зростання. *Тенерішине та майбутнє української психології: надбання та втрати*: збірник тез доповідей Всеукр. наукового круглого онлайн-столу (Київ, 22 трав. 2024). Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024. С. 64–68. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/743617>.
5. Чудакова В. П. Досвід впровадження і зміст програми «Технології та інтегративний інструмента-

рій формування компетентностей конкурентоздатності особистості в умовах інноваційної діяльності», у рамках міжнародного стажування і міжнародної літньої школи «Узбекистан-Україна 2023» В. Чудакової (у форматі фотовернісажу, частина 12). *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2023. № 3 (90). С. 83–100. DOI: [https://doi.org/10.32405/2309-3935-2023-3\(90\)-83-100](https://doi.org/10.32405/2309-3935-2023-3(90)-83-100).

6. Чудакова В. П. Забезпечення психологічної допомоги засобами інтегративних психотехнологій NLP: подолання наслідків травмуючих ситуацій, розвитку стресостійкості та здібності до швидкої адаптації. *Забезпечення психологічної допомоги в секторі Сил оборони України*: збірник тез Всеукр. міжвід. психол. форуму (Київ, 30 черв. 2022). Київ: Людмила, 2022. С. 286–293. URL: <https://dndi.mvs.gov.ua>.

7. Чудакова В. П. Інтегративний інструментарій забезпечення психологічної допомоги і розвитку компетентностей стресостійкості та здатності до швидкої адаптації особистості в складних життєвих травмуючих ситуаціях, з використанням діагностичних і корекційних, цифрових і STEM-методів. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2023. № 1 (88). С. 67–77. DOI: [https://doi.org/10.32405/2309-3935-2023-1\(88\)-67-77](https://doi.org/10.32405/2309-3935-2023-1(88)-67-77).

8. Чудакова В. П. Науково-методичного забезпечення і особливості реалізації «психолого-організаційної технології формування компетентностей конкурентоздатності особистості в умовах інноваційної діяльності організацій». *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи*. 2021. № 3 (56). Т. 2. DOI: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2021-56-3-2-311-325>.

9. Чудакова В. П. Особливості науково-методичного забезпечення психологічної підтримки та допомоги у подоланні наслідків травмуючих ситуацій, розвитку компетентностей стресостійкості та здатності до швидкої адаптації, і їх вплив на посттравматичне зростання особистості. *Життєві виклики сучасного суспільства в умовах воєнного часу*: зб. матеріалів Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю (Київ, 05–06 листоп. 2024). Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024. С. 82–86. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/743609>.

10. Чудакова В. П. Основні чинники, що впливають на посттравматичне зростання особистості, та роль в його реалізації «технології психологічної підтримки і самопомоги у подоланні наслідків травмуючих ситуацій, розвитку стресостійкості та здатності до швидкої адаптації». *Наукова спадщина української психології: єдність минулого та теперішнього*: збірник тез доповідей щорічного Всеукр. наук. круглого онлайн-столу (Київ, 12 черв. 2024). Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2024. С. 73–76. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/744549/>.

11. Чудакова В. П. Реалізація компетентісно орієнтованого навчання: навчальна програма. Київ: КОНВІ ПРИНТ, 2021. 25 с. URL: <https://undip.org.ua/wp-content/uploads/2021/12/21-29-CHudakova.pdf>.

12. «Технологія формування психологічних компетентностей конкурентоздатності особистості у швидкозмінних умовах інноваційної діяльності організацій», з використанням діагностичних, корекційних, цифрових і STEM-методів, програм SPSS і штучного інтелекту. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2025. № 1. С. 91–106. DOI: [https://doi.org/10.63437/2309-3935-2025-1\(96\)-13](https://doi.org/10.63437/2309-3935-2025-1(96)-13).

13. Chudakova V. P. Integrative toolkit for the implementation of the «technology for the formation of psychological competence of individual competitiveness in the context of innovative activity» using diagnostic, correctional, digital, STEM methods, SPSS programs and artificial intelligence. *Moderní aspekty vědy: XLIX: Díl mezinárodní kolektivní monografie. Česká republika: Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o., 2024. S. 377–389. DOI: <https://doi.org/10.52058/49-2024>*.

14. Chudakova V. Experience in the implementation of integrative technologies “formation of psychological readiness for innovative activity” and “development of individual competitiveness competencies”, in innovative conditions of digitalization and stem education. *Zamonaviy ta'limni raqamlashtirish: muammo va yechimlar*. 2023. 1 (1), P. 281–284. URL: <https://inlibrary.uz/index.php/digitalization-modern-education/article/view/24796>.

References

1. Blokh, S. (n.d.). *Vvedennia u psykhoterapiiu* [Introduction to psychotherapy]. Amsterdam-Kyiv. 280 p. [in Ukrainian].
2. (2018). *Osnovy reabilitatsiinoi psykholohii: podolannia naslidkiv kryzy* [Fundamentals of rehabilitation psychology: overcoming the consequences of crisis]. Kyiv. Vol. 2. 240 p. [in Ukrainian].
3. Chudakova, V. P. (2023). *Aprobatsiia i vprovadzhenia refleksyvno-innovatsiinoho treninhu, kouchynhu «Suchasni psykhotekhnolohii formuvannia kompetentnosti konkurentozdatnosti osobystosti v umovakh innovatsiinoi diialnosti» u ramkakh mizhnarodnoho stazhuvannia ta akademichnoi mobilnosti: ukraïnsko-uzbetskyi dosvid (u formati ftovernisaizhu; chastyna 11)* [Testing and implementation of the reflexive-innovative training and coaching “Modern psychotechnologies for developing competencies of personal competitiveness in the context of innovative activity” within international internship and academic mobility: Ukrainian-Uzbek experience (photo-essay format; part 11)]. *Osvita ta rozvytok obdarovanoi osobystosti – Education and Development of Gifted Personality*, 2 (89), 50-67. DOI: [https://doi.org/10.32405/2309-3935-2023-2\(89\)-50-67](https://doi.org/10.32405/2309-3935-2023-2(89)-50-67). [in Ukrainian].
4. Chudakova, V. P. (2024). *Aspekty psykholohichnoi dopomohy osobystosti v ekstremalnykh, kryzovykh sytuatsiakh ta dovhotryvaloi napruzhi, u podolanni naslidkiv travmuyuchykh sytuatsii, rozvytkustresostiikosti, zdatnosti do shvydkoi adaptatsii i posttravmatychnoho zrostannia* [Aspects of psychological support in extreme and crisis situations, overcoming traumatic consequences,

developing stress resistance, rapid adaptation, and post-traumatic growth]. In Teperishnie ta maibutnie ukrainsoi psykholohii: naddannia ta vtraty – Present and Future of Ukrainian Psychology: Achievements and Losses. Kyiv, P. 64-68. Retrieved from: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/743617>. [in Ukrainian].

5. Chudakova, V. P. (2023). Dosvid vprovadzhenia i zmist prohramy «Tekhnolohii ta integratyvnyi instrumentarii formuvannia kompetentnosti konkurentozdatnosti osobystosti v umovakh innovatsiinoi diialnosti», u ramkakh mizhnarodnoho stazhuvannia i mizhnarodnoi litnoi shkoly «Uzbekystan-Ukraina 2023» (u formati ftovernisaizhu, chastyna 12) [Experience of implementing the program “Technologies and integrative toolkit for developing competencies of personal competitiveness in the context of innovative activity” within the framework of the international internship and summer school “Uzbekistan-Ukraine 2023” (photo-essay format, part 12)]. *Osvita ta rozvytok obdarovanoi osobystosti – Education and Development of Gifted Personality*, 3 (90), 83-100. DOI: [https://doi.org/10.32405/2309-3935-2023-3\(90\)-83-100](https://doi.org/10.32405/2309-3935-2023-3(90)-83-100). [in Ukrainian].

6. Chudakova, V. P. (2022). Zabezpechennia psykholohichnoi dopomohy zasobamy integratyvnykh psykhotekhnolohii NLP: podolannia naslidkiv travmuiuchykh sytuatsii, rozvytku stresostiikosti ta zdadnosti do shvydkoi adaptatsii [Providing psychological assistance through integrative NLP technologies: overcoming traumatic experiences, developing stress resistance and adaptability]. *Zabezpechennia psykholohichnoi dopomohy v sektori Syl oborony Ukrainy – Psychological Assistance in the Defense Sector of Ukraine*. Kyiv. P. 286-293 Retrieved from: <https://ndi.mvs.gov.ua>. [in Ukrainian].

7. Chudakova, V. P. (2023). Integratyvnyi instrumentarii zabezpechennia psykholohichnoi dopomohy i rozvytok kompetentnosti stresostiikosti ta zdadnosti do shvydkoi adaptatsii osobystosti v skladnykh zhyttievnykh travmuiuchykh sytuatsiakh, z vykorystanniam diahnostychnykh i korektsiinykh, tsyfrovnykh i STEM-metodiv [Integrative tools for psychological support and development of stress resilience and adaptability in traumatic life situations using diagnostic, corrective, digital, and STEM methods]. *Osvita ta rozvytok obdarovanoi osobystosti – Education and Development of Gifted Personality*. 1 (88), 67-77. DOI: [https://doi.org/10.32405/2309-3935-2023-1\(88\)-67-77](https://doi.org/10.32405/2309-3935-2023-1(88)-67-77). [in Ukrainian].

8. Chudakova, V. P. (2021). Naukovo-metodychnoho zabezpechennia i osoblyvosti realizatsii «psykholoh-orhanizatsiinoi tekhnolohii formuvannia kompetentnosti konkurentozdatnosti osobystosti v umovakh innovatsiinoi diialnosti orhanizatsii» [Scientific-methodological support and implementation of the “psycho-organizational technology of developing personal competitiveness competencies in innovative organizational settings”]. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii ta sotsialnoi roboty – Theoretical and Applied Problems of*

Psychology and Social Work. 3 (56), Vol. 2. DOI: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2021-56-3-2-311-325>. [in Ukrainian].

9. Chudakova, V. P. (2024). Osoblyvosti naukovo-metodychnoho zabezpechennia psykholohichnoi pidtrymky ta dopomohy u podolanni naslidkiv travmuiuchykh sytuatsii, rozvytku kompetentnosti stresostiikosti ta zdadnosti do shvydkoi adaptatsii, i yikh vplyv na posttravmatychno zrostannia osobystosti [Features of scientific-methodological support of psychological aid in overcoming traumatic consequences, developing stress resilience and adaptability, and their influence on personal post-traumatic growth]. *Zhyttievi vyklyky suchasnoho suspilstva v umovakh voiennoho chasu – Life Challenges of Modern Society in Wartime*. Kyiv. P. 82-86. Retrieved from: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/743609>. [in Ukrainian].

10. Chudakova, V. P. (2024). Osnovni chynnyky, shcho vplyvaiut na posttravmatychno zrostannia osobystosti, ta rol u yikh realizatsii «tekhnolohii psykholohichnoi pidtrymky i samodopomohy u podolanni naslidkiv travmuiuchykh sytuatsii, rozvytku stresostiikosti ta zdadnosti do shvydkoi adaptatsii» [Key factors influencing post-traumatic growth and the role of “psychological support and self-help technology” in this process]. *Naukova spadshchyna ukrainsoi psykholohii: yednist mynuloho ta teperishnoho – Scientific Heritage of Ukrainian Psychology: Unity of the Past and Present*. Kyiv. P. 73-76. Retrieved from: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/744549/>. [in Ukrainian].

11. Chudakova, V. P. (2021). Realizatsiia kompetentnisno oriientovanoho navchannia: Navchalna prohrama [Implementation of competency-based learning: Curriculum]. Kyiv. Retrieved from: <https://undip.org.ua/wp-content/uploads/2021/12/21-29-CHudakova.pdf>. [in Ukrainian].

12. Chudakova, V. P. (2025). Tekhnolohiia formuvannia psykholohichnykh kompetentnosti konkurentozdatnosti osobystosti u shvydkozmynnykh umovakh innovatsiinoi diialnosti orhanizatsii, z vykorystanniam diahnostychnykh, korektsiinykh, tsyfrovnykh i STEM-metodiv, prohram SPSS i shtuchoho intelektu [Technology for developing psychological competencies of personal competitiveness in rapidly changing conditions of organizational innovation using diagnostic, correctional, digital and STEM methods, SPSS programs, and artificial intelligence]. *Osvita ta rozvytok obdarovanoi osobystosti – Education and Development of Gifted Personality*. 1, 91-106. DOI: [https://doi.org/10.63437/2309-3935-2025-1\(96\)-13](https://doi.org/10.63437/2309-3935-2025-1(96)-13). [in Ukrainian].

13. Chudakova, V. P. (2024). Integrative toolkit for the implementation of the “technology for the formation of psychological competence of individual competitiveness in the context of innovative activity” using diagnostic, correctional, digital, STEM methods, SPSS programs and artificial intelligence. *Moderni aspekty vedy: XLIX: Dil mezinarodni kolektivni monografie. Ceska republika*. P. 377-389. DOI: <https://doi.org/10.52058/49-2024>.

14. Chudakova, V. (2023). Experience in the implementation of integrative technologies “formation of psychological readiness for innovative activity” and “development of individual competitiveness competencies”, in innovative conditions of digitalization and STEM education. *Zamonaviy ta’limni raqamlashtirish: muammo va yechimlar – Digitalization of Modern Education: Problems and Solutions. 1* (1), 281-284. Retrieved from: <https://inlibrary.uz/index.php/digitalization-modern-education/article/view/24796>.

Chudakova Vira, Candidate of Psychological Sciences, Senior Research Fellow, Institute of Pedagogy of NAES of Ukraine, Institute of Psychology named after H. S. Kostyuk of NAES of Ukraine; Academician of the Turon Academy of Sciences; Practicing Psychologist, Psychotherapist, Trainer, Consultant, Coach, Kyiv, Ukraine

INTEGRATIVE TOOLS AND IMPLEMENTATION SPECIFICS OF THE “TECHNOLOGY FOR DEVELOPING PSYCHOLOGICAL COMPETENCIES OF PERSONAL COMPETITIVENESS IN THE CONTEXT OF ORGANIZATIONAL INNOVATION”: A FOUNDATIONAL AND EFFECTIVE MEANS OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR OVERCOMING MENTAL HEALTH ISSUES AND TRAUMA, ENHANCING STRESS RESILIENCE AND ADAPTABILITY IN EMERGENCY SITUATIONS AS COMPONENTS OF MILITARY IDENTITY (part 1)

Summary.

The publication presents an integrative toolkit “Technologies for the formation of psychological competences of competitiveness of personality in the

conditions of innovative activity of organizations”, as the basis and effective means of the practice of psychological assistance in overcoming psychological problems and injuries, the development of stress resistance and ability to rapid adaptation of personality. The substantive filling of the main factors of relevance and mechanisms, patterns of providing psychological assistance to overcoming the consequences of traumatic situations, the development of stress resistance and rapid adaptation is revealed. “The components and role of psychological assistance, and their interconnection with the formation of components of militaristic identity are revealed. The theory, practice and peculiarities of implementation of psychological assistance are described: a description of signs of psycho traumatic situation/event, mental trauma, their role and consequences is made; Describe signs of psychological assistance, psychological support and self-help. The content, structure, results of the implementation of the author’s “technology”, which consists of two models: 1) diagnostic model of examination of competencies of competitiveness of personality is presented; 2) corrective-developmental model of reflexive-innovative training, coaching. The results of their implementation are presented. The patterns of “ensuring psychological assistance to overcoming the consequences of traumatic situations, the development of stress resistance and rapid adaptation” of participants of the educational process are revealed as components of forming their militaristic identity.

Keywords: *technology; psychological technology; formation of psychological competences of competitiveness of personality; diagnostic model of expertise; corrective-developmental model; reflexive-innovative training-coaching; providing a psycho-traumatic situation/event; trauma; psychological assistance; self-help; development of stress resistance and ability to rapid personality adaptation.*

Прийнято 12 травня 2025 року. Затверджено 13 червня 2025 року