

проявом слабкості, а відповідальним кроком до підтримання власного психоемоційного стану [4].

Отже, тривожність серед студентів характеризується як складне явище, що формується під впливом взаємодії біологічних, психологічних і соціокультурних чинників. Її рання діагностика, належне реагування та впровадження як персоналізованих, так і системних профілактичних заходів можуть суттєво сприяти підтримці психічного здоров'я студентської молоді, розвитку стресостійкості та посиленню здатності до адаптації.

#### **Список використаних джерел:**

1. Як впізнати тривожність?.*Головна*. URL:<https://fp.udu.edu.ua/kabinet-psykholohiia/111-materialy-shchodo-zberezhennia-psykholohichnoho-zdorovia-studentskoi-molodi-v-umovakh-voiennykh-dii/627-yak-vpiznaty-tryvozhnist>(дата звернення: 12.07.2025).
2. INFORUM.IN.UA – ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ ТРИВОГИ ТА ТРИВОЖНОСТІ ЯК СТАНУ ОСОБИСТОСТІ.*INFORUM.IN.UA – наукові інтернет-конференції*. URL:<https://www.inforum.in.ua/conferences/27/91/715>(дата звернення: 12.07.2025).
3. Тривога: види, лікування, профілактика, підготовка до відвідування лікаря | Блог | Complimed.*Complimed Одеса*. URL:<https://complimed.com.ua/без-рубрики-uk/tryvoha-vydy-likuvannya-profilaktyka/>(дата звернення: 12.07.2025).
4. **Mental Health for Ukraine**. Тривожишся? Децю про тривогу // Mental Health for Ukraine. – URL:<https://www.mh4u.in.ua/shukayu-dopomogu/tryvozhysya-deshho-pro-tryvogu/>(дата звернення: 12.07.2025).

*Abstract:* The paper highlights the essence of anxiety, its main manifestations in the student environment, and outlines the ways to overcome anxiety states through self-regulation and psychological assistance.

*Key words:* anxiety, emotional state, generalized anxiety disorder, psychoprophylaxis, emotional literacy, self-regulation.

## **КУЛЬТУРНА СПАДЩИНА ЯК ВАЖЛИВА СКЛАДОВА СТАЛОГО РОЗВИТКУ СУСПІЛЬСТВА В УМОВАХ КРИЗИ**

**БОЖКОВА Ганна, доцент кафедри українознавства та суспільних наук  
Миколаївський національний аграрний університет**

*Анотація:* у тезах висвітлено проблему збереження народної культурної спадщини як важливого чинника сталого розвитку та збереження культурної ідентичності суспільства.

*Ключові слова:* культурна самоідентичність, гуманітарна криза, народна культурна спадщина, матеріальна та нематеріальна культура, програми формальної та неформальної освіти в галузі збереження культурної ідентичності.

Українська історія і культура є безцінним скарбом нашого народу, фундаментом національної та культурної самоідентичності. В Стратегії національної безпеки України від 14 вересня 2020 р. (розділ III «Основні напрями зовнішньополітичної та внутрішньополітичної діяльності держави для забезпечення її національних інтересів і безпеки») зазначено, що держава ставить перед собою задачу «протистояти гуманітарній агресії, розвивати українську культуру як основу консолідації народу та зміцнення його ідентичності» [1, пункт 46].

Проте, згідно із дослідженнями експертів Міністерства культури та інформаційної політики, на сьогоднішній момент ми маємо проблеми із інформуванням, обізнаністю та сприйняттям населенням самого поняття культурної спадщини, недооцінювання її ролі в житті суспільства, у формуванні сталого розвитку як окремих спільнот, так і держави в цілому. Сьогодні в нашому суспільстві домінує розуміння культури як сфери дозвілля, переважно споживче ставлення до культурного надбання, що наглядно демонструє освітньо-культурні проблеми суспільства [2, с. 31].

В цих умовах важливого значення набуває вивчення й впровадження передового досвіду збереження культурної спадщини, ознайомлення, а за можливості – й впровадження найкращих практик в цій сфері. В європейських країнах охорона і збереження культурної спадщини є частиною безпекової стратегії ЄС, важливе значення в цьому напрямку належить галузі освіти.

Важливою задачею суспільства, зокрема – освітньої спільноти в умовах, коли йде надзвичайний тиск та знищення зразків нашої культури, є збереження національної та культурної самоідентичності, мови, світогляду, історичної пам'яті. Однією із найважливіших складових ідентичності, її фундаментом, а також – важливою складовою добробуту, життєздатності і сталого розвитку громад є їхня жива народна нематеріальна спадщина.

З початком повномасштабного вторгнення соціологи фіксують великий сплеск інтересу та запиту на традиційну культуру, зокрема в молоді, яка проявляє активну позицію щодо дослідження, переосмислення, популяризації, підвищення

обізнаності про народні традиції [2, с. 76]. Виходячи із цього, надзвичайно актуальним та доцільним є вивчення міжнародного та вітчизняного досвіду впровадження практик захисту та популяризації НКС в програми формальної та неформальної освіти.

У вересні 2020 року на Саміті ООН зі сталого розвитку було прийнято програму «Перетворення нашого світу: порядок денний у сфері сталого розвитку до 2030 року», в якому було перераховано 17 пріоритетних цілей, які повинні бути в центрі уваги світової спільноти. Серед першочергових завдань виділяється пункт № 4 «Якісна освіта». Серед важливих заходів, що сприяють реалізації цієї задачі, виділяються такі як збереження, популяризація і охорона нематеріальної культурної спадщини за допомогою методів формальної та неформальної освіти [3]. В червні 2021 року педагоги країн ЄС, задіяні в цьому процесі, зібралися на вебінарі «Вчити та вчитися за допомогою живої спадщини» й представили свій досвід в реалізації проєкту [4].

Спираючись на досвід ЄС, в 2023 році в Україні було розроблено проєкт «Підтримка і посилення життєстійкості дітей і молоді в Україні через викладання і навчання за допомогою живої спадщини». В липні 2024 року було презентовано посібник «Навчати та навчатися за допомогою живої спадщини в Україні». Проєкт реалізує інноваційну методологію, що поєднує живу народну культурну спадщину, освіту і науку шляхом включення елементів НКС у програми формальної і неформальної освіти, що допомагає молоді відкрити та дослідити свою ідентичність, поєднує теоретичні знання з реальним життям, сприяє здобуттю практичних навичок, покращує психологічний стан здобувачів освіти, заохочує до мультидисциплінарного підходу і співпраці між педагогами та сприяє забезпеченню якісної освіти.

#### ***Список використаних джерел::***

1. Стратегія національної безпеки України «Безпека людини – безпека країни».URL::<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/392/2020?find=1&text=%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80#Text>
2. Істотні питання політики: культурна спадщина. Базовий звіт Міністерства культури та стратегічних комунікацій (МКСК) за 2024 рік.URL:

[https://www.ppv.net.ua/uploads/work\\_attachments/RESPOL\\_Cultural\\_heritage-2024.pdf](https://www.ppv.net.ua/uploads/work_attachments/RESPOL_Cultural_heritage-2024.pdf)

3. Наша робота над досягненням Цілей сталого розвитку в Україні // Організація Об'єднаних Націй. Україна. URL: <https://ukraine.un.org/uk/sdgs>

4. European teachers and students share their experience on how to learn with living heritage // ЮНЕСКО [сайт]. URL: <https://ich.unesco.org/en/news/29-june-european-teachers-and-students-share-their-experience-on-how-to-learn-with-living-heritage-13325>

**Abstract:** *the theses highlight the problem of preserving folk cultural heritage as an important factor in sustainable development and preserving the cultural identity of society.*

**Keywords:** *cultural self-identity, humanitarian crisis, folk cultural heritage, tangible and intangible culture, formal and informal education programs in the field of preserving cultural identity.*

## ВПЛИВ НЕСПРИЯТЛИВИХ ЖИТТЄВИХ ЯВИЩ У ДИТИНСТВІ НА ВИНИКНЕННЯ ПСИХІЧНИХ РОЗЛАДІВ У ДОРΟΣЛИХ

**БОЙЧЕНКО Богдана, здобувачка вищої освіти  
спеціальність 053 Психологія**

**Чорноморський Національний Університет імені Петра Могили**

**Анотація:** У статті розглянуто психологічні наслідки несприятливого дитячого досвіду (АСЕ) та його вплив на психоемоційний стан дорослих. У дослідженні взяли участь 50 осіб віком від 23 до 50 років, мешканці Миколаївської області. Використано методики ACE Questionnaire, Beck Depression Inventory (BDI-II), State-Trait Anxiety Inventory (STAI) та Symptom Checklist-90-R (SCL-90-R). Результати підтвердили статистично значущий зв'язок між рівнем дитячої травматизації та вираженістю психоемоційних симптомів у дорослому віці. Вищі показники АСЕ корелювали з підвищеним рівнем депресії, тривожності та соматизації.

Розроблена психокорекційна програма виявила ефективність у зниженні рівня тривожності та депресивних проявів, підвищенні емоційної стійкості та адаптивності. Отримані результати підтверджують важливість ранньої психологічної допомоги та психокорекційної підтримки осіб із травматичним досвідом дитинства.

**Ключові слова:** *дитячі травми, несприятливий досвід дитинства, тривожність, депресія, психокорекція, емоційна стійкість.*

Досвід дитинства формує фундамент подальшого психоемоційного розвитку особистості. Травматичні події, пережиті в ранньому віці, мають довготривалі наслідки, що проявляються у вигляді підвищеної тривожності, депресивних тенденцій, труднощів у побудові міжособистісних стосунків і низької самооцінки. За результатами численних досліджень, несприятливі події дитинства мають кумулятивний ефект і прямо корелюють з ризиком розвитку психоемоційних порушень у зрілому віці. В умовах сучасних кризових реалій України проблема травматизації набуває особливого значення. Тому надзвичайно