

Облікова картка ДіР



I. Загальні відомості

Державний обліковий номер: 0225U004010

Державний реєстраційний номер: 0122U200856

Особливі позначки: відкрита

Дата реєстрації: 17-10-2025

II. Етап виконання ДіР

Номер етапу: 1

Назва етапу: Стратегія і тактика самозбереження здоров'я

Початок етапу: 10.2022

Закінчення етапу: 10.2025

Вид звітного документа: Остаточний звіт

III. Відомості про виконавця ДіР

Повне найменування юридичної особи (або ПІБ фізичної особи): Хмельницький національний університет

Код за ЄДРПОУ: 02071234

Місцезнаходження: вул. Інститутська, буд. 11, м. Хмельницький, Хмельницький р-н., Хмельницька обл., 29016, Україна

Форма власності:

Сфера управління: Міністерство освіти і науки України

Ідентифікатор ROR: Не застосовується

Розмір організації:

Телефон: 380975546925, 380382728076

IV. Відомості про співвиконавців ДіР

V. Відомості про замовника ДіР

Повне найменування юридичної особи (або ПІБ фізичної особи): Департамент освіти і науки Хмельницької обласної державної адміністрації

Код за ЄДРПОУ: 39091603

Місцезнаходження: Майдан Незалежності, буд. 1, м. Хмельницький, Хмельницький р-н., Хмельницька обл., 29000, Україна

Форма власності:

Сфера управління: Секретаріат президента України

Ідентифікатор ROR: Не застосовується

Розмір організації:

Телефон: 380382795136

VI. Джерела, напрями та обсяги фінансування ДіР

Підстава для проведення ДіР: 52 - договір з вітчизняною організацією (органами місцевої ради, фондом, асоціацією, концерном тощо)

Напрямок фінансування: 2.2 - прикладні дослідження і розробки

Джерела фінансування

7706 - безплатно (договір про науково-технічне співробітництво, тощо)

VII. Відомості про ДіР

Назва роботи українською:

Стратегія і тактика самозбереження здоров'я

Назва роботи англійською:

Strategy and tactics of self-preservation of health

Реферат українською:

Об'єкт дослідження – самозбереження здоров'я. Мета роботи: дослідити стратегію і тактику самозбереження здоров'я, що спрямоване на формування здорового способу життя й забезпечує повне соціальне функціонування індивіда, його фізичну та інтелектуальну працездатність, достатню адаптацію до соціоприродних впливів та мінливості зовнішнього середовища; розробити інтегративну модель самозбереження здоров'я особистості. Методи дослідження: теоретичні, емпіричні. Теоретичні та практичні результати: проаналізовано термінологію щодо проблеми дослідження та особливості самозбереження здоров'я, стратегії і тактики. Новизна: запровадження в освітній діяльності вищої школи методик та програми самозбереження здоров'я з відповідними критеріями та показниками рівня самозбереження психофізіологічного здоров'я особистості; впровадження в практику навчального закладу програми формування мотивацій у людини до самозбереження здоров'я на основі усвідомлення його особистісної та суспільної цінності; теоретичні засади й технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення; розробка інтегративної моделі самозбереження здоров'я особистості; розроблення практичних рекомендацій за результатами дослідження. Дослідження проводилося на базі вищих навчальних закладів, соціальних установ і закладів соціальної сфери України.

Реферат англійською:

Object of the research – health self-preservation. Purpose of the work: to study the strategy and tactics of health self-preservation, aimed at the formation of a healthy lifestyle and ensuring the full social functioning of the individual, his or her physical and intellectual capacity for work, sufficient adaptation to socio-natural influences and the variability of the external environment; to develop research methodologies and a program of psychophysical health preservation of the individual. Research methods: theoretical, empirical. Theoretical and practical results: the terminology related to the research problem and the peculiarities of health self-preservation, strategies, and tactics have been analyzed. Novelty: introduction into higher education of methodologies and programs of health self-preservation with appropriate criteria and indicators of the level of psychophysiological health self-preservation of the individual; implementation in the educational institution's practice of a program for forming a person's motivation for health self-preservation based on awareness of its personal and social value; testing and implementation of a hardware-software diagnostic complex into the system of educational work; theoretical foundations and technologies of health-improving and recreational motor activity for different groups of the population; development of practical recommendations based on the results of experimental research. The study was conducted on the basis of higher educational institutions, social institutions, and organizations of the social sphere of Ukraine.

Індекс УДК: 159.9:61, 159.9:613

Коди тематичних рубрик: 15.81.61

Керівники роботи

Власне Прізвище Ім'я По-батькові: Комар Таїсія Василівна

Науковий ступінь: д. психол. н.

Вчене звання: доц.

Ідентифікатор ORCID ID:

Додаткова інформація:

VIII. Наукова (науково-технічна) продукція (НТП)

Назва НТП українською: Програмно-цільовий проект самозбереження здоров'я особистості

Назва НТП англійською: Program-Targeted Project of Personal Health Self-Preservation

НТП, яку передбачалося створити: Створено

Причини, через які НТП не було створено:

Отримані результати: Методи, теорії, гіпотези, Методичні документи

Галузь застосування: 72.20

Реєстраційний номер картки технології:

Опис НТП: Представлений програмно-цільовий проект стратегії і тактики самозбереження здоров'я особистості. Дієвість запропонованого програмно-цільового проекту забезпечила можливість одержати прогнозований результат, поданий у вигляді методик та програми самозбереження здоров'я з відповідними критеріями та показниками рівня самозбереження психофізіологічного здоров'я особистості. Авторський програмно-цільовий проект спрямований на дослідження стратегії і тактики самозбереження здоров'я та на формування здорового способу життя особистості. Програмно-цільовий проект стратегії і тактики самозбереження здоров'я дозволяє здійснити цілеспрямовану комплексну діагностику та розробити і впровадити програму психофізичного збереження здоров'я особистості.

Соціально-економічна спрямованість НТП: Поліпшення якості життя та здоров'я населення, ефективності діагностики та лікування хворих

Вплив НТП на довкілля: не має

Впровадження НТП: Впроваджено

Практична реалізація НТП

Початок етапу: 10.2022

Закінчення етапу: 10.2025

Споживачі продукції: вищі навчальні заклади, соціальні установи і заклади соціальної сфери України

Перспективні ринки: закладів соціальної сфери України

Характер співробітництва з інвестором

Потрібний обсяг інвестицій, тис. грн.:

Права, що надаються інвестору після завершення роботи:

Наявність бізнес-плану:

Техніко-економічне обґрунтування:

Потенціальний обсяг продажу, тис. грн.:

Очікуваний термін окупності (років):

Додаткова інформація:

IX. Бібліографічний опис

- 1 Комар Т.В., Варгата О.В., Кулешова О.В., Міхеева Л.В. Психологічні чинники професійного стресу фахівців соціономічного профілю // *Moderní aspekty vědy: XVI. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Instituts.r.o.. Česká republika: Mezinárodní Ekonomický Instituts r. o., 2022. Str. 346–357. URL: <http://perspectives.pp.ua/public/site/mono/monography-16.pdf> (0,37 д.а.)*
- 2 Варгата О.В., Комар Т.В. Теоретико-емпіричне вивчення психологічних особливостей професійного вигорання педагогів закладів вищої освіти // *Psychology and pedagogy as sciences for the development of the cultural potential of modern society: Scientific monograph. Riga, Latvia: Baltija Publishing, 2022. С. 23– 43. URL: <http://baltijapublishing.lv/omp/index.php/bp/catalog/view/210/5812/12158-1> (1,01 д.а.)*
- 3 Теорія та практика формування особистості як суб'єкта самотворення і самозбереження: монографія. Хмельницький: ФОП Цюпак А.А., 2021. С. 442– 455. (ISBN 978-617-513-643-0)
- 4 Соціально-психологічні основи реінтеграції молоді в умовах трансформаційного соціуму: монографія / О.О. Блискун, Н.Є. Завацька, М.В. Тоба, Т.В. Комар, О.О. Лукашов / за наук. ред. О.О. Блискун, Н.Є. Завацької. К.: ПВТП «LAT&K», 2023. 295 с.
- 5 Rudenok, A., Petyak, O., Komar, T., Afanasenko, V., Khanetska, N. (2022). Psychological Adaptation of Children in Remarried Families. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*, 14 (1), 521-534. DOI: <https://doi.org/10.18662/rrem/14.1/533>
- 6 Petyak, O., Rudenok, A., Komar, T., Antonova, Z., & Danchuk, Y. (2022). Features of Modern Understanding of the Concept of «Love» in Student Families. *Revista Românească pentru Educație Multidimensională*, 14 (2), 177-189. DOI: <https://doi.org/10.18662/rrem/14.2/574>
- 7 Kravchenko, O., Safin, O., Potapchuk, Y., Bobrynova, S., Karpova, D. Psycho-emotional state of school children in conditions of quarantine limitations and distance learning // *Training, Education, and Learning Sciences. AHFE (2022) International Conference. AHFE Open Access / Salman Nazir (eds). AHFE International, USA. 2022. Vol. 59. P. 260-267. DOI: <http://doi.org/10.54941/ahfe1002409> (Scopus).*
- 8 Podkorytova L., Havrylkevych V., Romanovska L., Kravchyna T., Chovgan O., Oliynyk K. Development of Psychology Students' Self-Regulation in the Process of Professional Training. *Pertanika Journal: Social Sciences & Humanities*. 31 (1), 2023. P. 161–181.
- 9 Антонова З.О., Верхогляд Н. Вплив тривожності на особливості професійної діяльності стюардес. *Психологічні травелоги: наук. журнал. Хмельницький: Хмельницький національний університет. 2023, № 1.*
- 10 Антонова З.О. Худяков В. Самозбереження здоров'я як предмет наукових досліджень. *Перспективи та інновації науки: електронний наук. журнал. Київ, 2023. № 10 (28).*
- 11 Берегова Н., Колба В. Психологічні особливості формування адиктивної поведінки у сучасної молоді. *Психологічні травелоги: наук. журнал. Хмельницький: Хмельницький національний університет. 2023. № 2. С. 15–22.*
- 12 Берегова Н.П., Комар Т.В., Варгата О.В., Джигун Л.М. Вплив психологічного благополуччя психолога на професійну діяльність. *Вчені записки Таврійського НУ імені В.І. Вернадського. Серія: «Психологія». 2022.*
- 13 Варгата О. В., Комар Т. В., Хоптяна О.В. Стресостійкість як складова самозбереження психічного здоров'я фахівців соціономічного профілю. *Психологічні травелоги: наук. журнал. Хмельницький: Хмельницький національний університет. 2023, № 2. С. 5–13.*
- 14 Варгата О. В., Комар Т. В. Психологічні чинники стресостійкості фахівців соціономічного профілю. *Психологічні травелоги: наук. журнал. Хмельницький: Хмельницький національний університет. 2023 № 1 (4). Хмельницький, 2023. С. 46–56.*

- 15 Гаврилькевич В., Олійник М. Гендерні особливості емоційного реагування на війну. Психологічні травелоги: наук. журнал. Хмельницький: Хмельницький національний університет, 2023. № 3. С. 100-112.
- 16 Гаврилькевич В., Фірстова О. Емоційні стани особистості: теоретичне дослідження феномену. Психологічні травелоги: наук. журнал. Хмельницький: Хмельницький національний університет, 2023. № 2. С. 41-50.
- 17 Ігумнова О.Б., Шлінчак Т. Особливості проявів та профілактики емоційного вигорання викладачів ЗВО. Психологічні травелоги: наук. журнал. Хмельницький: Хмельницький національний університет, 2023. № 2. С. 51-61.
- 18 Подкоритова Л., Леня К. Особливості першої психологічної допомоги під час війни: аналіз теоретичних підходів. Психологічні травелоги: наук. журнал. Хмельницький: Хмельницький національний університет, 2023. № 2. С. 81-90.
- 19 Подкоритова Л., Перерва Є. Мотивація до самозбереження психофізичного здоров'я студентів як наукова проблема. Перспективи та інновації науки. 2023. № 13 (31). С. 548-560.
- 20 Потапчук Є., Міщенко О. Стратегії подолання стресу жінками та їх стресостійкість в умовах воєнного стану в Україні. Психологічні травелоги: наук. журнал. Хмельницький: Хмельницький національний університет. 2023. № 3. С. 90-99.
- 21 Афанасенко В. І., Бондаренко В. О., Стефансдоттір О. С., Слісаренко А. П., Шевченко О. М. Психологічна спроможність рефлексивних практик у подоланні кризових станів особистості // The 14th International scientific and practical conference "Modern science: innovations and prospects" (October 16-18, 2022) SSPG Publish, Stockholm, Sweden. 2022. Pp. 225-232
- 22 Берегова Н., Карпюк А. Психотерапія розладів харчової поведінки у підлітків. Promising ways of information technology development: Abstracts of IX International Scientific and Practical Conference (Bilbao, Spain, November 13-15, 2023) Bilbao, Spain, 2023. С. 322-325.
- 23 Берегова Н., Карпюк А., Психотерапія комп'ютерної залежності у підлітків Modern technologies of human development: Abstracts of VIII International Scientific and Practical Conference (Bordeaux, France, November 06-08, 2023) Bordeaux, France, 2023. С. 285-288.
- 24 Комар Т.В., Берегова Н.П., Варгата О.В. Психологічна робота з дітьми, які знаходяться у складних життєвих обставинах під час війни A change of the paradigm of modern science after the military invasion of the Russia on the territory of independent Ukraine: Collection of theses of scientific and methodical reports of international scientific-practical conference (Bratislava, Slovakia, June 22-23, 2022), Bratislava, 2022. С. 31-34.
- 25 Training of Future Psychologists: Providing Sustainable Rehabilitation Services to War Victims / Olena Vasylenko, Taisiia Komar, Yevgen Pavlyuk, Natalia Bereгова, Liudmyla Dzhyhun, Olha Ihumnova, Viacheslav Havrylkevych. European Journal of Sustainable Development. 2024. Vol. 13 (1), P. 249-262. DOI: <https://doi.org/10.14207/ejsd.2024.v13n1p249>. URL: <https://ecsdev.org/ojs/index.php/ejsd/article/view/1510> (Web of Science™, Category Quartile: Q4) (1,10 д.а.);
- 26 The impact of emotional intelligence of military leaders on the crisis management in wartime / Ishchenko Y., Yevchenko I., Masliuk A., Myronets S., Potapchuk Y. Revista Cubana de Medicina Militar, 2024. Vol. 53 (2). Article number e024043640. URL: <https://revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/43640/2583> (Scopus, Category Quartile: Q4) (0,80 д.а.)
- 27 Берегова Н., Шеремет Г., Солодовник Г. Теоретичний аналіз впливу тривожності на самооцінку в студентської молоді. Psychology Travelogs : наук. журн. Хмельницький: Хмельницький національний університет, 2024. № 1. С. 230-238. URL: <https://pt.khmn.edu.ua/index.php/pt/issue/view/10> (0,58 д.а.)
- 28 Варгата О., Дубицька І., Берегова Н. Психологічні особливості розвитку стресостійкості фахівців соціомічного профілю. Psychology Travelogs : наук. журн. Хмельницький: Хмельницький національний

університет, 2024. № 2. С. 207-216. DOI: <https://doi.org/10.31891/PT-2024-2-20> (0,60 д.а.)

29 Лавренюк Я.В., Кулешова О.В. Комплексний підхід до медико-психологічної реабілітації військовослужбовців: огляд науково обґрунтованих практик та втручань. Наукові записки. Серія: Психологія. 2024. № 2, С. 77-81. DOI: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-2-11> (0,45 д.а.)

30 Левицький Н., Потапчук Є. Теоретико-методологічний аналіз проблеми посттравматичного зростання членів сім'ї в умовах війни. Psychology Travelogs : наук. журн. Хмельницький: Хмельницький національний університет, 2024. № 2. С. 184-196. DOI: <https://doi.org/10.31891/PT-2024-2-18> (0,65 д.а.)

31 Міхеєва Л.В., Ваврашко В.А. Ставлення студентської молоді до власного здоров'я як актуальна проблема сьогодення. Перспективи та інновації науки. Серія «Педагогіка», «Психологія», «Медицина». № 2 (36). 2024. С. 351-352. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-2\(36\)-351-362](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-2(36)-351-362) (0,70 д.а.);

32 Руденок А.І., Войчишин О.О. Психологічні чинники та умови формування здоров'язбережувальної поведінки сучасної молоді. Наукові записки. Серія: Психологія. 2024. № 1. С. 132-138. DOI: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-1-18> (0,66 д.а.);

33 Руденок А.І., Данчук Ю.П., Ромасюкова А.В. Профілактика професійного вигорання як чинник збереження психічного здоров'я фахівців. Вчені записки ТНУ. Серія: Психологія. 2024. Т. 35 (74). № 5. С. 58-62. DOI: <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.5/09>

34 Джигун Л. М., Яцкова Б. Техніки когнітивно-поведінкової терапії як інструмент підтримки психологічної стійкості майбутніх психологів. Психологічні травелоги: наук. журнал. Хмельницький: Хмельницький національний університет, 2025. № 1. С.6-15.

35 Кулешова О., Захарченко І. (2025). Емоційна саморегуляція як умова психічного здоров'я майбутніх психологів. Psychology Travelogs, (1), 108-117.

36 Кулешова О., Комар Т., Полуденко О. Психологічна стійкість як чинник професійного становлення фахівця системи «людина-людина». Психологічні травелоги. 2024. № 4. С. 302-313

37 Захарченко І., Кулешова О. Детермінанти психічного здоров'я студентів. Формування особистості сучасного фахівця як суб'єкта самотворення в умовах освітнього простору : матеріали XIV Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Хмельницький, 28 листопада 2024 р.). 2024. С. 110-113.

38 Карпюк А., Берегова Н., Основні аспекти впливу соціальних мереж на психологічний стан молоді // Матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. «Research in Science, Technology and Economics» January 22-24, 2025, Luxembourg, Luxembourg, С. 236-239

39 Карпюк А., Берегова Н., Профілактика залежності від соціальних мереж у молоді // Матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. «Trends in the development of science as the main way to replace old technologies» Plovdiv, Bulgaria, (January 27-29, 2025), С. 207-211

40 Кузьмук А., Петяк О., Психологічні труднощі батьків багатодітних сімей: стресові детермінанти та стратегії адаптації, тези доповідей науково- практичної конференції «Актуальні питання теорії та практики сучасної психології: виклики, перспективи та міждисциплінарні підходи» (11 квітня 2025 року). Відп. ред.: Яворська Г.Ю., Яворський М.В., Сіренко А.Є., Мордюшенко С.М., Кривопишина К.С., Черкаський державний технологічний університет, 2025, 272 с.

підлітків. Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців : тези доповідей XII Всеукраїнської науково- практичної конференції, (Хмельницький, 18 квітня 2024). Хмельницький : Кафедра психології та педагогіки ХНУ, 2024. С. 73-74.

42 Міхеєва Л.В., Бокоч О.О. Резильєнтність особистості в сучасних умовах розвитку суспільства. Молодіжна наука: інновації та глобальні виклики : Збірник тез за матеріалами Міжнародної науково-практичної конференції студентів, аспірантів та молодих вчених (м. Полтава, 06 листопада 2024 р.). Полтава : НУПП імені Юрія Кондратюка, 2024. С. 59-60.

43 Міхеєва Л.В., Делех Н.Р. Детермінанти ризикованої поведінки підлітків у контексті збереження здоров'я. Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців : тези доповідей XIII Всеукр. наук.-практ. конф. (Хмельницький, 10 квітня 2025) / М-во освіти і науки України, Хмельницький нац. ун-т, Каф. психол. та педагог. [та ін.]. Хмельницький : Кафедра психології та педагогіки ХНУ, 2025. С. 83-85.

44 Польгуй А., Берегова Н., Подлюк Я. Психопрофілактика розвитку негативних психічних станів у майбутніх психологів// Матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. «New information technologies of business management: problems and prospects for development» Munich, Germany, (February 03-05, 2025), С. 190-193

45 Польгуй А., Подлюк Я. Берегова Н., Психопрофілактика розвитку негативних психічних станів у майбутніх психологів// Матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. «New information technologies of business management: problems and prospects for development» Munich, Germany, (February 03-05, 2025), С. 190-193

46 Штаманетян Д.О., Міхеєва Л.В. Роль стресостійкості та психологічної витривалості у становленні спортивного лідера. Актуальні питання гіпнозу та сучасної гіпнотерапії у корекції психоемоційних травм, ПТСР та інших психічних розладів : Збірник тез доповідей Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції з міжнародною участю (11 січня 2025 року). Київ, 2025. С. 75-79.

Х. Заключні відомості

Керівник юридичної особи

Синюк Олег Миколайович

д. т. н., 05.05.10

Перелік осіб-виконавців

Алексеев Олександр Олександрович

Афанасенко Валентина Іванівна

(д. філ. н., професор, 09.00.10)

Берегова Наталія Петрівна

(к. психол. н., доц.)

Гаврилькевич В'ячеслав Костянтинович

(к. психол. н., доц.)

Гузар Ірина Сергіївна

Джигун Людмила Миколаївна

(к. психол. н., доц.)

Карпова Дарія Євгенівна

(к. психол. н., доц.)

Козловська Людмила Вікторівна

Коцюк Олександра Олександрівна

Кулешова Олена Віталіївна

(к.психол.н., доц., 19.00.07)

Левицький Назар Ярославович

Лунков Олексій Михайлович

Мельничук Антоніна Юріївна

Міхеева Людмила Василівна

(к. пед. н., доц., 13.00.04)

Новак Микола Володимирович

Петяк Олена Віталіївна

(д.філософ, доц., 053)

Подкоритова Лариса Олександрівна

(к. психол. н., доц.)

Потапчук Євген Михайлович

(д.психол.н., професор, 19.00.09)

Руденок Алла Іванівна

(к. психол. н., доцент, 19.00.07)

Синюк Віталій Юрійович

Стражник Юлія Ігорівна

Янцаловський Олександрович Йосипович

Відповідальний за підготовку облікових документів

Шмурікова Олена Павлівна

Телефон

+380687706043

Реєстратор

Юрченко Тетяна Анатоліївна

**Керівник відділу УкрІНТЕІ, що є
відповідальним за реєстрацію наукової
діяльності**



Юрченко Тетяна Анатоліївна