

РІШЕННЯ
разової спеціалізованої вченої ради
Державного закладу вищої освіти «Університет менеджменту освіти»
про присудження ступеня доктора філософії

Здобувачка ступеня доктора філософії НЕГРАШ Олена Іванівна 1974 року народження, громадянка України.

Освіта вища: у 1998 році закінчила Київський національний економічний університет; у 2021 році закінчила Державний заклад вищої освіти «Університет менеджменту освіти», здобула кваліфікацію психолога, працювала на посаді практичного психолога в СЗШ № 67 м. Києва, членкиня Української асоціації екологічної психологічної допомоги.

Разову спеціалізовану вчену раду, утворено Наказом Державного закладу вищої освіти «Університет менеджменту освіти» від 30 червня 2025 р. № 01-01/239 на підставі рішення Вченої ради Університету, протокол № 5 від 26 червня 2025 р. у складі:

Голови разової спеціалізованої вченої ради	БОНДАРЧУК Олени Іванівни – доктора психологічних наук, професора, професора кафедри психології та особистісного розвитку Навчально-наукового інституту менеджменту та психології ДЗВО «Університет менеджменту освіти».
Рецензентів	БРЮХОВЕЦЬКОЇ Олександри Вікторівни – доктора психологічних наук, професора, завідувача кафедри психології та особистісного розвитку Навчально-наукового інституту менеджменту та психології ДЗВО «Університет менеджменту освіти»; ГУСЄВА Андрія Ігоровича – кандидата психологічних наук, доцента, доцента кафедри психології та особистісного розвитку Навчально-наукового інституту менеджменту та психології ДЗВО «Університет менеджменту освіти».
Офіційних опонентів	КУЗІКОВОЇ Світлани Борисівни – доктора психологічних наук, професора, завідувача кафедри психології Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка; ТЕРЕЩЕНКО Кіри Володимирівни – доктора психологічних наук, провідного наукового співробітника лабораторії організаційної та соціальної психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України

на засіданні 26 серпня 2025 року разова спеціалізована вчена рада ухвалила рішення про присудження ступеня доктора філософії з галузі знань 05 «Соціальні та поведінкові науки» за спеціальністю 053 «Психологія» НЕГРАШ Олені Іванівні на підставі публічного захисту дисертації *«Прокрастинація як чинник*

самореалізації майбутніх психологів».

Дисертацію виконано у Державному закладі вищої освіти «Університет менеджменту освіти» Національної академії педагогічних наук України.

Науковий керівник – Сухенко Яна Валеріївна, кандидат психологічних наук, доцент, професор кафедри психології та особистісного розвитку Навчально-наукового інституту менеджменту та психології ДЗВО «Університет менеджменту освіти».

Дисертацію подано у вигляді спеціально підготовленого рукопису українською мовою.

Новизна дослідження полягає у тому, що в ній *вперше*:

- *систематизовано* концептуальні підходи до проблеми прокрастинації як чинника самореалізації майбутніх психологів, що виявили трикомпонентну організацію самореалізації, яка включає особистісний, соціальний та ціннісно-мотиваційний компоненти, а також трикомпонентну структуру прокрастинації, що складається з когнітивного, мотиваційно-емоційного та конативного компонентів

- *забезпечено* цілісне концептуальне осмислення діалектичних механізмів трансформації прокрастинації в ресурс самореалізації в контексті професійного становлення майбутніх психологів;

- *виявлено* парадоксальну структуру взаємозв'язків між компонентами прокрастинації та самореалізації, що розкриває компенсаторні механізми розвитку;

- *обґрунтовано* роль інтолерантності до невизначеності як медіатора трансформації прокрастинації у ресурс самореалізації;

- *поглиблено та розширено* наукові уявлення про прокрастинацію як багатовимірний психологічний феномен з амбівалентною природою та потенціалом конструктивного впливу на розвиток і самореалізацію особистості; самореалізацію як динамічний процес інтеграції особистісного потенціалу в професійне становлення; застосування екофасилітативного підходу в контексті професійного становлення майбутніх психологів на основі концептуального переосмислення прокрастинації як природного механізму особистісних трансформацій;

- *розроблено* екофасилітативну матричну модель особистісного розвитку майбутніх психологів у вимірах прокрастинації та самореалізації, що включає 16 інтегративних етапів/станів у чотирьох ландшафтах розвитку;

- *розроблено* та експериментально перевірено ефективність програми екофасилітативного супроводу майбутніх психологів «Діалектика прокрастинації: від зволікання до самореалізації», що базується на теорії особистісного змінювання та принципах екологічної психологічної фасилітації.

Подальшого розвитку набули уявлення про механізми трансформації прокрастинації у ресурс самореалізації майбутніх психологів через компенсаторну динаміку та медіаційні процеси; теоретико-методологічні засади екофасилітативного підходу в реалізації психологічного супроводу професійного становлення майбутніх психологів через недирективні принципи з

орієнтацією на природний ритм особистісного змінювання; концептуальні основи діалектично-профіцитарної логіки в організації персоналізованого супроводу освітньо-професійних траєкторій майбутніх психологів;

Практичне значення отриманих результатів полягає в тому, що дисертаційне дослідження створює цілісну науково-методичну базу для трансформації прокрастинації в ресурс самореалізації майбутніх психологів.

Розроблена та апробована програма «Діалектика прокрастинації: від зволікання до самореалізації» може бути впроваджена у діяльність психологічних служб закладів вищої освіти, центрів підтримки студентів, кар'єрних центрів і приватної практики для оптимізації процесів професійного становлення. Доведена ефективність екофасилітативного підходу обґрунтовує впровадження недирективних методів психологічного супроводу в систему вищої психологічної освіти. Принципи екофасилітативного супроводу адаптуються для роботи з різними категоріями здобувачів освіти. Екофасилітативна матрична модель з 16 типами етапів/станів розвитку, типології прокрастинації та самореалізації забезпечують індивідуалізацію психологічної роботи, можливість персоналізованого супроводу з урахуванням індивідуальних типологічних особливостей та освітніх траєкторій майбутніх психологів.

Здобувачка має 10 наукових праць, з них 5 статей у вітчизняних фахових виданнях, включених до переліку, затвердженого МОН України, 5 тез у наукових виданнях / матеріалах та тезах науково-практичних конференцій і форумів.

1. Неграш, О. І. (2023). Основні підходи до дослідження самореалізації в сучасній психології. *Габітус*, 56, 179–182. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.56.33>

2. Неграш, О. І. (2024). Емпіричне дослідження причин схильності до відтермінування завдань у майбутніх психологів. *Наукові перспективи*, 8(50), 900–912. [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-8\(50\)-900-912](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-8(50)-900-912) **фахове видання**

3. Неграш, О. І. (2024). Психологічні детермінанти прокрастинації: роль перфекціонізму у схильності до відкладання завдань. *Перспективи та інновації науки*, 11(45), 1481–1491. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-11\(45\)-1481-1491](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-11(45)-1481-1491) **фахове видання**

4. Неграш, О. І. (2024). Зміст та структура тренінгової програми «Формування психологічних умов самореалізації майбутніх психологів в умовах прокрастинації». *Наукові перспективи*, 12(54), 1609–1617. [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-12\(54\)-1609-1617](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-12(54)-1609-1617) **фахове видання**

5. Неграш, О. І. (2025). Толерантність до невизначеності як чинник особистісного зростання та самореалізації в умовах війни. *Журнал «Наукові інновації та передові технології»*, 5(45), 2222–2231. [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2025-5\(45\)-2222-2231](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2025-5(45)-2222-2231) **фахове видання**

У дискусії брали участь голова і члени разової спеціалізованої вченої ради:

Бондарчук Олена Іванівна – голова разової спеціалізованої вченої ради, доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології та особистісного розвитку Навчально-наукового інституту менеджменту та психології ДЗВО «Університет менеджменту освіти». *Оцінка позитивна, без*

зауважень.

Брюховецька Олександра Вікторівна – рецензент, доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології та особистісного розвитку Навчально-наукового інституту менеджменту та психології ДЗВО «Університет менеджменту освіти».

Зауваження:

1. Заслужує на поглиблення аналіз культурно-специфічних особливостей української освітньої системи, що могли вплинути на домінування певних типів прокрастинації у майбутніх психологів.

2. Варто детальніше розглянути гендерні особливості прокрастинаційних проявів та їх зв'язок із самореалізацією, оскільки це може мати важливе значення для персоналізації психологічного супроводу.

3. Доцільно обґрунтувати вибір саме 9-сесійної структури програми та її оптимальної тривалості, оскільки ефективність трансформації прокрастинації може залежати від індивідуальних темпів особистісних змін.

Гусєв Андрій Ігорович – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології та особистісного розвитку Навчально-наукового інституту менеджменту та психології ДЗВО «Університет менеджменту освіти».

Зауваження:

1. Обґрунтовуючи типи прокрастинації майбутніх психологів, дисертантка за результатами кластерного аналізу виокремлює рефлексивний, перфекціоністичний, адаптивний та дифузний типи. На наш погляд, дані класифікації потребують більш ґрунтовного висвітлення у контексті специфіки психологічної освіти та професійних вимог до майбутніх психологів.

2. Програма екопсихологічної фасилітації розрахована на 9 сесій, однак не достатньо обґрунтовано довгострокову стійкість отриманих ефектів. Також потребує уточнення питання адаптації програми для різних курсів навчання та рівнів підготовки майбутніх психологів.

3. Зважаючи на змістовність результатів емпіричного дослідження ролі різних типів прокрастинації у самореалізації, було б доцільним більш детальне обґрунтування практичних рекомендацій для кожного виявленого типу.

Кузікова Світлана Борисівна – опонент, доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка.

Зауваження:

1. Серед виокремлених теоретичних підходів до дослідження прокрастинації варто, на наш погляд, приділити більше уваги обґрунтуванню саме екофасилітативного підходу, в річищі якого здійснено дослідження. Зокрема, потребують чіткішого позиціонування його ключові концепти, принципи, а також аналіз специфіки порівняно з іншими гуманістично орієнтованими підходами, що дозволяють пояснити взаємозв'язок між амбівалентною природою прокрастинації та її позитивним впливом на розвиток.

2. На етапі емпіричного дослідження вибірку склали переважно студенти середнього віку спеціальності «Психологія». Доцільно було б, на наш погляд, уточнити можливості екстраполяції отриманих результатів на інші вікові групи та спеціальності, оскільки прокрастинаційні паттерни можуть мати специфічні вікові особливості.

3. Дослідження проводилося в умовах воєнного часу в Україні, що могло вплинути на специфіку прокрастинаційних проявів та стратегій самореалізації майбутніх психологів. Слід, як нам уявляється, детальніше розкрити, як саме кризовий контекст міг модифікувати виявлені взаємозв'язки між прокрастинацією та самореалізацією, оскільки це підсилює б розуміння адаптивних механізмів досліджуваних феноменів.

4. Серед виділених типів самореалізації «автономний» тип характеризується внутрішньою стабільністю при обмеженій здатності до психологічної близькості. Виникає питання щодо професійної придатності представників цього типу до психологічної діяльності та відсутності чітких рекомендацій щодо розвитку емпатії психолога без втрати регулятивних переваг.

5. У роботі доведено ефективність програми екофасилітативного супроводу, водночас потребує прояснення тривалість і стійкість отриманих позитивних змін після завершення експериментального впливу.

Терещенко Кіра Володимирівна – опонент, доктор психологічних наук, провідний науковий співробітник лабораторії організаційної та соціальної психології Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України.
Зауваження:

1. У дисертації обґрунтовано медіаційну роль інтолерантності до невизначеності у трансформації прокрастинації в ресурс розвитку. Водночас недостатньо конкретизовано превентивні стратегії та освітні практики для розвитку толерантності до невизначеності як ключової професійної здатності майбутніх психологів.

2. Розроблена екофасилітативна матрична модель з 16 типами особистісного розвитку представлена як інструмент персоналізованого супроводу. Потребує більш детального обґрунтування потенціал її застосування у різних форматах роботи (індивідуальна та групова) з майбутніми фахівцями допомагаючих професій.

3. У роботі показано адаптивний потенціал активної прокрастинації як стратегії подолання стресу. Варто чіткіше окреслити критерії диференціації між конструктивним використанням відкладання як механізму саморегуляції та деструктивними прокрастинаційними паттернами у професійному становленні майбутніх психологів.

4. Дослідження виявило стабільність темпоральних характеристик прокрастинаційної поведінки, які не зазнали значущих змін у формувальному експерименті. Потребує додаткового теоретичного обґрунтування роль цих характеристик у контексті екофасилітативного супроводу та самореалізації майбутніх психологів.

Результати відкритого голосування:

«За» – 5 членів ради,

«Проти» – немає.

На підставі результатів відкритого голосування та ухваленого рішення разова спеціалізована вчена рада присуджує Неграш Олені Іванівні ступінь доктора філософії з галузі знань 05 «Соціальні та поведінкові науки» за спеціальністю 053 «Психологія».

Відеозапис трансляції захисту дисертації додається.

Голова разової спеціалізованої
вченої ради, доктор психологічних наук,
професор



Олена БОНДАРЧУК

Підпис голови разової спеціалізованої
вченої ради О. І. Бондарчук
ЗАСВІДЧУЮ

Учений секретар ДЗВО «УМО»



Алла ВІНІЧЕНКО